OPERVM

HIPPOCRATIS

COI, ET

GALENI

PERGAMENI, MEDICORVM OMNIVM PRINCIPVM,

TOMVS VI.

Τὰ ὑγιεινὰ *ſalubria, ad ſanitatem tuendam ſpectantia.*

RENATVS CHARTERIVS VINDOCINENSIS,
Doctor Medicus Pariſ. REGIS Chriſtianiſsimi Conſ. Medicus, ac Profeſſor Ord. plurima interpretatus, vniuerſa emendauit, inſtaurauit, notauit, auxit, edidit.





LVTETIÆ PARISIORVM.

M. DC. XXXVIII.

OPERVM

HIPPOCRATIS

COI, ET

GALENI

PERGAMENI, MEDICORVM OMNIVM PRINCIPVM,

TOMVS VI.

Τὰ ὑγιεινὰ *ſalubria*, ad ſanitatem tuendam ſpectantia.

RENATVS CHARTERIVS VINDOCINENSIS,
Doctor Medicus Pariſ. REGIS Chriſtianiſsimi Conſ. Medicus, ac Profeſſor Ord. plurima interpretatus, vniuerſa emendauit, inſtaurauit, notauit, auxit, edidit.



LVTETIÆ PARISIORVM.

M. DC. XXXIX.



TOMO VI

Τὰ ὑγιεινὰ *salubria* opera ad sanitatem tuendam spectantia continentur.



ΓΑΛΗΝΟΥ ΠΕΡΙ ΑΡΙΣΤΗΣ ΚΑΤΑΣΚΕΥΗΣ ΤΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ ΗΜΩΝ ΒΙΒΛΙΟΝ.

GALENI DE OPTIMA NOSTRI CORPORIS CONSTITVTIONE LIBER.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΤΩΝ ΕΝ ΤΩι ΒΙΒΛΙΩι.

Τί ἐστιν ἡ ἀρίστη κατασκευὴ τοῦ σώματος ἡμῶν· πῶς διαγινώσκειν αὐτὴν δεῖ, καὶ τοῖς βλάπτουσιν ἀντέχειν.

ARGVMENTVM LIBRI.

Quid sit optima corporis humani constitutio, quomodo dignoscenda sit, ac obladentibus rebus reluctetur.

CAPVT PRIMVM.

In partium temperie ac symmetria optimam esse constitutionem multis appellatam nominibus.



QVÆNAM optima nostri corporis constitutio est? Vtrum quæ temperatissima, quemadmodum plerisque veteribus tum medicis, tum philosophis visum est? An quæ optima est, eam necessariò temperatissimã esse oportet; non tamen quæ temperatissima, eam necesse est esse optimam? Nam ex calido, frigido, sicco & humido commoderata temperies partium nostri corporis similatium sanitas est; ex his verò omnibus similaribus animalis conformatio in situ, magnitudine, figura & numero compositarum existit; Atque fieri posse videtur, corpus aliquod ex plurimis probè temperatis partibus compositum, ab earum magnitudine, aut numero, aut figura, aut mutuo contextu, delapsum esse. Conandum est itaque deinceps de his omnibus differere, à nominibus quibus hae in oratione necessariò vtimur, sumpto exordio, quoniam de illis quoque nonnulli contendunt. Hi namque statum optimum, illi dispositionem, alij constitutionem, quidam habitum, aut corporis naturam, vel quocunque modo visum cuique fuerit, appellant. Ego sanè,

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Α'.

Ἐν τῇ τῶν μερῶν εὐκρασίᾳ τε καὶ συμμετρίᾳ, ἀρίστην εἶναι κατασκευὴν πολλαχῶς ὠνομασμένην.

A 

ΤΙΣ ἡ ἀρίστη κατασκευὴ τοῦ σώματος ἡμῶν; ἆρά γε ἡ εὐκρατοτάτη; καθάπερ ἔδοξε πολλοῖς μὲν παλαιῶν ἰατρῶν τε, καὶ φιλοσόφων; ἢ τὴν μὲν ἀρίστην ἀναγκαῖον εὐκρατοτάτην ὑπάρχειν, οὐ μὴν τήν γε εὐκρατοτάτην ἀρίστην ἐξ ἀνάγκης; ἡ μὲν γὰρ ἐκ θερμοῦ, καὶ ψυχροῦ, καὶ ξηροῦ, καὶ ὑγροῦ σύμμετρος κρᾶσις, ὑγεία τῶν ὁμοιομερῶν ἐστι μελῶν τοῦ σώματος ἡμῶν. ἡ δὲ ἐκ τούτων ἁπάντων διάπλασις τοῦ ζώου ἐν θέ-

B σει, καὶ μεγέθει, καὶ σχήματι, καὶ ἀριθμῷ τῶν συνθέντων ὑπάρχει. καὶ δόξειεν ἂν ἐγχωρεῖν τὸ ἐκ τῶν πλείστων μορίων εὐκράτων συγκείμενόν τι σῶμα παρὰ τὸ μέγεθος αὐτῶν, ἢ τὸν ἀριθμὸν, ἢ τὴν διάπλασιν, ἢ τὴν πρὸς ἄλληλα σύνταξιν ἡμαρτῆσθαι. πειρατέον οὖν ὑπὲρ ἁπάντων τούτων ἐφεξῆς διελθεῖν ἀρξαμένοις ἀπὸ τῶν ὀνομάτων, οἷς ἐξ ἀνάγκης χρώμεθα κατὰ τὸν λόγον. ἐπειδὴ καὶ περὶ τούτων ἐρίζουσί τινες, οἱ μὲν κατασκευὴν ἀρίστην, οἱ δὲ διάθεσιν, οἱ δὲ σχέσιν, οἱ δὲ ἕξιν, ἢ φύσιν σώματος, ἢ ὅπως ἂν ἑκάστῳ δόξειε λέγειν ἀξιοῦντες. ἐγὼ δὲ

ὃ μὲν ὡς ἄν τῳ προαιρῇ ποιεῖσθαι τὴν ἑρμηνείαν, οὐ μέμφομαι. τὸ δ' ἐγκαλεῖν τοῖς ἑτέροις ὀνόμασιν, οὐκ ἐπαινῶ, τὴν πλείστην, καὶ μεγίστην φροντίδα τῶν πραγμάτων αὐτῶν, ὑπὲρ ὧν ὁ λόγος ἐστὶ, ἡγούμενος χρῆναι ποιεῖσθαι μᾶλλον, ἢ τῶν ὀνομάτων. εἴτ' οὖν ἀρίστην κατασκευὴν σώματος, εἴτε διάθεσιν, εἴτε ἕξιν, εἴτε σχέσιν, εἴτε φύσιν, εἴθ' ὁπωσοῦν ἑτέρως ὀνομάζειν ἐθέλοι τις, οὕτω θέμενος, ἐάν ἀπό τε τῆς ὁμολογουμένης ἐννοίας ἄρξηται, καὶ προϊὼν ἐπὶ τὴν τῆς οὐσίας εὕρεσιν ἐν τάξει τινὶ, καὶ μεθόδῳ ποιῆται τὴν ζήτησιν, ἐπαινέσομαι τοῦτον ἐγὼ πολὺ μᾶλλον, ἢ εἰ περὶ ὀνομάτων πάνδεινός τις μοι φαίνοιτο. καὶ τοίνυν καὶ ἡμεῖς οὕτως ποιῶμεν ἀπὸ τῆς κοινῆς ἐννοίας ἀρξάμενοι, καὶ ταύτην διελόμενοι, μεθόδῳ προΐωμεν ἐπὶ τὸ συνεχὲς τῆς σκέψεως.

A qui interpretationem tradant prout libuerit aptiorem, non improbo. Illos autem qui aliis nominibus appellantes reprehendunt, non laudo, rerum summam curam, non dictionum habendam esse arbitratus. Siue igitur quis optimam corporis constitutionem, siue affectionem, siue habitum, siue dispositionem, siue naturam, siue alio qualicunque vocabulo nominet, ita statuat à rei notione, cui omnes consentiunt, ducto exordio, deinde ordine, & methodo quadam substantiæ inuentionem moliatur, hunc ego longè maiore laude dignum puto, quàm si in nominibus callidus planè & disertus esse videatur. Quin B ergo nos etiam à communi notione orsi, eiúsque distinctione facta, compendiosa quadam ratione ad disputationis consequentia procedamus.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Β'.

Τί καὶ οὗ ἀρίστη σώματος κατασκευή τε, καὶ εὐεξία.

Τίς οὖν κοινὴ πᾶσιν ἀνθρώποις ἐστὶν ἔννοια ἀρίστης κατασκευῆς σώματος; ἀκοῦσαι μὲν γάρ ἐστιν, οὐχ ὁμοίως αὐτῶν λεγόντων τῇ λέξει, νοούντων δ' ἁπάντων ἓν καὶ ταὐτὸν πρᾶγμα. τὸ γοῦν ὑγιεινότατον σῶμα, πάντες μὲν ἑξῆς ἐπαινοῦσιν, ὥσπερ οὖν καὶ τὸ εὐεκτικώτατον, εἰς ἓν πρᾶγμα βλέποντες ἀμφότεροι, καὶ τούτῳ τὴν διάνοιαν ἐπιβαλόντες, οὐ μὴν οὔτε διηρθρωμένως αὐτὸ νοοῦντες, οὔθ' ἑρμηνεῦσαι σαφῶς ἐπιστάμενοι. καὶ γὰρ καὶ τὰς ἐνεργείας ἁπάντων τῶν τοῦ σώματος μορίων, ἐῤῥωμένας ἔχειν ἀξιοῦσι, καὶ μὴ ῥᾳδίως ὑπὸ τῶν νοσωδῶν αἰτιῶν νικᾶσθαι. τούτων δὲ τὸ μὲν ἐν ταῖς ἐνεργείαις κατὰ φύσιν ὑγεία, τὸ δὲ μετὰ ῥώμης τινὸς εὐεξία. κοινὸν δ' ἀμφοῖν, τὸ μὴ ῥᾳδίως ἁλίσκεσθαι νόσοις, ὥστε εὐεκτικὴ μὲν πάντων ἐστὶν, ἡ ὑγιεινοτάτη κατάστασις, ἧς ἅπαντες ἄνθρωποι γλίχονται. συμβέβηκε δ' αὐτῇ τό τ' ἐν ταῖς ἐνεργείαις κατωρθωμένον, καὶ τὸ δύσλυτον. ταύτῃ τοι καὶ δεόντως εὐεξία κέκληται. ἐμφαίνονται μὲν ἤδη καὶ αὐτοῦ τοῦ τῆς ἕξεως ὀνόματος, τὸ μόνιμόν τε καὶ δύσλυτον, οὐ μὴν, ἀλλ' ἐπὶ μᾶλλον ἔτι τοῦ τῆς εὐεξίας, ὡς ἂν ἀρίστης τινὸς ἕξεως ὑπαρχούσης, ὥστε καὶ κατασκευὴν ἀρίστην σώματος, εἴτε τὴν ὑγιεινοτάτην, εἴτε τὴν εὐεκτικωτάτην εἴποιμεν, οὐχ ἁμαρτησόμεθα, καὶ κρινοῦμεν αὐτὴν, τῷ δυσλύτῳ τῶν κατωρθωμένων ἐνεργειῶν. ἐπεὶ δὲ τοῦτ' ἤδη διώρισται, σκεπτέον ἐφεξῆς ἥτις ἐστὶν ἡ οὐσία τῆς τοιαύτης τοῦ σώματος ἕξεως. ἀρχὴ δὲ κἀνταῦθα τῆς εὑρέσεως, εἰ ζητήσαιμεν ὅπως διακειμένου τοῦ σώματος ἐνεργοῦμεν ἄριστα. χρὴ τοίνυν εἰς τοῦτο τῶν ἤδη δεδειγμένων ἐν ἑτέροις ὑπομνήμασιν ἀναμνησθῆναι, πρῶτον μὲν ὡς ἐκ θερμοῦ, καὶ ψυχροῦ, καὶ ξηροῦ, καὶ ὑγροῦ τὰ σώματα ἡμῶν κέκραται. δέδεικται δὲ περὶ τούτου ἐν τῇ περὶ τῶν καθ' Ἱπποκράτην στοιχείων πραγματείᾳ. δεύτερον δὲ τοῦ διαιρεῖσθαι τὰς κράσεις τῶν μορίων. εἴρηται δὲ καὶ περὶ τούτων ἐν τοῖς περὶ τῶν κράσεων ὑπομνήμασιν. ἐφεξῆς δὲ τούτων, ὡς ἕκαστον μὲν τῶν ὀργανικῶν τοῦ σώματος μελῶν, ἓν ἔχει τῶν ἐν ἑαυτῷ μορίων αἴτιον τῆς ἐνεργείας, τὰ δ' ἄλλα σύμπαντα τὰ πληροῦντα τὸ πᾶν ὄργανον, ἐκείνου χάριν ἐγένετο. δέδεικται δὲ καὶ περὶ τούτων αὐτάρκως ἐν τῇ περὶ χρείας μορίων πραγματείᾳ. εἴη ἂν οὖν ἀρίστη κατασκευὴ τοῦ σώματος, ἐν ᾗ τὰ ὁμοιομερῆ πάντα (καλεῖται δ' οὕτως δηλονότι τὰ πρὸς αἴσθησιν ἁπλᾶ) τὴν οἰκείαν ἔχει

CAPVT II.

Quid & vbi optima corporis constitutio, bonusque habitus.

QVæ ergo cōmunis omnibus hominibus optimæ corporis nostri constitutionis est notio? Audire namque licet dictione eos dissentire; rem C verò vnam & eandem omnes intelligere. Saluberrimum itaque corpus omnes laudant, quemadmodum & optimo præditū habitu, quod *habitißimum appellamus*, ad vnam rem vtrique respicientes, eiq; animum adhibentes; quanquam rectè, ad amussimque illam non intelligant, nec interpretari manifestè sciant. Etenim etiam omnium corporis partiū validas se habere actiones existimant, nec à morborum causis facilè superari; quorū illud in actionibus secundum naturam, sanitas est; alterum cum robore quodam bonus habitus, seu euexia. At cōmune vtrisque est, morbis non facilè corripi. Qua D re boni habitus est omnium saluberrima corporis constitutio, quam vniuersi mortales expetunt. Accidit huic probè actiones obire, & quæ difficilè soluuntur, vnde etiam euexia, *bona habitudo* meritò vocata est. Declaratur quidem iam & ipsius habitus nominis stabilitas, & solutu difficilis constantia, imò magis adhuc vocabuli euexiæ quum optima quædam habitudo existat. Quare etiam optimā corporis constitutionem, siue saluberrimam, siue habitissimam eam dixerimus, erroris nihil erit, & ipsam ex solutu difficili actionum integritate æstimabimus. Quoniam verò id iam distinximus, con E siderandum deinceps venit, quænam huiusce corporis habitudinis substātia existat. Hinc autem inuētionis initium se offeret, si quæsierimus, qua corporis dispositione optimè functiones obeamus. Oportet igitur ad præsentē disputationē repetere ea, quæ aliis in commentariis tradidimus. Primum, quòd corpora nostra ex quatuor tēperata sunt elementis, calido, humido, frigido, & sicco. De hac re ostensum est nobis in libro, quem de Elementis ex Hippocratis sententia conscripsimus. Deinde quomodo partium temperamenta distinguas: de quibus etiam in libris de Temperamentis verba F fecimus. Postremò quòd organica quæque pars vnam in se particulam contineat, actionis causam; reliquæ verò omnes, quæ totum absoluunt instrumentum, illius gratia creatæ sunt. Dictum est de his abundè satis in commentario de vsu partium. Erit itaque corporis status, in quo similares partes omnes (vocantur autem sic, videlicet sensu simplices) propriam ac familiarem habent

temperaturam. At instrumenti cuiusque ex his compositio, magnitudine illarum, numero, conformatione, & mutuo inter se contextu longè moderatissimo consistit. Quod enim optimè omnes functiones obit, hoc etiam inter alia vniuersa corpora minimè affectioni obnoxium esse, nemo non facilè inuenerit. Nam quæ pars probissimè suo fungitur munere, hæc similarium temperiei, & commoderatæ instrumentorum structuræ soboles existit. Huiusmodi verò corpus est, cuius mentionem priùs fecimus. Vnde liquet optimè ipsum officio esse functurum. Quòd autem ab affectionibus tutissimum sit, hac ratione potissimum didiceris.

CAPVT III.

Causas læsionum duplices, quibus corpora temperata ac optimè constituta facilè resistunt.

LÆsiones corporibus nostris aliæ quidem ab externis causis, aliæ verò ab alimenti excrementis proueniunt. Ab externis quidem causis vt præter modum æstuantibus, refrigeratis, humectatis, & exiccatis. Quo in genere etiam lassitudo, tristitia, vigilia, cura, aliáque id genus ponenda sunt. Ab alimentorum excrementis duplex genere læsio prouenit; quoniam & hæc duplici modo noxam inferunt, puta quantitate & qualitate; specie verò multiplex. Quòd itaque ab externis causis corpus commoderatè constitutum difficilè corripiatur, liquidò constat ex ipsa eucrasia, quæ difficilè & vix in temperamenti incommoderationem prolabitur, eo quòd plurimùm adeò à summis recesserit. Præterea verò quòd probè actionibus fungatur, optimè ad dyspathiam optimè constitutum erit, vt quod morbis minimè corripiatur. Contingit verò huiusmodi corpori præ aliis omnibus optimi esse succi; proindéque tristitiam, iram, vigilias, curam, imbres, squalorem, pestilentiam, omnésque, vt summatim dicam, causas morbiferas ex facili magis quàm alia corpora sustinebit. Nam quæ vitiosi maximè sunt succi seu cacochyma, huiusmodi causis promptè subiiciuntur, vt quæ iam etiam per se oborientibus morbis sint proxima. Sic quidem ab illis quæ extrinsecus occursant, corpúsque infestant, difficillimè corripitur prædicta dispositio. Quòd verò ab alimenti excrementis morbis non facilè corripiatur, hunc in modum præcipuè discas, si consideres neque plenitudinem, neque succorum prauitatem vllam in huiusmodi natura aut facilè colligi posse, aut collectam, læsionem aliquam animantibus adferre. Naturalium etenim inter se actionum symmetria, & cuiusque earum integritas, excrementa gigni prohibet, aut generata facillimè excernit. Insuper siquando longiore temporis spatio remanserint, nequaquam ab eis vincitur; imbecilles enim naturæ & intemperatæ facilè à morborum causis superantur. Temperatæ ac validæ, qualem optimam esse diximus, solæ plurimùm resistere possunt. Habes autem eius, nempe temperatæ notas in libris de temperamentis, ac in decimo septimo de partium vsu eiusdem, veluti quæ in partibus organicis symmetriam occupet. Atque nihilominus ex his quæ mox dicentur, meminisse illorum poteris. Quandoquidem non angustam, nec planè simplicem, nec rem insectilem, sanitatem interpretati sumus in libro de illa tuẽda,

A κρᾶσιν. ἡ δὲ ἐκ τούτων ἑκάστου τῶν ὀργανικῶν σύνθεσις, ἔν τε τοῖς μεγέθεσιν αὐτῶν, καὶ τοῖς πλήθεσι, καὶ ταῖς διαπλάσεσι, καὶ ταῖς πρὸς ἄλληλα συντάξεσιν, ἐμμετρότατα κατεσκεύασται. ὅ,τι γὰρ ἁπάσας τὰς ἐνεργείας ἄριστα διάκειται, τοῦτο καὶ δυσπαθέστατον εἶναι ἁπάντων τῶν ἄλλων σωμάτων οὐ χαλεπῶς ἂν τις ἐξεύροι. ὃ γὰρ ἂν ἐνεργῇ μόριον ἄριστα, τοῦτο τῆς μὲν τῶν ὁμοιομερῶν εὐκρασίας, καὶ τῆς τῶν ὀργάνων συμμέτρου κατασκευῆς ἔκγονον ὑπάρχει. τοιοῦτον δέ ἐστι τὸ προειρημένον σῶμα. δῆλον οὖν ὡς ἐνεργήσει πάντων ἄριστα. ὅτι δὲ καὶ δυσπαθέστατόν ἐστιν, ὧδε ἂν
B μάλιστα μάθοις.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Γ'.

Διπλᾶς εἶναι τὰς τῶν βλαβῶν αἰτίας αἷς τὰ εὔκρατά τε, καὶ ἄριστα παρεσκευασμένα σώματα ῥᾳδίως ἀντέχει.

ΑΙ βλάβαι τοῖς σώμασιν ἡμῶν, αἱ μὲν ἀπὸ τῶν ἔξωθεν αἰτιῶν, αἱ δ' ἀπὸ τῶν τῆς τροφῆς ὁρμῶνται περιττωμάτων. αἱ μὲν ἀπ' αὐτῶν τῶν ἔξωθεν αἰτιῶν, ἐκκαυθεῖσί τε καὶ ψυχθεῖσιν, ὑγρανθεῖσί τε καὶ ξηρανθεῖσι παρὰ τὸ προσήκοντος. ἐν τούτῳ δὲ τῷ γένει, καὶ κόπους, καὶ λύπας, καὶ
C ἀγρυπνίας, καὶ φροντίδας ὅσα τἄλλα τοιαῦτα θετέον. ἀπὸ δὲ τῶν τῆς τροφῆς περιττωμάτων, διτταὶ μὲν κατὰ γένος, ὅτι καὶ ταῦτα διττά, τὰ μὲν τῷ ποσῷ, τὰ δὲ τῷ ποιῷ, διοχλοῦνται. πολυειδεῖς δὲ κατ' εἶδος. ὅτι μὲν οὖν τοῖς ἔξωθεν αἰτίοις, τὸ συμμέτρως διακείμενον σῶμα, δυσάλωτόν ἐστι, πρόδηλον μὲν καὶ ἐξ αὐτῆς τῆς εὐκρασίας, χαλεπῶς καὶ μόγις εἰς ἀμετρίαν κράσεως ἀφικνουμένης, τῷ πάντη τῶν ἄκρων ἀφεστάναι πλεῖστον. οὐ μὴν, ἀλλὰ καὶ ἐκ τοῦ καλῶς ἐνεργεῖν, ἄριστ' ἂν εἴη παρεσκευασμένον εἰς δυσπάθειαν, ἥκιστα νοσήμασιν ἁλισκόμενον. ὑπάρχει δ' εὐθὺς τῷ τοιούτῳ σώ-
D ματι, καὶ εὐχυμότατον τῶν ἄλλων ἁπάντων εἶναι, ὥστε καὶ λύπης, καὶ θυμοῦ, καὶ ἀγρυπνίας, καὶ φροντίδος ὄμβρων τε, καὶ αὐχμῶν, καὶ λοιμῶν, καὶ πάντων ἁπλῶς εἰπεῖν τῶν νοσερῶν αἰτιῶν, ῥᾷον τῶν ἄλλων ἀνέξεται σωμάτων. μάλιστα γὰρ δὴ τὰ κακόχυμα πρὸς τῶν τοιούτων αἰτιῶν ἐξελέγχεται ῥᾳδίως, ὡς ἂν ἤδη καὶ καθ' ἑαυτῶν πλησίον ἡκουσῶν νόσων. οὕτω μὲν ὑπὸ τῶν ἔξωθεν ἡμῖν προσπιπτόντων καὶ λυπούντων τὸ σῶμα, δυσαλωτοτάτη ἐστὶν ἡ εἰρημένη διάθεσις. ὅτι δὲ οὐδ' ὑπὸ τῶν τῆς τροφῆς περιττωμάτων εὐάλωτος ὑπάρχει
E νόσοις, ὧδ' ἂν μάλιστα καὶ τόδε μάθοις, εἰ λογίσαιο μήτε πλῆθος ἐν τῇ τοιαύτῃ φύσει, μήτε κακοχυμίαν οὐδεμίαν, ἢ ἀθροίζεσθαι ῥᾳδίως, ἢ ἀθροισθεῖσαν, λυμαίνεσθαί τι τοῖς ζώοις. ἥτε γὰρ συμμετρία τῶν φυσικῶν ἐνεργειῶν πρὸς ἀλλήλας, καὶ ἡ καθ' ἑκάστην αὐτῶν ἀρετή, καὶ γίνεσθαι κωλύει τὰ περιττώματα, καὶ γινόμενα, ῥᾳδίως ἐκκρίνει. κἂν εἰ μείνειε δὲ ποτε μέχρι πλείονος, ἥκιστα νικᾶται πρὸς αὐτῶν. τὸ μὲν γὰρ ὑπὸ τῶν νοσερῶν αἰτιῶν ῥᾳδίως νικᾶσθαι τοῖς ἀσθενέσι τε καὶ δυσκράτοις φύσεσιν ὑπάρχει. τὸ δ' ἀντέχειν ἐπὶ πλεῖστον, ταῖς εὐκράτοις καὶ ἰσχυραῖς, ὁποίαν εἶναι τὴν ἀρίστην ἔφαμεν. ἔχεις
F δ' αὐτῆς ἐν μὲν τοῖς περὶ κράσεων ὑπομνήμασιν, ὡς εὐκράτου τὰ γνωρίσματα, κατὰ δὲ τὸ ἑπτακαιδέκατον τῆς περὶ χρείας μορίων, ὡς συμμέτρως ἐχούσης τοῖς ὀργανικοῖς μορίοις. καὶ νῦν δ' ἂν οὐδὲν ἧττον ἐκ τῶν νῦν εἰρησομένων, ἀναμνησθείης αὐτῶν. ἐπεὶ γὰρ οὐκ ἐστενωμένον, οὐδ' ἁπλοῦν ἀκριβῶς, οὐδ' ἄτμητον πρᾶγμα τὴν ὑγείαν ἐδείξαμεν ἐν τοῖς περὶ αὐτῆς λόγοις,

ἀλλ' εἰς ἱκανὸν πλάτος ἐκτείνεσθαι δυναμένην, δοκεῖ μοι καλῶς ἔχειν, εἰ μέλλει χρήσιμος ὁ λόγος ἔσεσθαι τοῖς ἐργαζομένοις τὴν τέχνην, μὴ μόνον τὸ σπάνιον ἐν αὐτῷ σῶμα, ὃ δὴ παράδειγμα τοῦ Πολυκλείτου κανόνος ἐν τῷ λόγῳ πλάττειν, ἀλλὰ καὶ τῶν ἀπολειπομένων μὲν αὐτοῦ κατά τι, μὴ μέντοι καταφανῶς ἤδη, καὶ μέγα τὸ σφάλμα κεκτημένων ἀναμνησθῆναι. τό τε γὰρ ἑτοίμως γνωρίζειν τὴν ἀρίστην κατασκευὴν τοῦ σώματος, εἰ καὶ σπανίως ἡ γένεσις αὐτοῦ, καὶ τὸ τὰς ἄλλας ἁπάσας, αἷς ὁμιλοῦμεν ὁσημέραι διαγινώσκειν ῥᾳδίως, οὕτως ἂν μάλιστα ἡμῖν ὑπάρξῃ. τὸ μὲν γὰρ ἄκρως ἐν ἅπασι κατωρθωμένον, ὡς μήτε τῶν ὁμοιομερῶν, μήτε τῶν ὀργανικῶν μορίων μηδὲν ἔχειν ἀμέτρως διακείμενον, οὐ πάνυ τι συνεχῶς, ἀλλ' ἐν μακροτέραις χρόνων περιόδοις εἴωθε γίνεσθαι, τὸ δ' ἀπολειπόμενον βραχὺ τοῦδε κἂν συνεχῶς θεάσαιο.

A sed quæ in latitudinem amplam satis extendi possit, bene habet meo iudicio, si liber vtilis futurus sit artem exercentibus, non solùm rarum in eo corpus, & velut Polycleti regulæ exemplum in sermone fingere, formaréque, sed etiam eorum meminisse, quæ ab huius perfectione paulum deficiunt, non tamen euidenter adeo declinare deprehenduntur. Nam optimam corporis constitutionem promptè cognoscere raro contingit; item alias omnes illorum quibuscum quotidianam agimus consuetudinem, ex facili discernere, hac ratione minùs est integrum. Etenim summa in omnibus sanitatis perfectio, vt nec similaris, B nec organica pars vlla immoderatam dispositionem obtineat, non adeò assidua, sed per longiores temporum circuitus adesse consueuit. Eam vero quæ ab illa paululum deficiat, frequenter videre licet.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Δ'.

Τί εὔκρατόν τε καὶ σύμμετρον, ἐν οἷν δυοῖν ἡ ἀρίστη σώματος κατασκευὴ τίθεται.

ΤΟ μὲν οὖν ἀκριβῶς εὔκρατον, μέσον ἐστὶν ἁπαλοῦ τε καὶ σκληροῦ, καὶ δασέος, καὶ ψιλοῦ τριχῶν, καὶ φλέβας εὐρείας ἔχοντος, ἢ στενάς, καὶ σφυγμοὺς μεγάλους, ἢ μικρούς. τὸ δ' ἀκριβῶς σύμμετρον τοῖς ὀργανικοῖς μορίοις ἑνὶ κεφαλαίῳ περιληφθέν, οἷός περ ὁ Πολυκλείτου κανὼν ὑπάρχειν ἐλέγετο. ὅσα δὲ ἤδη θερμότερα τοῦ προσήκοντός ἐστιν, οὐ μὴν πολλῷ γε, ψυχρότερα δὴ καὶ ὑγρότερα, καὶ ξηρότερα μετρίως, καίτοι μέρος ἓν οὐκ ὀρθῶς διαπεπλασμένον ἔχοντα, ταῦτα σύμπαντα καὶ πλεονεκτεῖν, ἐνίοτε τοῦ συμμέτρου δόξειεν. αὐτίκα τὸ μὲν σκληρότερον αὐτοῦ σῶμα, δυσπαθέστερόν ἐστιν ἅπασι τοῖς ἔξωθεν αἰτίοις, τὸ δ' ἁπαλώτερον, τοῖς ἔνδοθεν. οὕτω δὲ καὶ τὸ μὲν πυκνότερον, τοῖς ἔξωθεν, τὸ δὲ ἀραιότερον, τοῖς ἔνδοθεν. τὸ γοῦν ὑφ' Ἱπποκράτους εἰρημένον ἐν τῷ περὶ τροφῆς. ἀραιότης σώματος εἰς διαπνοήν, οἷς πλεῖον ἀφαιρέεται ὑγιεινότερον, οἷς ἔλασσον νοσωδέστερον. περὶ τῶν ἐκ τῆς τροφῆς περιττωμάτων εἰς ὑγείαν, καὶ νόσον συντελούντων εἴρηται. οὐ γὰρ δή γε περὶ τῶν ὑγιεινῶν ἁπλῶς, ἢ νοσερῶν σωμάτων ἐν ἐκείνῳ τῷ βιβλίῳ προὔκειτο λέγειν αὐτῷ, ἀλλὰ περὶ πάντων τῶν ἐκ τῆς τροφῆς γινομένων ἀγαθῶν τε, καὶ κακῶν, τὸν λόγον ποιούμενος, εὐλόγως ἐμνημόνευσε καὶ τῶν ὅσον ἐπὶ τοῖς ἐξ αὐτῶν περιττώμασιν, ὑγιεινῶν καὶ νοσερῶν σωμάτων. τὸ μὲν γὰρ ἀραιότερον, ὑγιεινότερον, ὅσον ἐπὶ τοῖσδε. τὸ δὲ πυκνότερον, νοσερώτερον. ἔμπαλιν δὲ τοῖς ἔξωθεν αἰτίοις ἅπασιν, τὸ μὲν ἀραιότερον, εὐαλωτότερον, τὸ δὲ πυκνότερον, δυσπαθέστερον. ὥστε τὸ σύμμετρον σῶμα πρὸς τοῖς ἄλλοις ἀγαθοῖς, οὔτ' ἀραιόν, ἢ πυκνὸν ἔχομεν εἰπεῖν, ἀλλ' ὥσπερ τῶν ἄλλων ὑπερβολῶν μέσον, οὕτω καὶ τῶνδε πλεονεκτεῖ, κατά τι τῶν ὑπερβαλλόντων ἑκάτερον. τὸ μὲν γὰρ πυκνότερον ἧττον, τοῖς ἔξωθεν αἰτίοις εὐάλωτον, τὸ δ' ἀραιότερον, τοῖς ἔνδοθεν. ἀμφοτέροις δὲ δυσάλωτον ἀκριβῶς μέν, οὐκ ἂν εὕροις οὐδέν, μετρίως δέ πως τὸ μέσον ἁπασῶν τῶν ὑπερβολῶν, ὃ δὴ καὶ πάντων σωμάτων ὑγιεινότατον εἶναί φαμεν. οὕτω δὲ καὶ τὸ μὲν ξηρότερον τοῦ συμμέτρου σώματος, τοῖς ὑγραίνουσιν αἰτίοις ἅπασίν ἐστι δυσαλωτότερον. τὸ δ' ὑγρότερον, τοῖς ξηραίνουσιν. ὥσθ' ὅπερ μοι ἐλέχθη μικρῷ πρόσθεν, οὐ πάντα πάντων ἐστὶ δυσπαθέστατον

CAPVT IV.

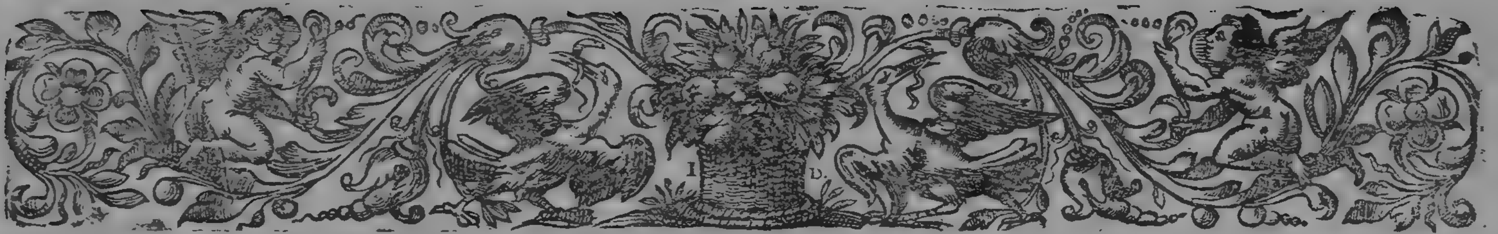
Quid temperatum ac commoderatum in quibus duobus optima consistit corporis constitutio.

C QVod igitur exactè temperatum dicimus, in medio planè est, ita vt nec hirsutum id meritò dixeris, nec glabrum, sed nec molle, nec durum, nec nigrum, nec candidum; adde etiam nec venis amplis, nec obscuris, nec pulsibus magnis, nec exiguis. Porrò quod compositarum partium symmetriam habet, vno verbo ceu Polycleti regula esse dicitur. Quæ verò iam calidiores iusto sunt, non tamen multo, sed frigidiores, humidiores, & ficciores modicè, vnam licet partem non rectè formatam habeant, hæ vniuersim simul mediocritatem interdum excedere videbuntur. Iam verò durior eius pars omnibus affectuum D causis exterioribus minùs offenditur, mollior internis; pari modo densior externis; rarior internis. Hinc illud Hippocratis dictum in libro de Alimentis. *Raritas corporis ad perspiratum, quibus maior adest, salubrior; quibus minor est secus.* De nutrimenti excrementis, quæ ad sanitatem vel morbum momentum adferunt, dictum accepimus. Non enim de sanis absoluto sermone, vel morbosis corporibus in commentario illo statuit dicere, sed de omnibus quæ vel bonitatem, vel vitia ex nutrimentis sibi conciliant, verba faciens, meritò commeminit etiam illorum, quæ sana, aut E ægra ex alimentorum recrementis euaserint. Nam quantum ad hæc attinet, quo corpus magis rarum, hoc salubriùs viuit. Quo densum magis, hoc morbis faciliùs corripitur. Econtrario, rarum externis omnibus causis magis opportunum est, densum minus. Proinde symmetron corpus, hoc est moderatum, præter alia bona, nec rarum, nec densum possumus dicere; sed quemadmodum aliorum excessuum medium est, sic & horum. At vincit aliquatenus vtriusque corporis excellentiam. Siquidem densius minùs exterioribus causis obuium est, rarius internis. Sed quod F ab vtrisque ægrè corripiatur, nullum inuenias. Mediocriter autem id, quod vniuersorum excessuum medium est, quod etiam omnium corporum saluberrimum esse dicimus. Hoc modo siccius mediocri, humidorum causis omnibus, humidius siccioribus minus obiicitur. Quapropter quod antea diximus, non omnibus difficilius afficitur medium,

medium, sed singulis quidem vna aliqua re inferius, omnium autem maximè eligendum. Cæterùm quòd non vel magnum huiusmodi, vel paruum, vel medium esse requiritur, ostensum mihi est in opere de temperamentis. Quin & nunc dicetur. Nam magnum propter materiæ copiam, paruum ob paucitatem tale redditur, quemadmodum statua magna ex ære multo, parua ex pauco. Symmetrum verò particulis vtrumque esse nihil prohibet. Quinetiam corpus, eo quòd neque densum, neque rarum, neque durum, neque insigniter sit molle, neque hirsutum, neque glabrum, temperatissimum est, quantamcunque magnitudinem habuerit. Si verò partium organicarum symmetrias seruet inuicem, optimè vtique comparatum, absolutéque constructum ita ad functiones obeundas viderimus. Atqui iusto maius, aut minus, duplici causa redditur. Maius vel ob humoris vel materiæ exuberantiam, minus propter siccitatem præpollentem, aut materiæ penuriam. Augmentum enim est donec ossa corroborentur. At corroborantur exigua magnitudine propter materiæ defectum, vel siccitatem. Quamobrem non absolutè, neque magnitudo humoris, neque paruitas siccitatis indicium est. Cessat enim quodque ab incremento vel maturius, vel serius duplici occasione. Quare si magnum, molle etiam statim est, si paruum, durum; sic humidum hoc, illud siccum. Vbi autem hæc separari non possunt, superuacuum est ad magnitudinem vel paruitatem respicere. Nam temperamentorum notæ propriæ sufficiunt. Porrò disputamus de iis copiosiùs in libris de temperamentis. Iam si hæc ita se habent, optima corporis constitutio in duobus istis ponenda venit, nempe proba similarium temperie, instrumentariarum verò symmetria.

A τὸ μέσον, ἀλλ' ἑκάστου μὲν καθ' ἕν τι χεῖρον, ἁπάντων δὲ αἱρετώτατον. ὅτι δ' οὐκ ἀναγκαῖον, ἢ μέγα τὸ τοιοῦτον, ἢ μικρὸν, ἢ μέσον ὑπάρχειν, εἴρηται μὲν κἀν τοῖς περὶ κράσεων. οὐδὲν δ' ἧττον εἰρήσεται, καὶ νῦν. ὡς τὸ μὲν μέγα, καὶ διὰ πλῆθος ὕλης, τὸ δὲ σμικρὸν, καὶ διὰ βραχύτητα γίνεται τοιοῦτον, ὥσπερ ἀνδριὰς, μέγας μὲν, ἐκ χαλκοῦ πολλοῦ. μικρὸς δὲ ἐξ ὀλίγου, σύμμετρον δ' εἶναι τοῖς μορίοις ἑκάτερον, οὐδὲν κωλύει. καὶ δὴ καὶ σῶμα, τὸ μὲν μήτ' εἶναι πυκνὸν ἐπιδήλως, μήτ' ἀραιὸν, μήτε σκληρὸν, μήτε μαλακὸν, μήτε λάσιον, μήτε ψιλὸν, εὐκρατότατόν ἐστιν, ὁπηλίκον ᾖ μεγέθει. εἰ δὲ καὶ τὰς συμμετρίας τῶν ὀργανικῶν μορίων τὰς
B πρὸς ἄλληλα σώζοι, κάλλιστόν τε ἂν οὕτως ἰδέσθαι κατωρθωμένον τελέως ἐν τῇ κατασκευῇ ὑπάρχον. τὸ δὲ μεῖζον τοῦ δέοντος, ἢ σμικρότερον, κατὰ διττὰς αἰτίας γίνεται. τὸ μὲν μεῖζον, ἢ διὰ πλεονεξίαν ὑγρότητος, ἢ ὕλης. τὸ δ' ἔλαττον, ἢ διὰ ξηρότητα κρατοῦσαν, ἢ ὕλης ἔνδειαν. αὔξησις μὲν γὰρ ἔστ' ἂν τὰ ὀστᾶ κρατυνθῇ, κρατύνεται δὲ ἐπὶ σμικρῷ μεγέθει, δι' ὕλης ἔνδειαν, ἢ ξηρότητα, ὥστε οὐχ ἁπλῶς, οὔτε τὸ μέγεθος ὑγρότητος σημεῖον, οὔθ' ἡ σμικρότης ξηρότητος. παύεται γὰρ τῆς αὐξήσεως, ἢ πρωϊαίτερον, ἢ ὀψιαίτερον ἕκαστον, ἐπὶ διττῇ προφάσει, ὥστε ἀλλ' εἰ μὲν τὸ μέγα, καὶ μαλακὸν εὐθὺς ὑπάρχει, τὸ δὲ σμικρὸν, σκληρὸν, εἴη ἂν οὕτω τὸ μὲν ὑγρὸν, τὸ δὲ ξηρόν. ἀλλ' εἰ ταῦτα ἀχώριστα, περιττὸν εἰς μέ-
C γεθος, ἢ σμικρότητα βλέπειν. ἀρκεῖ γὰρ τὰ τῶν κράσεων ἴδια γνωρίσματα. εἴρηται δὲ ἐπὶ πλέον ὑπὲρ αὐτῶν, ἐν τοῖς περὶ κράσεων. εἴπερ οὖν ταῦθ' οὕτως ἔχει, τὴν ἀρίστην κατασκευὴν ἐν δυοῖν τούτοιν θετέον, εὐκρασίᾳ μὲν τῶν ὁμοιομερῶν, συμμετρίᾳ δὲ τῶν ὀργανικῶν.





ΓΑΛΗΝΟΥ ΠΕΡΙ ΕΥΕΞΙΑΣ ΒΙΒΛΙΟΝ.

GALENI DE BONO HABITV LIBER.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΤΩΝ ΕΝ ΤΩι ΒΙΒΛΙΩι.

Τί ἐστιν ἡ ἕξις· τί ἡ εὐεξία· τί ἡ ἁπλῶς εὐεξία· τί ἡ πρός τι, ἡ μετὰ προσθήκης εὐεξία. καὶ οὗ ἡ ἁπλῶς εὐεξία, καὶ πῶς διαφέρει τῆς τῶν ἀθλητῶν εὐεξίας.

ARGVMENTVM LIBRI.

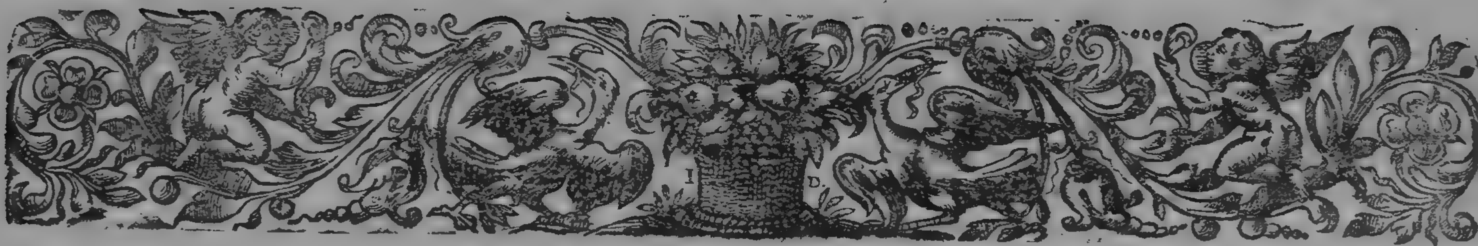
Quid habitus, quid bonus habitus, quid bonus habitus simpliciter, quid bonus habitus ad aliquid, siue cum adiectione, & vbi bonus habitus simpliciter, & quid differat ab habitu athletarum.

A Τὸ τῆς ἕξεως ὄνομα κατὰ παντὸς ἐπιφέρειν εἰθίσμεθα, τοῦ μονίμου τε, καὶ δυσλύτου, καὶ οὐδὲν μᾶλλον ἐπαινοῦντες, ἢ ψέγοντες, ἀλλ' ὅταν εὐεξίαν, ἢ καχεξίαν εἴπωμεν, ἤδη τηνικαῦτα διορίζομεν, ὁποίαν τινὰ τὴν ἕξιν εἶναί φαμεν. ἀγαθὴ μὲν οὖν ἁπλῶς ἕξις ἐν ἀρίστῃ κατασκευῇ γίνεται σώματος, οὐχ ἁπλῶς δὲ καὶ καθ' ἑκάστην φύσιν σώματος. ἡ μέντοι καχεξία περὶ πᾶσαν συνίσταται κατασκευὴν σώματος, εἴθ' ἁπλῶς, εἴτ' ἐν τῷ πρός τι λέγοιτο. χρὴ τοίνυν ἀναμνησθῆναι τῶν περὶ ἀρίστης κατασκευῆς εἰρημένων ἰδίᾳ, τὸν βουλόμενον ἀκριβῶς ἐπιγνῶναι, τί ποτέ ἐστιν ἁπλῶς εἰπεῖν εὐεξία. B πλάτος γὰρ ἱκανὸν ἐχούσης τῆς ὑγείας, ὡς πολλάκις ἐν ἑτέροις ἐπιδέδεικται, τὴν μὲν ἐπίτασιν αὐτῆς εὐεξίαν ὀνομάζουσιν οἱ παλαιοὶ φιλόσοφοί τε καὶ ἰατροί, τὴν δὲ ἔκλυσιν, ἰδίῳ μὲν οὐκέτι προσαγορεύουσιν ὀνόματι. ὃ δὲ τοῦ παντὸς γένους ὡσαύτως ὑγείαν καλοῦντες, ὥστ' ἀρίστη τις ὑγεία, ἡ εὐεξία. καὶ διὰ τοῦτο ἐν τοῖς ἄριστα κατεσκευασμένοις γίνεται σώμασιν. εἰ γάρ τι τοιοῦτον, οὐκ ἂν δέξαιτο τὴν ἀρίστην ὑγείαν, ὥστ' οὐδὲ τὴν εὐεξίαν. εἰ δὲ ἐν τῷ πρός τι, κατὰ τὴν ἑκάστου φύσιν γίνεται, καὶ διὰ τοῦτο μετὰ προσθήκης λέγεται Δίωνος, εἰ οὕτως ἔτυχεν, ἢ Μίλωνος εὐεξία, οὐχ ἁπλῶς εὐεξία. C ἡ μέν γε τοῦ Μίλωνος, καὶ ἡ τοῦ Ἡρακλέος, καὶ ἡ τοῦ Ἀχιλλέος, ἁπλῶς τ' εἰσὶν εὐεξίαι, καὶ χωρὶς προσθήκης ὀνομάζονται. καθάπερ καὶ καλὸς μὲν ὁ Ἀχιλλεὺς ἁπλῶς, ὁ δὲ πίθηκος οὐχ ἁπλῶς, ἀλλ' ὡς πίθηκος καλός. ἐκ τῶν μετὰ προσθήκης ἐστὶ λεγομένων, καὶ ἡ τῶν ἀθλητῶν εὐεξία, καὶ δεόντως ὑπὲρ αὐτῆς ὁ Ἱπποκράτης ἔλεγεν, ἐν τοῖσι γυμναστικοῖσιν, αἱ ἐπ' ἄκρον εὐεξίαι σφαλεραί. οὐ γὰρ δὴ τήν γε ἁπλῶς ὀνομαζομένην εὐεξίαν, ἐπειδὰν εἰς ἄκρον ἥκῃ, σφαλερὰν εἶναί φησιν. αὐτὸ γὰρ δὴ τοῦτό ἐστιν αὐτῇ τὸ εἰς ἄκρον ἥκειν, ὃ πασῶν τοῦ σώματος τῶν διαθέσεων ὑπάρχειν ἡ ἀσφαλεστάτη. ἀλλ' ἡ τῶν ἀθλητῶν, ἢ τῶν γυμναστικῶν, ἢ ὅπως ἂν ἐθέλοι τις ὀνομάζειν εὐεξίαν, διότι μὴ ἁπλῶς ἐστιν εὐεξία, ἡ ἀρίστη διάθεσις σώματος

A HABITVS nomen de omni firmo, & dissolutu difficili vsurpare consueuimus, nihil eo magis vel laudantes, vel reprobantes. At quum bonum, aut prauum habitum, seu euexiam vel cachexiam diximus, iam tum qualis sit habitus, distinguimus, & pronunciamus. Bonus itaque simpliciter habitus in optima corporis constitutione est, non verò simpliciter, & in quaque corporis natura. Malus sanè in omni corporis statu cõsistit, siue simpliciter dicatur, siue ad aliquid dicatur. Oportet igitur eum in mentem reuocare, quæ priuatim de optimo statu scripta sunt, qui quid tandem sit simpliciter dictus bonus B habitus accuratè vult cognoscere. Nam quum latitudinem amplam satis habeat sanitas, vt alibi sæpe ostendimus, intensionem quidem eius veteres tum philosophi, tum medici euexiam, remissionẽ verò proprio nondum vocabulo, sed generali similiter sanitatem appellãt. Quare bona habitudo, optima quædam est sanitas. Ob idque corporibus optimè constitutis contingit. Nam quæ huiusmodi non sunt, sanitatem optimam haud possunt suscipere, eóque nec bonam habitudinem. Si verò æstimes ratione ad aliquid, in vniuscuiusq; natura generatur; idcirco cum additione dicitur, Dionis, C exempli gratia, vel Milonis habitudo bona, nõ autem simpliciter bonus habitus. Porrò Milonis bona habitudo, & Herculis, & Achillis, absolutè bonę habitudines sunt, & citra appendicẽ nominantur; quemadmodũ etiam formosus Achilles absolutè. Simia verò non absolutè bona, sed tanquam formosa Simia. Ex eorum numero quæ cum appositione dicuntur, est etiam Athletarum habitus. Et conuenienter de ipso Hippocrates dixit, *Exercitatorum ad summum venientes euexiæ, periculosæ.* Non enim simpliciter nominatam euexiam, quum ad summum venerit, periculosam esse scribit (nam idem est hoc ad summum venire, quod omnium corporis dispositionum esse securissimam) sed illã qua Athletæ, vel exercitati, vel quomodocunque euexiam appellare lubet, fruuntur, quoniam non simpliciter euexia, optima est corporis dispositio,

eam ad summum venientem periculo maximè exponi ratio est. Dispositio siquidē, ait, athletica, non natura, salubris habitus melior. Itaque sanæ habitudinis perfectio, euexia dicitur. Athletarum status non simpliciter, sed adiecto nomine pronunciatur, vt formosa simia, cubitus magnus, statera iniqua, reproba drachma. Siue enim cubitus magnus est, non ampliùs simpliciter cubitus, sed vniuersum hoc magnus cubitus erit. Siue statera iniqua est, non simplici magis nomine statera, sed totum hoc puta statera iniusta dicetur. Eodem modo etiam in aliis omnibus, quod citra adiectionem simpliciter nominatur, non eiusdem est naturæ cum iis quæ cum additione proferuntur. Imò interdum. Illud in summo consistens, laudādum; hoc verò, si ita eueniat, damnandum; quemadmodum etiam Athletarū euexia sic collaudatur, vt iure non solùm Hippocrates, vel alij veteres medici, sed philosophorum quoque præcipui eam vituperauerint. Nam Plato in tertio de Republica libro totam eius incommoditatem in naturæ functionibus, ad hæc quàm periculosam sanitatem reddat, abundè satis ostendit. Non enim probā temperiem corporis simpliciter, sed molis corporeę magnitudinem, quæ sine immoderata plenitudine non fit, insectatur; sic & periculosā ipsam, & ad ciuilia munia obeunda reddunt inutilem. Vt igitur ad reuera boni habitus exactam cognitionē perueniamus, conferenda est ei Athletarum euexia simili vocata nomine; insuper inquirendum quid vtrisque commune, quid contrarium insit. Omniū itaque corporis partium proba temperies, tum cōmunis ambabus est. Sic & functionum integritas, & si hæc, etiam succi probitas. Hæc sanè cōmunia sunt. Contraria verò commoderatio sanguinis, & totius solidarum partium molis in habitu, qui reuera bonus est. Immoderatio earundem, maximéque carnosi generis in Athletarum euexiis, quas periculum necessariò sequitur, vbi in summo consistant. Quum enim quātum necesse est edant, ventriculus validè concoquat, distributio propter coctionem ex facili fiat, sanguinis autē generatio, appositio, agglutinatio, & nutritio hæc consequuntur, metus est ne præter modum habitus impleatur, vt non ampliùs natura habeat locum quo appositū contineat. Atque hinc immoderatè sanguine venæ turgescunt; extinguitur autem & suffocatur innatus calor perspiratu destitutus. Quòd si adhuc is resistat, vas aliquod iecinoris, pulmonis, & thoracis præcipuum rumpitur. Etenim hîc mollioribus tunicis, quàm in artubus, vasa constant, priúsque nutrimētum suscipiunt, & sanguis tum ob naturalis ipsorum caloris copiam, tum actionum continuitatem, veluti feruore ebulliens, tunicas ipsorum, vt mustum dolia dirumpit. Atque hæc omnia, quæ immoderatas repletiones sequuntur necessariò, hunc in modum fiunt, & demonstrationes eorum physicas comitantur speculationes. Quòd autem natiuus calor venis sanguine vberiùs repletis extinguitur, in libro de Respirationis vsu dictum est. Venas autem rumpi, Anatomicę institutiones docent. Ita enim Hippocrates sentire videtur, non solùm quando dicit, *in Gymnasticis euexiam, quum ad summum peruenit, esse periculosam*, sed quando alibi quoque scribit, *quum quis subito mutus redditur, venarum interceptiones corpus infestant*. Repentinas enim omnium functionum resolutiones, per maximè præcipuam vnam indicauit. Interceptiones autem venarum, immodicas repletiones dixit, quum perspiratu ad refrigerium destituūtur.

A εὐλόγως εἰς ἄκρον ἰοῦσα σφαλερωτάτη γίνεται. διάθεσις γάρ φησιν ἀθλητικὴ οὐ φύσει, ἕξις ὑγιεινὴ κρείσσων. τῆς μὲν οὖν ὑγιεινῆς ἕξεως ἡ τελειότης, εὐεξία ἐστί. τῆς δὲ τῶν ἀθλητῶν διαθέσεως, οὐχ ἁπλῶς, ἀλλὰ μετὰ προσθήκης, ὡς εὔμορφος πίθηκος, καὶ πῆχυς μέγας, καὶ ἄδικος χοῖνιξ, καὶ ἀδόκιμος δραχμή. εἴτε γὰρ ὁ πῆχυς μέγας, οὐκέθ᾽ ἁπλῶς πῆχυς. ἀλλ᾽ ὅλον τοῦτο μέγας πῆχυς, εἴτε ἡ χοῖνιξ ἄδικος, οὐκέθ᾽ ἁπλῶς χοῖνιξ, ἀλλ᾽ ὅλον τοῦτο χοῖνιξ ἄδικος. ὡσαύτως δὲ κἀπὶ τῶν ἄλλων ἁπάντων, τὸ χωρὶς τῆς προσθήκης ἁπλῶς ὀνομαζόμενον, οὐ τῆς αὐτῆς ἐστι φύσεως τῶν μετὰ προσθήκης λεγομένων. ἀλλ᾽
B ἐνίοτε τὸ μὲν ἄκρως ἐπαινετόν ἐστι, τὸ δὲ εἰ οὕτως ἔτυχεν, ψεκτόν· ὥσπερ γε καὶ ἡ τῶν ἀθλητῶν εὐεξία, τοσοῦτον δὴ τὸ ἐπαινετὸν ἔχει, ὥστε ψέγεσθαι δεόντως, οὐχ ὑφ᾽ Ἱπποκράτους μόνον, ἢ τῶν ἄλλων ἰατρῶν τῶν παλαιῶν, ἀλλὰ καὶ πρὸς τῶν ἀρίστων φιλοσόφων. ὡς καὶ Πλάτωνος ἐν τῷ τρίτῳ τῆς πολιτείας, τήν τε ἀχρηστίαν αὐτῆς ἅπασαν, εἰς τὴν κατὰ φύσιν ἐνέργειαν ἐπιδεδεικνυκότος, καὶ ὡς σφαλερὰ πρὸς ὑγείαν ἐστὶ διεξιόντος. οὐ γὰρ εὐκρασίαν ἁπλῶς τοῦ σώματος, ἀλλὰ καὶ μέγεθος ὄγκου μεταδιώκοντος, ὃ χωρὶς ἀμέτρου πληρώσεως, οὐκ ἂν γένοιτο. οὕτω καὶ σφαλερὰν αὐτὴν ἀπεργάζονται, καὶ πρὸς τὰς πολιτικὰς
C ἐνεργείας ἄχρηστον. ἵνα τοίνυν τῆς ὄντως εὐεξίας εἰς ἀκριβῆ γνῶσιν ἀφικώμεθα, παραλαβεῖν αὐτῇ χρὴ τὴν ὁμώνυμον εὐεξίαν τὴν ἀθλητικήν, καὶ σκέψασθαι τί ταὐτὸν ἑκατέραις ὑπάρχει, τί τε ἐναντίον. ἡ μὲν δὴ τῶν μορίων ἁπάντων τοῦ σώματος εὐκρασία, κοινὸν ἀμφοῖν. οὕτω δὲ καὶ ἡ τῶν ἐνεργειῶν ἀρετή, καὶ εἴπερ ταῦτα, καὶ ἡ εὐχυμία. ταυτὶ μὲν τὰ κοινά. τὰ δὲ ἐναντία, συμμετρία μὲν αἵματός τε, καὶ τοῦ τῶν στερεῶν σωμάτων ὄγκου παντὸς ἐν ταῖς ὄντως εὐεξίαις. ἀμετρία δὲ τῶν αὐτῶν τούτων, καὶ μάλιστα τοῦ σαρκώδους γένους ἐν ταῖς ἀθλητικαῖς, αἷς ἐξ ἀνάγ-
D κης ἕπεται τὸ σφαλερόν, ἐπειδὰν εἰς ἄκρον ἀφίκηται. ὅταν γὰρ ἐσθίωσι μὲν πρὸς ἀνάγκην, πέττῃ δὲ ἡ γαστὴρ ἐῤῥωμένως, καὶ ἡ ἀνάδοσις γίνηται ἐπὶ τῇ πέψει ῥᾳδίως, αἱμάτωσίς τε, καὶ πρόσθεσις, καὶ πρόσφυσις, καὶ θρέψις ἕπεται τοῖσδε, κίνδυνος ὑπερπληρωθῆναι τὴν ἕξιν, ὡς μηκέτ᾽ εἶναι τῇ φύσει χώραν προσθέσεως, κἂν τῷδε πληρῶνται μὲν αἵματος αἱ φλέβες ἀμέτρως, κατασβέννυται δὲ καὶ πνίγεται τὸ ἔμφυτον θερμόν, ἀπορίᾳ τῆς διαπνοῆς. εἴπερ δὲ ἔτ᾽ ἀντέχει τοῦτο, ῥήγνυταί τι τῶν ἐπικαίρων ἀγγείων, ἃ δὴ κατὰ πνεύμονά τε καὶ ἧπαρ, καὶ θώρακα τέτακται. καὶ γὰρ μαλακώτερα τοῖς χιτῶσι τῶν ἐν τοῖς κώλοις
E ὑπάρχει ταῦτα, καὶ πρότερον τὴν τροφὴν δέχεται, καὶ διὰ τὸ πλῆθος τῆς ἐν αὐτοῖς φυσικῆς θερμασίας, ἔτι τε τῶν ἐνεργειῶν τὸ συνεχές, ὅμοιόν τι τῇ ζέσει πάσχον τὸ αἷμα, τοὺς χιτῶνας αὐτῶν ἀναῤῥήγνυσιν, ὥσπερ ὁ γλεύκινος οἶνος, τοὺς πίθους. ταῦτά τε οὖν οὕτω γὰρ πάντα, ταῖς ἀμέτροις πληρώσεσιν ἐξ ἀνάγκης ἑπόμενα, καὶ αἱ περὶ αὐτῶν ἀποδείξεις, τοῖς φυσικοῖς ἕπονται λόγοις· ὅτι δὲ σβέννυται τὸ ἔμφυτον θερμόν, ὑπερπληρωθεισῶν αἵματος τῶν φλεβῶν, ἐν τοῖς περὶ χρείας ἀναπνοῆς εἴρηται, ὅτι δ᾽ αἱ φλέβες ῥήγνυνται ἐν τοῖς ἀνατομικοῖς. οὕτω δ᾽ ἂν καὶ ὁ Ἱπποκράτης φανείη γινώσκων, οὐ μόνον ἐπειδὰν φησὶ τὴν
F ἐν τοῖς γυμναστικοῖς ἐπ᾽ ἄκρον εὐεξίαν εἶναι σφαλεράν, ἀλλὰ κἀπειδὰν ἑτέρωθεν γράφῃ τῷδε, ἐξαίφνης ἄφωνον γενέσθαι· φλεβῶν ἀπολήψιες τὸ σῶμα λυπέουσι. τὰς γὰρ αἰφνιδίους παραλύσεις τῶν ἐνεργειῶν ἁπασῶν, διὰ μιᾶς ἐπικαιροτάτης ἐδήλωσεν. ἀπολήψεις δὲ φλεβῶν, τὰς ὑπερπληρώσεις εἶπεν, ἐπειδὰν ἀπορῶσιν εἰς ἀνάψυξιν διαπνοῆς.



ΓΑΛΗΝΟΥ ΠΡΟΣ ΘΡΑΣΥΒΟΥΛΟΝ ΒΙΒΛΙΟΝ, ΠΟΤΕΡΟΝ ΙΑΤΡΙΚΗΣ, Η ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗΣ ἐστὶ τὸ ὑγιεινόν.

GALENI AD THRASYBVLVM LIBER, VTRVM MEDICINAE SIT, VEL GYMNASTICES HYGIEINNE.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Α'.

Προοίμιον, καὶ ὅ,τι ἐστὶν ἡ τῆς εὑρέσεως ἑκάστου τοῦ πράγματος ἀρχή.



ΟΥΚ ἄλλα μὲν, ὦ Θρασύβουλε, παραχρῆμα, περὶ τοῦ προβληθέντος ὑπὸ σοῦ ζητήματος εἶπον, ἄλλα δὲ συγγράψεσθαι τοῖς ὑπομνήμασιν ἔχω. πάντως γάρ που γινώσκεις, ὡς ἀεί τε, τὰ αὐτὰ περὶ τῶν αὐτῶν διεξέρχομαι, καὶ ὡς εἰς οὐδὲν ἐπιχειρῶ λέγειν, ὧν οὔτε μέθοδον ἔμαθον, οὔτ᾽ ἐγυμνασάμην πω κατ᾽ αὐτήν. ἀρχὴ τοίνυν εὑρέσεως, οὐ τούτῳ μόνῳ τῷ νῦν προκειμένῳ σκέμματι, τὸ γνῶναι τί ποτ᾽ ἐστὶ τὸ ζητούμενον, ἀλλὰ καὶ τοῖς ἄλλοις ἅπασιν. αὐτὸ δὲ δὴ τοῦτο τὸ γνῶναι, διττόν ἐστιν. ἢ γὰρ τὴν ἔννοιαν μόνην τοῦ πράγματος, ἢ καὶ τὴν οὐσίαν γινώσκομεν. ὅπῃ δ᾽ ἀλλήλων ταῦτα διαφέρει, γέγραπται μὲν ἐπὶ πλέον ἐν τοῖς περὶ ἀποδείξεως, ἵνα περ καὶ τὰς ἄλλας ἁπάσας μεθόδους ἐξεθέμεθα. γένοιτο δ᾽ ἂν καὶ νῦν δῆλον ἐξ αὐτῆς τῆς χρήσεως.

CAPVT PRIMVM.

Præfatio: & quodnam sit cuiusque rei inueniendæ principium.



NON alia quidem, ô Thrasybule, de proposita à te quæstione ex tempore disserui, alia verò in præsentia hisce commentariis traditurus sum; id enim prorsus haud ignoras, me semper eadem de iisdem asserere, neque quicquam tractandum suscipere, cuius neque methodum didicerim, neque in ea me aliquandiu exercuerim. Inuentionis igitur initium non in hac sola nunc proposita contemplatione, sed etiam in aliis omnibus fuerit, ante cognoscere, quidnam est id, quod quæritur. Huiusmodi verò notitia gemina est, aut enim solam rei notionem, aut essentiam quoque percipimus. Sed quo hæ discrimine separentur, ampliter in libro De demonstratione proditum est, vbi & alias omnes methodos explicauimus; quin & iam in præsentia ex ipso vsu patescet.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Β'.

Ὅπως δεῖ τὸ νῦν ζητούμενον προβάλλειν.

ΟΝτος γὰρ τοῦ προβλήματος τοῦδε, πότερον ἰατρικῆς, ἢ γυμνασικῆς ἐστι τὸ καλούμενον ὑγιεινόν, καὶ σοῦ, διὰ ταῦτα, ἀξιώσαντος ἀκοῦσαι τὴν ἐμὴν ὑπὲρ αὐτοῦ δόξαν, ὅτι πολλάκις ἰατροῖς τε καὶ γυμνασταῖς ἔφησθα παραγεγονέναι διαμφισβητοῦσιν, ἀποκρίνεσθαί μοι πρότερον ἠξίωσά σε, τίνα ποτὲ τὴν ἔννοιαν ἑκάστου τῶν ὀνομάτων ἔχεις ἰατρικῆς τε, καὶ γυμνασικῆς, καὶ ὑγιεινοῦ· μή που σὺ μὲν ὑπὲρ ἄλλων πραγμάτων ἀκούειν ποθῇς, ἐγὼ δ᾽ ὑπὲρ ἄλλων σοι διαλέγωμαι, κἄπειτα πρὸς τοὔνομα

CAPVT II.

Quomodo præsens quæstio proponenda.

HOc enim in dubium reuocato, vtrum medicæ artis, an exercitatricis pars, ea facultas sit, quæ salubris vocata est, téque meam idcirco hac de re sententiam efflagitante, quum plerumque ad medicos, gymnastásque de hoc ambigentes te accessisse diceres, te mihi priùs respondere dignum censui, quàm cuiusque istorum nominum, medicinæ videlicet, exercitatoriæ, & salubris, notionem habeas; ne fortè de aliis rebus tu narrationem cupias, ego de aliis tibi sermonem faciam, atque ita ad nomen tantùm

tantùm, non ad rem ipsam, nostra dirigatur oratio. Tu quidem ad hoc subticuisti, me ipsum existimans de omnibus omnia dicere debere; sed non ita rei veritas habet, multa enim non vnum proposuisses; primùm, quid sit medicina, secundò quid exercitatoria, tertiò post hæc quid facultas, aut & id ipsum, quod potissimum quæritur, ad vtram prædictarum artium ista pertineat. Atqui istud ipsum quartum non ita simpliciter debere proponi affirmabam, ad vtram reduci deberet, sed ita statim addendo, an propria, an affinis, an pars esset, aut quomodocunque aliter quispiam dicere velit, futurum enim & inde aliquod inueniendi quæsiti principium. Namque, si ita perfectè proponatur, ac per Iouem interrogetur. Nunquid medicinæ, an gymnasticæ, affinis sit salubris; quum trium quoque illorum nominum significatum exposuerimus, medicinæ videlicet, gymnasticæ, & salubris; post hæc etiam quartum explicare oportebit, affine quid significet, & quæ sit eius dignoscendi ratio. Sed hoc proprium quidem ipsius propositi est: at medicina quid sit, declarare, quid gymnastica, quid salubris, non est ipsius propositi proprium, hæc tamen in confesso esse necesse est. Quare quum vnum id, quod & tu proposueras explicare tunc velles, quumque te in respondendo periclitantem hæsitantémque viderem, virum quendam inter philosophos in rationali speculatione versatos non ignobilem, sermonibus nostris fortuito occurrentem respondere mihi voluisti; quod ille quum promptè fecisset, & ad omnia probè respondisset, facilè (vt nosti) proposita quæstio enucleata fuit.

CAPVT III.

Quomodo hunc librum scribere coactus fuerit.

ATqui & tunc confestim ex sermonum illorum artificio, magnam te voluptatem cepisse præferebas, & expectatione celeriùs quæsitum inuentum est, & postea tu me semper magnopere precatus, tandem non admodum promptum ad hos sermones scribendos impulisti, atque coëgisti; neque enim vnum id propositum tantummodo exquisitè discussum literis commendandum esse putabam; reliqua verò omnia perinde examinare tempus non superetat. Quamobrem, quod ipse in me ipso facere consueui, id satis erga vos amicos fore putaui, si viam ostenderem, quam quis ingrediens non id solùm, sed etiam reliqua omnia proposita explicare valeat.

CAPVT IV.

Quanta sit logicæ necessitas.

VOcatam enim à philosophis rationalem contemplationem quicunque satis diligenter exercuerit, quodlibet iste quæsitum æquè discutere poterit: at sine illa propositorum commentarios euoluere, nihil aliud est, quàm operam, atque oleum perdere, quum neque distinguere sciat, quæ verè in ipsis, quæ falsò dicta sunt, neque omnia inibi scripta memoria complecti valeat. Cæterùm quoniam semel propositum, cuius paulò ante mentionem fecit oratio, declarare aggressus sum, iam incipiendi tempus aduenit.

A μόνον ὁ λόγος ἥκῃ, οὐ πρὸς αὐτὸ γίγνεται τὸ πρᾶγμα· σὺ μὲν οὖν πρὸς τοῦτ᾽ ἀπεσιώπησας, οἰόμενος ἐμὲ χρῆναι λέγειν ὑπὲρ ἁπάντων ἅπαντα. τὸ δ᾽ ἀληθὲς, οὐχ ὧδ᾽ ἔχει. πολλὰ γὰρ ἂν εἴης, οὐχ ἓν προβεβληκώς. πρῶτον μὲν τί ποτ᾽ ἐστὶν ἰατρικὴ, δεύτερον δὲ, τί ποτε γυμναστικὴ, καὶ τρίτον ἐπὶ τούτοις, τί ποτε τὸ ὑγιεινὸν, ἢ τοῦτο δὴ τὸ μάλιστα προβεβλημένον, ὁποτέρας ἂν εἴη, καί τοι τοῦτ᾽ αὐτὸ τὸ τέταρτον, οὐχ ἁπλῶς ἔφασκον δεῖν οὕτως προβάλλειν, ὁποτέρας εἴη αὐτῶν τῶν τεχνῶν τὸ ὑγιεινὸν, ἀλλ᾽ εὐθὺς προστιθέντας, εἴτ᾽ ἴδιον, εἴτ᾽ οἰκεῖον, εἴτε μέρος, εἴθ᾽ ὁπωσοῦν ἄλλως ἐθέλοι τις.
B ἔσεσθαι γάρ τινα κἀνταῦθα ἀρχὴν τῆς εὑρέσεως τοῦ ζητουμένου. προβληθέντος γὰρ αὐτοῦ τελέως ὧδέ πως, καὶ νὴ Δί᾽ ἐρωτηθέντος, ἆρά γε τῆς ἰατρικῆς ἐστιν, ἢ τῆς γυμναστικῆς τὸ ὑγιεινὸν, ἐπειδὰν δὲ ἑκάστῳ τῶν τριῶν ἐκείνων ὀνομάτων εἴπωμεν τὸ σημαινόμενον, ἰατρικῆς τε, καὶ γυμναστικῆς, καὶ ὑγιεινοῦ, δεήσει τέταρτον ἐπ᾽ αὐτοῖς ἐξηγήσασθαι τὸ οἰκεῖον, ὅ,τι σημαίνει, καὶ τίς ὁ κανὼν αὐτοῦ τῆς διαγνώσεως. ἀλλὰ τοῦτο μὲν ἴδιον αὐτοῦ τοῦ προβλήματος ὑπάρχει. τὸ δ᾽ ἰατρικὴν ἐξηγήσασθαι, τί ποτ᾽ ἐστὶν, καὶ γυμναστικὴν, καὶ ὑγιεινὸν, οὐκ ἴδιον μὲν τοῦ προβλήματος ὑπάρχει, ὁμολογεῖσθαι δ᾽
C ἀναγκαῖον. ὅθεν ἐπειδὴ τοῦθ᾽ ἓν μόνον, ὃ καὶ προὔβαλες, σὺ διελθεῖν ἐβουλήθης τότε, καί σε κινδυνεύειν ἐν ταῖς ἀποκρίσεσιν ἑώρων ὀκνοῦντα, τινὰ τῶν γεγυμνασμένων ἐν λογικῇ θεωρίᾳ φιλοσόφων, ἐπιφανέντα πως τοῖς λόγοις κατὰ τύχην, ἠξίουν ἀποκρίνασθαί μοι. προθύμως δ᾽ ἐκείνου τοῦτο ποιήσαντος, καὶ πάντα ὀρθῶς ἀποκριναμένου, ῥᾳδίως, ὡς οἶσθα, διεπεράνθη τὸ πρόβλημα.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Γ'.

Ὅπως ἠναγκάσθη τούσδε τοὺς λόγους γράψασθαι.

D ΚΑὶ μὴν κατάδηλος οἶσθα, καὶ τότε μὲν εὐθὺς, ἱκανῶς χαίρων ἐπὶ τῇ τῶν λόγων μεθόδῳ, καὶ θᾶττον, ἢ κατὰ τὴν προσδοκίαν εὑρέθη τὸ ζητούμενον, ἐξ ὑστέρου τε προσκείμενος ἀεὶ λιπαρῶς, ἐβιάσω τε καὶ κατηνάγκασας οὐ πάνυ μέ τοι πρόθυμον ὄντα γράψασθαι τοὺς λόγους. οὔτε γὰρ ἓν τοῦτο τὸ πρόβλημα μόνον ἀκριβῶς ἐρευνηθὲν ᾤμην χρῆναι διασώζειν ἐν γράμμασιν, οὐχ ὁμοίως τῷδε τὰ λοιπὰ πάντα διεξέρχεσθαι σχολὴν ἦγον. ὅθεν ὅπερ αὐτὸς ἐπ᾽ ἐμαυτοῦ πράξας ἔτυχον, ἱκανὸν ᾤμην ἔσεσθαι, καὶ πρὸς ὑμᾶς τοὺς φίλους δεῖ-
E ξαι, τὴν ὁδὸν ᾗ χρώμενος ἄν τις, οὐ τοῦτο μόνον, ἀλλὰ καὶ τὰ ἄλλα πάντα διαιρῆται προβλήματα.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Δ'.

Πόση ἀνάγκη τῆς λογικῆς.

ΤΗν γὰρ λογικὴν ὀνομαζομένην παρὰ τοῖς φιλοσόφοις θεωρίαν, ὅς τις ἂν ἱκανῶς ἀσκήσῃ, πᾶν οὗτος ὁμοίως δυνήσεται μεταχειρίζεσθαι ζήτημα. τὸ δ᾽, ἄνευ ἐκείνης ἀναγινώσκειν ὑπομνήματα προβλημάτων, οὐδὲν ἄλλο, ἢ χρό-
F νον ἀπολλύειν ἐστὶν, οὔτε κρίνειν εἰδότα, τίνα μὲν ἐν αὐτοῖς ἀληθῶς εἴρηται, τίνα δὲ ψευδῶς, οὔτε πάντων τῶν γεγραμμένων μνημονεύειν δυνάμενον. ἀλλ᾽ ἐπειδὴ κατέστην ἅπαξ εἰς τὸ λέγειν περὶ τοῦ προβλήματος, ὅπερ ὀλίγον ἔμπροσθεν ὁ λόγος ἔδειξεν, ἄρχεσθαι δεῖ.

A

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ε΄.

Ἀποδοκιμάζει τρόπον τοῦ διορίζειν τὴν ἰατρικήν.

Καὶ νὴ Δί᾿ εἴ τις ἐρωτηθεὶς, ὅ,τι ποτ᾿ ἐστὶν ἰατρική, φαίη τέχνην εἶναι, θεραπευτικὴν μὲν, νοσούντων· φυλακτικὴν δὲ, ὑγιαινόντων, ἄντικρυς ἂν οὗτος δοκοίη τὸ ζητούμενον εἰληφέναι, μέρος αὐτῆς ἀποφαίνων τὸ ὑγιεινόν; ὥσπερ αὖ καὶ ὅς τις ἰατρικὴν μὲν ἀρρωστούντων μόνον εἶναι λέγει τὴν ἰατρικὴν, ἑτέρῳ τρόπῳ, καὶ οὗτος ἐξ ἑτοίμου λαμβάνει τὸ ζητούμενον, ἀφαιρῶν αὐτῆς τὸ ὑγιεινὸν, οὕτω δὲ καὶ τὴν γυμναστικὴν, εἴ τις ὑγιείας φυλακτικὴν φήσειεν, ἐκ προχείρου τὸ ζητούμενον λήψεται, ὥσπερ γε καὶ ὃς ἂν εὐεξίας αὐτὴν ἀποφαίνηται δημιουργὸν, ἑτέρῳ τρόπῳ, καὶ ὅδε τὸ ζητούμενον, ὡς ὁμολογούμενον θήσεται. χρὴ γὰρ, εἴθ᾿ ὁρισμόν τις τῆς τέχνης, εἴθ᾿ ὑπογραφὴν ἐγχειρήσειεν ἀποδιδόναι, μήτε τὸ ζητούμενον ἀναποδείκτως τοῦτον ἀναιρεῖν, ἢ τίθεσθαι, ἀλλ᾿ ἑτέρωθέν ποθεν ἐξ ὁμολογουμένων ἀρξάμενον, ἀποδεικνύναι πειρᾶσθαι. ἆρ᾿ οὖν ἄμεινον ἰατρικὴν μὲν εἶναι λέγειν, ἧς τέλος ἡ ὑγίεια· γυμναστικὴν δὲ, ἧς τέλος εὐεξία, καὶ ταύτας τὰς ὑπογραφὰς, ἀρχὰς τίθεσθαι τῆς ζητήσεως; ἀλλά τοι καὶ οὕτως, ἐκ προχείρου μὲν τῆς γυμναστικῆς ἀφαιρησόμεθα τὸ ὑγιεινὸν, ἐπὶ δὲ αὖ τῆς ἰατρικῆς, ἔτ᾿ ἄδηλόν τε καὶ ζητούμενον ἀπολειψόμεθα. εἰ γὰρ δὴ τέλος ἡ ὑγίεια τῆς τέχνης ἐστὶ ταύτης, τάχ᾿ ἂν ἔχοι λαβὴν ὁ λόγος εἰς διορισμὸν, οὐ φυλακὴν τῆς οὔσης, ἀλλὰ ποίησίν τε καὶ κτῆσιν τῆς οὐκ οὔσης, τέλος εἶναι τιθέμενος αὐτῆς. εὐπορία γὰρ εἰς ἑκάτερον ἐντεῦθεν ἐπιχειρεῖν ἐπαγωγαῖς χρώμενον, εἰ μὲν τῆς αὐτῆς τέχνης, τό τε ποιῆσαί τι πρότερον οὐκ ὂν, καὶ τὸ φυλάξαι σῶον, ἐπειδὰν γένηται δεικνύναι βουληθείημεν οἰκοδομικῆς τε, καὶ ναυπηγικῆς, καὶ τεκτονικῆς τε, καὶ χαλκευτικῆς μνημονεύοντες. εἰ δ᾿ ἄλλης μὲν τὸ δημιουργεῖν, ἄλλης δὲ τὸ διαφυλάττειν σῶον, ὑφαντικῆς τε, καὶ ῥαπτικῆς, καὶ πρὸς ταύταις, σκυτοτομίας τε καὶ νευρορραφίας, οὕτω γὰρ ὀνομάζουσιν τὴν τὰ πεπονηκότα τῶν ὑποδημάτων ἐπανορθουμένην. ἄλλου μὲν γὰρ εἶναι δοκεῖ τεχνίτου ποιεῖν ἱμάτιον, ἄλλου δὲ ἠπήσασθαι ῥαγὲν, ὥσπερ αὖ καὶ ὑπόδημα δημιουργῆσαι μὲν τοῦ σκυτοτόμου, πονῆσαν δὲ ἐπανορθώσασθαι τοῦ νευρορράφου. δέδεικται δὲ ἡμῖν ἐν τοῖς περὶ ἀποδείξεως, ὡς οὐ χρηστέον ἐπαγωγαῖς εἰς ἀποδείξεις ἐπιστημονικάς, ὥσθ᾿ ὅς τις ἐν ἐκείνοις ἐγυμνάσατο καταφρονήσει μὲν τῆς τοιαύτης ὁδοῦ, ζητήσει δ᾿ ἑτέραν βελτίω· ὁ μὴ γυμνασάμενος δὲ, θάτερον τῶν μερῶν ἑλόμενος, ὁπότερον ἂν βουληθῇ, δι᾿ ὅλης ἡμέρας ἐρίζειν ἕξει.

CAPVT V.

Modum definiendæ medicinæ examinat.

SI quis à quopiam interrogatus, quid sit medicina, artem eam esse ægrorum curatricem, sanorúmque conseruatricem respondeat, nónne per Iouem iste, quod controuersum est, tanquam manifestum accepisse videatur, medicinæ partem, salubrem esse pronuncians? Quemadmodum rursus, si quis medicinam ægrotantium tantùm curam habere confirmet, alio modo & iste id, quod in **B** quæstione versatur, pro concesso accipiet, à medicina salubrem partem detrahens. Ita & exercitatoriam si quispiam sanitatis seruatricem statuat, quæsitum pro comperto habuerit. Quemadmodum & qui boni habitus eam opificem tradat, diuerso modo & ille quæsitum pro certo asseuerabit; siue enim quis artis definitionem, siue descriptionem reddere tentat, quod dubium est neque confutare, neque asserere sine demonstratione ausit, seu aliunde ex concessis incipiens demonstrare conetur. Nunquid igitur ita medicinam definire melius fuerat, eam videlicet esse, cuius finis est sanitas, gymnasticam verò, cuius finis est bonus ha- **C** bitus, atque huiusmodi descriptiones principia inuestigationis statuere? At sic etiam gymnasticæ salubrem, tanquam nihil sit dubium, detrahemus, in medicina verò adhuc obscurum, & quæsitum accipiemus. Nam si sanitas artis huius finis est, forsitan poterit ad distinctionem sermo assumere, non præsentis custodiam, sed creationem adeptionémque absentis, eius finem esse constituens; hinc enim inductionibus vtenti in vtramque partem argumentandi facultas suggeritur. Nam si eiusdem artis officium esse, quod priùs non erat, efficere, incolu- **D** méque quod factum sit, conseruare, ostendere voluerimus, ædificatoriam, naualem, fabrilem, atque ferrariam memoria repetemus. Quòd si ad aliam opus facere, ad aliam id integrum seruare, pertinere declaremus, textoriam, sutoriámque in exempla adducemus, & ad has coriorum dissectoriam, cerdonicámque seu veteramentariam (sic enim eam vocant, quæ fracta calceamenta restituit) adiiciemus. Siquidem alterius esse videtur artificis vestem facere, alterius eandem dilaceratã integrare; quemadmodum & calceum facere ad coriorum dissectorem spectat, fractum autem emendare ad **E** cerdonem veteramentariúmve. Verùm in libris meis de demonstratione probatum est ad demonstrationes scientiam gignentes inductiones adhiberi non oportere. Quare quicunque in illis versatus fuerit, huiusmodi viam aspernabitur, & alteram meliorem vestigabit: qui verò in illis sese nõ exercuerit, alterutram, quam voluerit, partem tuendam suscipiens totum diem altercandi materiã habebit.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ς΄.

Πῶς αἱ κατὰ τὸ ἀνθρώπινον σῶμα τέχναι πολλασιάζονται.

Τῆς μὲν ἰατρικῆς, ὑγιείας ποίησιν, οὐ σωτηρίαν τε καὶ φυλακὴν, ὑποθεμένοις τὸ τέλος, τῆς γυμναστικῆς δὲ τὴν εὐεξίαν, καὶ γὰρ αὖ τὸ ζήτημ᾿ ἄλλο πρὸς τοῖς εἰρημένοις οὐ σμικρὸν ἀναφυήσεται. ἀναγκασθήσεται γάρ τις, οἶμαι, καθάπερ ἐπὶ τῆς ὑγιείας, οὕτω κἀπὶ τῆς εὐεξίας, ἑτέραν μὲν τὴν φυλακτικὴν αὐτῆς τέχνην ἀποφαίνειν, ἑτέραν δὲ τὴν

CAPVT VI.

Quomodo artes circa humanum corpus multiplicantur.

F MEdicæ namque arti sanitatis creationem, non seruationem custodiámque, gymnasticæ verò bonum habitum, finem esse statuentibus, alia rursum difficultas non exigua vltra prædictas exorietur, cogetur enim, puto, aliquis quemadmodum sanitatis, ita & boni habitus, artem vnam seruatricem, alteram opificem, consti-

constituere. Id si fuerit, duas alias artes necessariò disquiremus, vnam à medicina diuersam, sanitatis conseruatricem, alteram à gymnastica, boni habitus custodem. Quumque duplex sit bonus habitus, vt alibi ostensum est, vtrius ipsorum gymnastica effectrix erit, distinguere admodum difficile fuerit; nunquid naturalis, an athletici, boni habitus. Nónne iam constat, & duas alias nobis artes quærendas esse? atque ita omnes sex numero fuerint, tres finium effectrices, tresque seruatrices; tribus enim finibus positis sanitate, bono habitu naturali, bonu habitu athletico, ad tantum numerum artes ascendere necesse est. Verumenimverò, quum diuersis artibus opus sit, eo quòd boni habitus inter se, & à sanitate differant: ita & gemina sanitas quum sit, vna secundum habitum, altera secundum affectionem appellata; geminas & artes esse necesse fuerit; neque enim plus sanitatem secundum habitum, minùs sanitatem secundum affectionem, bonus habitus excellit.

A δημιουργικήν. ἀλλ' εἰ τοῦτο, δύο ἄλλας τέχνας ἐξ ἀνάγκης ζητήσομεν, ἑτέραν μὲν τῆς ἰατρικῆς, τὴν τῆς ὑγιείας φυλακτικήν, ἑτέραν δὲ τῆς γυμναστικῆς, τὴν τῆς εὐεξίας διασωστικήν. καὶ μὲν δὴ καὶ διττῆς οὔσης τῆς εὐεξίας, ὡς ἐν ἄλλοις ἀποδέδεικται, ποτέρας αὐτῶν ἡ γυμναστικὴ δημιουργός ἐστιν, χαλεπὸν ἔσται διελεῖν, ἆρά γε τῆς κατὰ φύσιν, ἢ τῆς ἀθλητικῆς, ἢ δῆλον, καὶ δύο ἄλλας ἡμῖν τέχνας ἀναγκαῖόν ἐστι ζητεῖν, καὶ δὴ καὶ σύμπασαι τὸν ἀριθμὸν ἓξ γενήσονται, τρεῖς μὲν αἱ δημιουργοῦσαι τὰ τέλη, τρεῖς δὲ αἱ φυλάττουσαι. τριῶν γὰρ ὑποκειμένων τελῶν ὑγιείας, εὐεξίας τῆς κατὰ φύσιν, εὐεξίας τῆς τῶν ἀθλητῶν, εἰς τοσοῦτον ἀνάγκη τὸν ἀριθμὸν ἐξήκειν τὰς τέχνας. καὶ μὴν εἴπερ τι διαφέρει τὰς
B εὐεξίας, ἀλλήλων τε καὶ τῆς ὑγιείας διαφόρων δεήσονται τῶν τεχνῶν, ἀνάγκη πᾶσα, καὶ τῆς ὑγιείας οὔσης διττῆς, ἑτέρας μὲν τῆς καθ' ἕξιν, ἑτέρας δὲ τῆς κατὰ σχέσιν ὀνομαζομένης· διττὰς εἶναι καὶ τὰς τέχνας. οὐ γὰρ δὴ πλέονι μὲν ἡ εὐεξία τῆς καθ' ἕξιν ὑγιείας, ἐλάττονι δὲ, τῆς κατὰ σχέσιν ὑπερέχει.

CAPVT VII.

Exemplo declarat sanitatem in habitu, in affectione, & bonum habitum esse.

Hviusce autem rei notitiam euidentem habueris, istorum singulorum diligenter naturã contemplatus; contemplaberis autem ad hunc sanè modum. Ægrotantium aliquis eorum quos sæpius videris, tibi in mentem veniat qui grauiter morbo laborauerit, proximè verò conualuerit; iste emaciatus consumptúsq; esto, & ad motiones imbecillus, vt aliis ipsum adiuuantibus egeat; iste medelam planè ampliùs morbo iam solutus nõ requirit, sed refectione ipsi viribúsque opus est, vt robustus pariter ad eas, quæ secũdum naturã sunt actiones obeũdas euadat, & externas iniurias illæsus sustineat. Nihil enim dubij est, quin ita affectus, vt modò afficitur, nũc primùm ægritudine liberatus, æstum, frigus, vigilias, cruditatem, aliúdve quicquam ferre non valeat, sed quantumuis leui noxa pulsatus, vtpote nondum tutum firmúmque salubrem statum adeptus, in morbum sit relapsurus. Quum verò stabilior, atque in habitu fuerit, nondum tamen in bonum habitum euasit (hanc enim particulam, bonus, accipiens, tunc bonus habitus efficietur) sed iam mendosa affectio, inutilisq; esse desiit, non posse enim satis pro vitæ commodis agere, ac facilè quibusque iniuriis violari, mendosa inutilisque affectio est. Quòd si neque actiones impediantur, neque sit iniuriis facilè corpus obnoxiũ (talis verò est secundum habitum sanitas) non amplius mendosa est, atque ad humanas actiones inutilis, sed illud laudabile, atque perfectum nõdum adepta; adepta verò tunc fuerit, quum non solùm haud debiliter operabitur, sed robur præterea quoddam insigne acceperit. Sanitas namque secũdum habitum inter sanitatem secũdum affectionẽ, & bonum habitum, actionib. media est, nã sanitas secundum affectionem debiles actiones producit; bonus habitus robustas; sanitas autẽ in habitu nondum quidem robustas, non ampliùs autem debiles. Atque ita manifestũ est, quum media sit in habitu sanitas, ipsam ad omnes vitæ actiones magis, quàm sanitatem in affectione licet summam virtutem nõ habeat, conducere, soli enim bono habitui ea concessa est. Atq; tu secundum ordinem quendam ista cogita, primùm actionis noxam, quæ in morbo fit;

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ζ'.

Ἐπὶ παραδείγματος τὴν ὑγίειαν ἐν τῇ ἕξει τε, καὶ διαθέσει, καὶ τὴν εὐεξίαν εἶναι δείκνυσι.

C Γνοίης δ' ἂν ἐναργῶς, ἑκάστης αὐτῶν ἐπιμελῶς ἀνασκεψάμενος τὴν φύσιν· ἀνασκέψῃ δὲ τόνδε τὸν τρόπον. ἡκέτω τις εἰς ἔννοιάν σοι νῦν, ὧν ἐθεάσω πολλάκις ἀρρώστων, ἰσχυρῶς μὲν διανοσησάντων, ἀπηλλαγμένων δὲ ἄρτι τοῦ νοσεῖν, ἐστὶ ἰσχνός τε, καὶ ἀδύνατος εἰς τὰς κινήσεις, ὡς ἑτέρων δεῖσθαι τῶν μετακομισόντων· οὗτος ἰάσεως μὲν οὐκ ἔτι χρῄζει, μηκέτι γε νοσῶν, ἀναθρέψεως δέ τινος καὶ ῥώμης, ἵν' ἰσχυρός τε ἅμα, καὶ πρὸς τὰς κατὰ φύσιν ἐνεργείας γένηται, καὶ φέρει ἱκανῶς τὰ
D προσπίπτοντα. δῆλον γὰρ ὡς οὕτω διακείμενος, ὡς διάκειται νῦν, ὁπότε πρότερον ἀπήλλακται τοῦ νοσεῖν, οὔτε θάλπος, οὔτε κρύος, οὔτε ἀγρυπνίαν, οὔτ' ἀπεψίαν, οὔτε ἄλλο τῶν πάντων οὐδὲν ἐνεγκεῖν ἱκανός ἐστιν, ἀλλ' ἐκ τοῦ ῥᾴστου νοσήσει πάλιν, ὡς ἂν οὐκ ἀσφαλῆ τε, καὶ μήπω πεπηγυῖαν κεκτημένος τὴν ὑγιεινὴν κατάστασιν. ἀλλ' εἴπερ δύσλυτος γένοιτο, καὶ καθ' ἕξιν, οὔπω μὲν ἐστὶν εὐεξία (ὃ γὰρ, εὖ, προσλαβοῦσα, τότ' ἂν εὐεξία γένοιτο) τῆς μέν τοι μεμπτῆς τις εἶναι, καὶ ἄχρηστος διαθέσεως, ἀπήλλακται. ὃ γὰρ μή τε ἐνεργεῖν δύνασθαι κατὰ τὸν βίον ἱκα-
E νῶς, ἑτοίμως τε βλάπτεσθαι, μεμπτὴ καὶ ἄχρηστος διάθεσις. εἰ δὲ μή τε εἰς τὰς πράξεις ἐμποδίζοιτο, μήθ' ἑτοίμως βλάπτοιτο, τοιαύτη δέ ἐστιν ἡ καθ' ἕξιν ὑγίεια, τῆς μὲν μηκέτ' εἶναι μεμπτὴ καὶ ἄχρηστος εἰς τὰς κατὰ τὸν βίον ἐνεργείας ἀπήλλακται, ὃ δ' ἐπαινετὸν οὔπω κέκτηται, κτήσαιτο δ' ἄν, εἰ καὶ πρὸς ὃ μηκέτ' ἀσθενῶς ἐνεργεῖν ἔτι, καὶ ῥώμην τινὰ ἀξιόλογον προσλάβοιτο. μέση γὰρ ἡ καθ' ἕξιν ὑγίεια ταῖς ἐνεργείαις ἐστὶ, τῆς τε κατὰ σχέσιν ὑγιείας, καὶ τῆς εὐεξίας. ἡ μὲν γὰρ κατὰ σχέσιν, ἀρρώστους ἔχει τὰς ἐνεργείας. ἡ δὲ εὐεξία, ῥωμαλέας. ἡ δ' ἂν
F καθ' ἕξις, οὔπω μὲν εὐρώστους, ἀρρώστους δ' οὐκ ἔτι. κἀν τῷδε δῆλον, ὡς εἰ καὶ μέση τέτακται, πλέον τῆς κατὰ σχέσιν ὑγιείας, χρήσιμος εἰς πάσας τοῦ βίου τὰς πράξεις ἐστὶν ἡ καθ' ἕξιν, οὐ μὴν ἤδη ὃ κατ' ἀρετὴν ἔχουσα· μόνη γὰρ τοῦθ' ὑπάρχει τῇ εὐεξίᾳ. καί μοι νόει κατὰ στοῖχον τινὰ, ὃ μὲν βλάβην ἐνεργείας, ὅταν ἐν τῷ νοσεῖν γίγνεται,

ἕτερον δὲ ἔξω μὲν τῆς βλάβης, ἄχρηστον δὲ διὰ ἀσθένειαν, (A) ὅπερ ἐν τῇ κατὰ σχέσιν ὑγιαίνειν, ἄλλο δὲ τρίτον ἀσθενείας μὲν ἀπηλλαγμένον, εὐρωστίας δὲ οὔπω κεκτημένον, ὅπερ ἐν τῷ καθ' ἕξιν, ἐφ' ᾧ τέταρτον, οἷον ἀρετή τίς ἐστι τῶν ἐνεργειῶν ἡ εὐεξία· καὶ ἡ ἀκρότης τε, καὶ ἡ τελειότης αὐτῶν, ἡ ἐπ' ἄκρον ἐστὶν αὐτῶν εὐεξία. ἡ τοίνυν εἰς ἕξιν ὑγιεινὴν ἄγουσα τέχνη τὸν ἄνθρωπον, ἑτέρα δηλονότι τῆς ἰασαμένης αὐτὸν ὑπάρξει, συγκεχωρημένου γε ἅπαξ τοῦ τε τὸ δεῖν ἐπὶ διαφόροις τέλεσιν, διαφόρους εἶναι τὰς τέχνας, τοῦ τε τὸ δύο καθ' ἕκαστον, ἑτέραν μὲν τὴν δημιουργοῦσαν, ἑτέραν δὲ τὴν διαφυλάττουσαν. ᾧ καὶ δῆλον, ὡς ἡ περὶ τέλους ἔννοια περιείληφεν ἅπασαν (B) τὴν νῦν ἡμῖν προκειμένην ζήτησιν, καὶ διὰ τοῦθ' ὅσοι τῶν ὁρισμῶν ἀπὸ τοῦ τέλους τὴν σύστασιν ἔχουσιν, οὐ σμικρὰς γεννῶσιν ἀπορίας.

(A) alterum extra noxam quidem positum, sed propter imbecillitatem inutile, quod in sanitate secundum affectionem consistit; tertium imbecillitate liberatum, non tamen adhuc robustum, quod sanitas in habitu possidet; post id quartum ceu quædam actionum virtus, bonus habitus; & summum ipsarúmque perfectio, exquisitè bonus habitus est. Ars igitur ad salubrem habitum hominem perducens altera vtique ab ea quæ ipsum curauit, fuerit, semel scilicet hoc concesso, diuersorum finium artes esse diuersas, & singulorum geminam, effectricem vnam, alteram con- (B) seruatricem. Ex quo patefactum est finis notione vniuersam præsentem quæstionem comprehendi: quocirca & quæcunque definitiones à fine constituuntur, non exiguas ambiguitates pariunt.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Η'.

Τῷ ἀπὸ τοῦ τέλους ὁρισμῷ τὴν τοῦ ἐνεστῶτος ζητήματος ἀπορίαν διαλύει.

Ἴσως οὖν ἄμεινον, ἐπ' αὐτὴν ἀφικόμενον τὴν οὐσίαν τῆς τέχνης, ἀρχὴν τῆς ζητήσεως ἐκείνην ποιήσασθαι. τίς (C) οὖν ἐστιν ἰατρική; εἴποι τις εἶναι, ἐπιστήμην ὑγιεινῶν τε καὶ νοσερῶν. ἀλλὰ κἂν τούτῳ δόξει προχείρως εἰλῆφθαι τὸ ὑγιεινόν, ὡς μέρος δηλονότι τῆς ἰατρικῆς ὑπάρχον. ὅθεν οἶμαι τἀναντία τιθεμένων ἔνιοι, μόνων τῶν νοσερῶν ἐπιστήμην εἶναι συγχωρήσουσι τὴν ἰατρικήν. ἀλλ' οὗτοί γε πρῶτον μὲν ἀγνοοῦσιν, ὡς ἔστι μία τῶν ἐναντίων ἁπάντων ἐπιστήμη, καὶ ὅς τις γινώσκει τὰ νοσερά, τοῦτον ἀνάγκη πᾶσα, μὴ ἀγνοεῖν τὰ ὑγιεινά. τουτὶ μὲν ὡς μεῖζον, ἢ κατ' ἐκείνους παρείσθω· λεγέσθω δὲ ἤδη τὸ δεύτερον ὧν ἀγνοοῦσιν, ᾧ τάχα ἴσως ἀκολουθήσειεν, ὅτι μὴ περιλαμβάνεται κατὰ τὸν ὅρον τῆς (D) ἰατρικῆς ἐξ ἀνάγκης τὸ ζητούμενον· ἔνεστι γάρ τινι διαστειλαμένῳ τὴν ὁμωνυμίαν, εἶτα δείξαντι σωμάτων μὲν τῶν ἐχόντων ὑγείαν, καὶ σημείων τῶν δηλούντων, καὶ αἰτίων τῶν ποιούντων, ἐπιστήμην εἶναι τὴν ἰατρικήν, οὐ μὴν τῶν γε φυλαττόντων αὐτὴν ἀντιλαμβάνεσθαι κατὰ τἀναντία τοῦ προβλήματος. ἐοίκασιν οὖν οἱ τὰ τοιαῦτα σοφιζόμενοι, μήτε τὸ ζητούμενον ἀκριβῶς ἐπίστασθαι, μήθ' ὅτι καὶ σημεῖον ὑγιεινόν τι λέγομεν, ὃ τοῖς νοσοῦσιν ἐπιφαινόμενον, ὑγείας μελλούσης ἐστὶ γνώρισμα, μήτ' αἴτιον, ὃ τοῖς νοσοῦσι προσαγόμενον ὑγείας ἐστὶ ποιητικόν, ὥσπερ ἀμέλει τὰ βοηθήματα σύμπαντα, (E) μήθ' ὡς καὶ τὸ δεδεγμένον ὑγείαν σῶμα καλοῦμεν ὑγιεινόν, ὧν πάντων ἐπιστήμην ὁ ἰατρὸς ἔχει, μηδὲ κοινωνούντων τῷ προβλήματι, πλὴν ὀνόματι· καὶ γὰρ εἰ τῆς τῶν ὑγιαινόντων φυλακῆς ὁ ἰατρὸς ἐπιστάτης ἐστίν; ἢ γυμναστοῦ τὸ τοιοῦτον ἴδιον, ἐξ ἀρχῆς ἡμῖν προὔκειται ζητεῖν, ὥσπερ ὀλίγον ἔμπροσθεν ἐδείχθη, τὴν κρίσιν ἐν τῇ τοῦ τέλους ἔχει ζητήσει. πότερον γὰρ ἁπλῶς ὑγίεια τὸ τέλος ἐστὶ τῆς ἰατρικῆς, οὐδὲν διαφέρει, εἴτε ποιοῦντός τινος αὐτὴν οὐκ οὖσαν, εἴτε φυλάττοντος οὖσαν. εἰ τὸ ποιῆσαι μὲν μόνον ἰατρικῆς ἐστιν, τὸ φυλάξαι δὲ τῆς γυμναστικῆς αὐτῆς. οὕτω καὶ (F) περὶ γυμναστικῆς, ἆρά γε εὐεξία τὸ τέλος ἐστίν, ἢ ὑγίεια, ἢ ποίησις ὁποτέρου τούτων, ἢ φυλακή.

CAPVT VIII.

A definitione per finem, præsentis quæstionis difficultatem soluere tentat.

Itaque melius forsitan fuerit ad ipsam artis essentiam transeuntem, illam inquisitionis prin- (C) cipium facere. Quid igitur est medicina? salubrium, insalubriúmque scientiam quis esse responderit. Verùm & iste nimis audacter salubre, tanquam scilicet medicinæ partem accepisse videbitur; vnde contrariæ sententiæ nonnullos morbosorum tantummodò scientiam medicinam esse dicturos existimo. At isti primum ignorant contrariorum omnium vnam esse scientiam, & quicunque morbosa nouerit, hunc & salubria non latere necesse est. Istud verò ceu eorum captu maius omittatur; & secundum eorum quæ ignorant, explicemus, quod fortasse certè conse- (D) quetur intra medicinæ definitionem non necessariò quæsitum includi; siquidem alicui æquiuocationem distinguenti, postea medicinam corporum sanitate fruentium, notarum indicantium, causarum facientium, scientiam esse demonstrāti, non tamen idcirco ipsam etiam conseruantia tradere, atque complecti ostendere licet, contra, atque propositum postulet. Quamobrem huiusmodi sophistica adducentes, neque quod quæritur, exactè percipere videntur: neque quodnam salubre signum appellemus, quod scilicet ægrotantibus adueniens, futuram sanitatem porten- (E) dit, neque causam quæ corpori ægro adhibita sanitatis est procreatrix, qualia nimirum sunt vniuersa remedia, neque quòd corpus sanitate præditum salubre vocamus: quorum omnium nulla cum proposito, præterquam nominis societate iunctorum, medicus scientiam habet. Etenim sanorum custodiæ medicúsne, an duntaxat gymnasta præsideat, ab initio nobis proposita quæstio fuit; quod quemadmodum paulò ante declarauimus, iudicium in finis exploratione habere diximus. Sanitas enim an simpliciter medicinæ finis sit ipsam absentem acquirentis, an præsentem conseruantis, nihil refert, neque si acquirere (F) quidem medicinæ sit, conseruare autem gymnasticæ: sic & de gymnastica proponi in quæstionem poterit, num bonus habitus, aut sanitas, eius finis sit, aut horum alterutrius creatio, siue custodia.

A

CAPVT IX.

Quomodo septem artes circa humanum corpus reperiri possunt.

PEriculum enim fuerit, vt proxima demonstrauit oratio, ne si vnam excedamus, septem circa humanum corpus artes constituamus, primam & manifestissimam & penè solam controuersia carentem, eam, scilicet quæ morbos expellit; duas aliàs, vnam à sanitate secundum affectionem ad eam, quæ est in habitu, ducentem, alteram in ea B conseruantem; duas item alias circa bonum habitum pariter sese habentes, effectricem vnam, alteram, quæ conseruat: præter has, etiam duas circa bonum habitum athleticum versantes, simpliciter enim alterum naturalem bonum habitum appellamus: non simpliciter autem eum, qui non naturalis est, athleticum inquam, sed cum adiectione semper, quemadmodum & Hippocrates, inquit, nonnunquam, sic loquens; *Affectu athletico non naturali, habitus salubris melior*; interdum verò sic, *In his, qui corpora exercent, habitus ad summum boni, periculosi, in athleticis videlicet, ac gymnasticis corporibus.* At de athleticis gymnasticisque vocatis cor- C poribus nunc te intelligere oportet, non de illis, qui quomodolibet exercentur, vt de fodientibus, remos pellentibus, metentibus, aut quippiam aliud ex naturalibus hominum officiis præstantibus, sed de illis, quibus id ipsum studium est, vt cōtra athleticas aduersariorum vires exercendo sese muniāt. Quare autem huiuscemodi affectio naturalis non sit, alio loco exposuimus. Ex hac igitur oratione, quod optimè ad præsens negocium facit, id ipsum est, quod proximè diximus, circa humanum corpus septem artes futuras, vnam prætereuntibus, vel per Iouem & nouem; cur enim non conuenit D duas alias artes statuere, alteram quidem exquisitè boni habitus effectricem, alteram verò eius ipsius custodem, quodque altera est exquisitè bonum habitum efficiens, altera conseruans? Quòd verò gymnastici boni habitus summitatem fugere vererique oporteat, ab Hippocrate clarissimè testatum est; sed simpliciter boni habitus appellati, qui secundum naturam est, summum non solùm vitare non conuenit imò totis viribus ad ipsum niti decet. Itaque omnes circa corpus nostrum artes nouem fuerint; quarum septem quis laudare poterit, reliquas duas potius vitiosas artes appellauerit, E qualis & illa est, quæ comptoria dicitur. Has igitur, si placet, dimittentes iterum septem reliquas enumeremus, omnium primam, quàm morbos pellere dicebamus; alias verò deinceps, duas circa sanitatem in habitu, duas circa bonum habitum, duas circa summè bonum habitum. Iam sanè & ex his patet, quod nisi quis circa corpus artem vnum habentem finem statuat, eum ad septem vsque artes accedere necesse esse, nihilque aliud hunc finem esse, quàm sanitatem.

F

CAPVT X.

De bonis malisque artibus.

SEd melius forsitan fuerit accuratiorem sermonē facere, illud in primis quod nemo ignorat, memoria repetentem, improbas artes apparens bonum vnicuique eorum quæ sunt, artes autē

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Θ'.

Ὅπως εὑρίσκονται ἑπτὰ περὶ τὸ ἀνθρώπινον σῶμα τέχναι.

ΚΙνδυνεύσομεν γὰρ, ὡς ὁ λόγος ἔδειξεν, ἐὰν ὑπερβῶμεν τὴν μίαν, ἑπτὰ ποιῆσαι περὶ τὸ σῶμα τὰς τέχνας, τὴν μὲν πρώτην, καὶ σαφεστάτην, καὶ σχεδὸν μόνην ἀναμφισβήτητον, ἰωμένην τὰ νοσήματα, δύο δὲ ἄλλας, τὴν μὲν ἐκ τῆς κατὰ σχέσιν ὑγιείας, εἰς τὴν καθ᾽ ἕξιν ἄγουσαν, τὴν δὲ ἐν ταύτῃ φυλάττουσαν, καὶ δύο ἄλλας ὁμοίως περὶ τὴν εὐεξίαν, δημιουργικὴν μὲν τὴν ἑτέραν, φυλακτικὴν δὲ τὴν ἑτέραν, ἔτι τε πρὸς ταύταις, ἄλλας δύο περὶ τὴν ἀθλητικὴν εὐεξίαν. ἁπλῶς μὲν γὰρ τὴν ἑτέραν, τὴν κατὰ φύσιν, ὀνομαζομένην εὐεξίαν, οὐχ ἁπλῶς δὲ τὴν οὐ φύσει, τὴν ἀθλητικὴν, ἀλλ᾽ ἀεὶ μετὰ προσθήκης, ὥσπερ καὶ Ἱπποκράτης, ὁτὲ μὲν ὡδί πως λέγων, διαθέσιος ἀθλητικῆς οὐ φύσει, ἕξις ὑγιεινὴ κρείσσων. ὁτὲ δ᾽ αὖ πάλιν. ἐν τοῖς γυμναστικοῖς αἱ ἐπ᾽ ἄκρον εὐεξίαι, σφαλεραὶ, ἀλλ᾽ ἐν τοῖς ἀθλητικοῖς τε, καὶ γυμναστικοῖς σώμασιν· ἀκούειν γάρ σε χρὴ, γυμναστικὰ σώματα λέγεσθαι νῦν, οὐ τὰ τῶν ὁπωσοῦν γυμναζομένων, οἷον ἤτοι σκαπτόντων, ἢ ἐρεσσόντων, ἢ ἀμώντων, ἤ τι τῶν ἄλλων, ὅσα κατὰ φύσιν ἀνθρώποις ἔργα, πραττόντων, ἀλλ᾽ οἷς αὐτὸ τοῦτ᾽ ἐστὶν ἀγώνισμα, τὸ γυμνάζεσθαι κατ᾽ ἀθλητικὴν τῶν ἀντιπάλων ἰσχὺν ἐπασκοῦσιν. διὰ τί μὲν οὖν ἡ τοιαύτη διάθεσις οὐ φύσει, δι᾽ ἑτέρων ἐξηγούμεθα. τὸ δ᾽ οὖν ἐκ τοῦ λόγου χρηστὸν εἰς τὰ παρόντα, τοῦτ᾽ ἐστὶν αὐτὸ, τὸ νῦν εἰρημένον, ὡς ἑπτὰ γενήσονται περὶ τὸ σῶμα τέχναι, ἑτέρα μὲν τῆς ἄκρας εὐεξίας δημιουργὸς, ἑτέρα δὲ τῆς αὐτῆς ταύτης φυλακτική. ἐπὶ μὲν γὰρ τῆς τῶν γυμναστικῶν εὐεξίας, ὅτι χρὴ φεύγειν τε, καὶ δεδιέναι τὴν ἀκρότητα, πρὸς Ἱπποκράτους εἴρηται σαφέστατα. τῆς δ᾽ ἁπλῶς λεγομένης εὐεξίας τῆς κατὰ φύσιν, οὐχ ὅπως φυλάττεσθαι προσήκει τὸ ἄκρον, ἀλλὰ καὶ παντὶ τρόπῳ σπουδάζειν. οὕτως αἱ σύμπασαι γίνοιντ᾽ ἂν ἐννέα περὶ τὸ σῶμα τέχναι, καὶ τούτων ἑπτὰ μὲν, ἃς ἂν καὶ ἐπαινέσειέ τις. αἱ δύο δ᾽ αἱ λοιπαὶ, κακοτεχνίαι δηλονότι, καθάπερ καὶ ἡ κομμωτική. ταύτας μὲν οὖν εἰ βούλει παραλίπωμεν, ἐπέλθωμεν δ᾽ αὖθις τὰς ἑπτὰ, τὴν μὲν πρώτην ἁπασῶν ἣν ἰᾶσθαι τὰς νόσους ἐλέγομεν, ἄλλας δ᾽ ἐφεξῆς αὐτῇ, δύο μὲν περὶ τὴν καθ᾽ ἕξιν ὑγίειαν, δύο δὲ περὶ τὴν εὐεξίαν, καὶ δύο ἄλλας περὶ τὴν ἄκραν εὐεξίαν. ἤδη μὲν οὖν καὶ τοῦτο εὔδηλον, ὡς εἰ καί τις θείη περὶ τὸ σῶμα τέχνην ἓν ἔχουσαν δηλονότι τὸ τέλος, ἀναγκαῖόν ἐστιν τοῦτον μέχρι τῶν ἑπτὰ προϊέναι, καὶ ὡς οὐδὲν ἄλλο τὸ τέλος τοῦτ᾽ ἐστὶν παρὰ τὴν ὑγίειαν.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ι'.

Περὶ τῶν ἀγαθῶν τεχνῶν τε, καὶ κακοτεχνιῶν.

ΑΜεινον δ᾽ ἴσως ἀκριβέστερον ἐπεξελθεῖν τῷ λόγῳ, πρῶτον μὲν τοῦτο ἀναμνήσαντας, ὃ μηδεὶς ἀγνοεῖ, τὰς μὲν κακοτεχνίας, τὸ φαινόμενον ἀγαθὸν ἐκποριζομένας ἑκάστῳ τῶν ὄντων,

τὰς τέχνας δὲ τὸ κατ' ἀλήθειαν ἐν αὐτοῖς ὑπάρχον, ἐφεξῆς δὲ τούτῳ λέγοντας, ὡς εἴπερ ἡ κομμωτικὴ καλουμένη, νόθου κάλλους ἐστὶ δημιουργός, αὕτη ἂν μὲν εἴη κακοτεχνία τε, καὶ κολακεία, τέχνη δέ τις ἑτέρα συστήσεται περὶ τὸ γνήσιόν τε, καὶ ὄντως ἀληθινὸν κάλλος, ὅπερ ἐστὶν εὐχροιά τε, καὶ εὐσαρκία, καὶ συμμετρία τῶν μορίων, ἃ τῇ κατὰ φύσιν εὐεξίᾳ συμβέβηκεν. καὶ τὴν διὰ ἄλλον μὲν λόγον τῆς γυμναστικῆς διωρισάμεθα, καὶ νῦν δ' ἂν ἴσως ἐπὶ κεφαλαίων, οὐδὲν ἂν εἴη χεῖρον ὑπὲρ αὐτῶν εἰπεῖν, ἀρχὴν τῷ λόγῳ τήνδε ποιησαμένοις.

A verum ipsis inhærens bonum comparare, ac deinceps dicentem, si vocata comptoria adulterinam pulchritudinem conciliat, hæc vtique ars vitiosa adulatrixque fuerit, altera verò quædam ars circa legitimam veràmque prorsus pulchritudinem versabitur, quæ in vegeto colore, carnis moderata copia, membrorúmque congrua proportione consistit, quæ naturalem bonum habitum consequuntur. Sed de gymnastico bono habitu alibi seorsum verba feci; nunc autem & fortasse de eodem per capita loqui melius fuerit, id sermoni principium statuentem.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΑ'.

Ἡμᾶς οὐδ' ὅλως θελῆσαι μόριον ἔχειν οὐδὲν ἀργὸν, ἢ κακῶς ἐνεργοῦν.

Ἤτοι γὰρ τὸ κατὰ φύσιν ἐνεργεῖν ἑκάστῳ τῶν μορίων ὑγιαίνειν ἐστὶν, ἢ τοῦτο μὲν ἐξ ἀνάγκης ἕπεται τῇ κατὰ φύσιν τοῦ σώματος κατασκευῇ, τὸ δ' ὑγιαίνειν αὐτὸ, τοῦτ' ἔστι τὸ κατὰ φύσιν κατεσκευάσθαι, τούτων ὁπότερον ἂν ἐθελήσῃς ὑποθέμενος ὑγίειαν, οὐδὲν γὰρ εἰς τὸ παρὸν διαφέρει, τὸν ἐξῆς λόγον οὕτως ἄκουε, προσέχων τὸν νοῦν. πότερα τοῦ κατεσκευάσθαι κατὰ φύσιν ἕκαστον τῶν μορίων, ἢ τῆς ἐνεργείας αὐτοῦ χρῄζομεν; ἐμοὶ μὲν πάντες δοκοῦσιν, οὐδ' ἂν ὅλως θελῆσαι, μόριον ἔχειν οὐδὲν ἀργὸν ἔργου τινὸς, οὔτ' οὖν ὀφθαλμοὺς μὴ βλέποντας, οὔτε ῥῖνας ὀσμᾶσθαι μὴ δυναμένας, οὔτε σκέλη μὴ βαδίζοντα, οὔτ' ἄλλο τῶν πάντων οὐδὲν, ἢ μηδ' ὅλως ἐνεργοῦν, ἢ κακῶς ἐνεργοῦν. οὐδενὸς γὰρ ἁπάντων ὧν χρῄζομεν, ἀτελοῦς χρῄζομεν, οὔτ' οἰκίας, οὔθ' ὑποδήματος, οὔτε σκίμποδος, οὔθ' ἱματίου, ἀλλ' ἅμα τε χρῄζομεν, καὶ τελείου χρῄζομεν, οὕτως οὖν οὐδὲ τοῦ περιπατεῖν ἀσθενῶς καὶ ἀρρώστως, οὐδὲ τοῦ βλέπειν, ἢ ἀκούειν ἀμβλέως, οὔτ' ἄλλου τῶν πάντων οὐδενὸς ἐλλιποῦς ὀρεγόμεθα. τίς γὰρ εὐχροιαν, ἢ εὐσαρκίαν, ἢ κάλλος ἁπλῶς τοῦ σώματος, ἢ ῥώμην ἐλλιπῆ ἔχειν εὔχεται; καὶ μὴν εἴπερ οὐκ ἐλλιποῦς ἐνεργείας, ἀλλὰ τελείας χρῄζομεν, οὐδὲ τῆς κατασκευῆς τοῦ σώματος, ἀφ' ἧς ἐνεργοῦμεν ἐλλιποῦς δεησόμεθα, τούτων δ' ἦν θάτερον ὑγίεια· δῆλον οὖν ὡς οὐδεὶς ἀτελοῦς ὑγιείας, ἀλλ' ὡς ἔνι μάλιστα τελεωτάτης ἅπαντες χρῄζομεν.

B

CAPVT XI.

Nullum membrum ignauum, aut praue agens à nobis desiderari.

Siue enim secundum naturam operari vnicuique membrorum idem quod bene valere est; siue id necessariò naturalem corporis apparatum consequitur, ipsumque benè valere nihil est aliud, quàm secundum naturam instructum esse, istorum vtrumuis sanitatem constituens, (nihil enim nostra interest) sequentem orationem ita animum
C aduertens accipito. Nunquid naturali cuiusque membri apparatu, an eius opera, indigemus? Mihi profectò ita persuadeo, neminem membrum ignauum, officioque proprio carens habere velle, neque igitur cæcutientes oculos, neque nares odorari nequeuntes, neque crura torpentia, neque aliud quodpiam membrorum, aut nihil penitus, aut deprauatè agens, habere cupiat: nullo enim eorum omnium, quibus egemus, imperfecto egemus, neque domo, neque calceo, neque scamno, neque veste, sed simul egemus, & perfecto egemus. Itaque infirmè, debilitérque ambulare non
D petimus, neque obtusè cernere, vel audire, neque aliud quicquam deficiens mancúmque expetimus. Quis enim coloris bonitatem, carnis molem, aut absolutè corporis pulchritudinem, roburvè, imperfectas desiderat. Quocirca si actionem non deprauatam, sed perfectam requirimus, neque corporis constitutionem à qua operamur imperfectè votis exposcemus; atque ita quum horum alterutrum sanitas sit, nullus proculdubio mutilam sanitatem, sed quàm fieri potest, absolutissimam, firmissimámque exoptauerit.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΒ'.

Ὅτι ἡ τελεία ὑγίεια, καὶ ἡ εὐεξία ταὐτόν ἐστι.

Εἰ μὲν οὖν ἄλλο τι τὴν εὐεξίαν οἴεταί τις εἶναι παρὰ τὴν τελείαν ὑγίειαν, ἄλλην μὲν τέχνην ὑγιείας, ἄλλην δ' εὐεξίας ζητείτω, εἰ δὲ ἓν καὶ ταὐτόν ἐστιν ἄμφω, μίαν ἀνάγκη καὶ τέχνην εἶναι. πῶς οὖν ἓν καὶ ταὐτόν ἐστιν, εὐεξία τε καὶ ἡ παντελὴς ὑγίεια; πρῶτον εἴπερ τὴν ταύτης αἰτίαν κατασκευὴν, τὴν αὐτὴν δήπου, καὶ τῆς εὐεξίας εἶναι πεπιστεύκαμεν, ἄμφω ταὐτὸν ἔσται. δεύτερον δὲ ἐξ αὐτῆς τῆς οὐσίας, εὐεξία μὲν γὰρ οὐδὲν ἄλλο ἐστὶν, ἢ εὖ ἔχουσα ἕξις, ἡ δὲ ἕξις, διάθεσίς ἐστι μόνιμος, ὥστε οὗ ἕξις, τούτου καὶ εὐεξία. πρός τι δ' ἄμφω. λέγεται δ' οὖν τις ἕξιν ἔχειν ἐν γραμματικῇ, καὶ ἄλλος ἐν ἀριθμητικῇ, καὶ ἄλλος ἐν γεωμετρίᾳ, καὶ ἄλλος ἐν ἀστρονομίᾳ. καὶ καθ' ἕκαστον τῶν ὄντων, ὅταν ἡ διάθεσις δύσλυτος ᾖ, ἕξις ὀνομάζεται.

E

CAPVT XII.

Quòd perfecta sanitas, & bonus habitus idem sint.

IGitur si aliud quidpiam bonũ habitũ à perfecta sanitate quis autumet, aliam sanitati, aliã bono habitui artem præficiat: sin vnum atque idem vtrũque est, vnam & vtrique artem præsidere necesse est. At quomodo vnum idemque bonus habitus atque absoluta sanitas fuerit? Primùm si apparatum huiusce causam, eundẽ & boni habitus esse crediderimus, ambo idem erunt. Secundò ex ipsa essen-
F tia id percipiemus: bonus siquidẽ habitus nihil est aliud, quàm bene se habens habitus: habitus autem affectio stabilis est: quare cuius est habitus, eius est etiam bonus habitus: ambo verò ad aliquid sunt. Dicitur itaque aliquis in grãmatica habitũ habere, alius in arithmetica, in geometria alius, alius in astronomia: & in re qualibet, quum affectio benè adhærens altiusque defixa fuerit, habitus nominatur.

Nihil

Nihil autem in præsentia referat affectionem, aut habitudinem appellare. Quamobrem si & eius est bonus habitus cuius est habitus, alicuius autem habitus est, alicuius ergo & bonus habitus erit, & eiusdem cuius habitus. At nobis in præsentia non de geometrico, musico, aut grammatico, sed de salubri habitu, sermo proponitur. Quum bonum igitur habitum dicemus, non grammaticũ, musicum, aut geometricum, sed salubrem habitum dicemus. Atqui statim id ipsum vulgares negligunt, & boni habitus, sanitatisque nomina idem significare arbitrantur: quum tamen sanitatis nomen affectionis cuiusdam nomen sit, boni verò habitus nomen nõ affectionem simpliciter, sed quod in ea optimum permanénsque est manifestat: quandoquidem eius affectionis, quam sanitatem dicimus præstantissimus habitus est bonus habitus. Non igitur (idem enim iterum atque iterum inculcare necesse est, quum quis multorum inueteratam ignorantiã stirpitus euellere cupiat) non inquam affectionem, nõ constitutionem, non actionem, boni habitus nomen significat, quemadmodum neque simpliciter habitus, sed habitus quidem solam ipsam permanentiã stabilitatémque affectionis ostendit: bonus verò habitus nihil ei plus quàm bonitatem adijcit. Igitur ex hoc nomine, habitus, & ex hac adiectione, bonus, componitur, quam omnibus, quæ laudamus, apponere consueuimus, quæcunque probè & secundum propriam suam virtutẽ constituta sunt. Quid igitur appetimus, aut quid nostro corpori prorsus inesse precamur. Nunquid salubrem affectionẽ id ipsum solum? an hoc idem est ac si quæras, num infirmas ædes, ac propediem ruituras expetimus? aut vltra vsum, cuius causa structæ sunt, elegantissimè quoque compositas, & quàm longissimo tempore duraturas? nemo profectò reperiatur, qui non integrè, & non longi temporis spatio sanitate frui percupiat. Quin etiam nulla omninò ars est, quæ sibi id quod deterius est, ac breuioris temporis, proponat, sed quod in eadem materia est optimum, atque longissimo temporis curriculo permansurum. Id sanè omnibus effectiuis artibus propositum est; neque etiam finis planè aliud quippiam, quàm propositi consequutio fuerit. Atque iam ex dictis apertum est, artis circa corpus versantis finem esse vnum, propositumque vnum: siue propositum hoc quispiam integritatem nominet, siue bonum habitum, siue sanitatem, siue naturalem corporis constitutionem, siue naturalem actionem, aut affectum, aut constitutionem, per quam integrè atque absolutè his naturales functiones obimus, nihil in præsentia distinguere opus est.

CAPVT XIII.

Quis sit omnium artium finis & propositum.

SIquidem vnum mihi ostendẽdum proponitur, omnes videlicet artes propositum finémque appetere, finem verò vniuscuiusque rei vnum esse, qui nihil aliud sit, quàm secundum illam substantiã bonum. In vite igitur non aliud quidem perfectio est, aliud verò bonum, neque aliud, præter id, quippiam ars vitium cultum tradens sibi speculandum proponit. Itidem & ars oleas excolere docens, olearum naturæ perfectiones sibi propositum statuit. Verumenimverò vna quædam res est humanum corpus: & quædam quoque huiusce omninò perfectio est, quam & præsentem custodire, absentem reuocare alicuius artis officium est.

A διαφερέτω δὲ μηδὲν ἔν γε τῷ παρόντι, διάθεσιν ὀνο-
μάζειν, ἢ σχέσιν· εἴπερ οὖν οὗπερ ἕξις, τούτου καὶ εὐε-
ξία, τινὸς δὲ ἡ ἕξις δηλονότι, καὶ ἡ εὐεξία τινὸς, καὶ τοῦ
αὐτοῦ γε οὗ καὶ ἡ ἕξις. ἀλλ' ἡμῖν νῦν οὐ περὶ τῆς γεωμε-
τρικῆς ἕξεως, ἢ μουσικῆς, ἢ γραμματικῆς, ἀλλὰ περὶ τῆς
ὑγιεινῆς ὁ λόγος ἐστίν. οὐκοῦν, ὅταν εἴπωμεν εὐεξίαν, οὐ
γραμματικὴν, ἢ μουσικὴν, ἢ γεωμετρικὴν, ἀλλ' ὑγιεινὴν
λέγομεν, εὐθὺς δὲ αὐτὸ τοῦτο παρορῶσιν οἱ πολλοὶ, καὶ νο-
μίζουσιν τὸ τῆς εὐεξίας ὄνομα, τῷ τῆς ὑγιείας, ὁμοίως λέ-
γεσθαι· καίτοι τὸ μὲν τῆς ὑγιείας ὄνομα, διαθέσεώς τινός
B ἐστιν, τὸ δὲ τῆς εὐεξίας, οὐχ ἁπλῶς τὴν διάθεσιν, ἀλλὰ τὸ
κατ' αὐτὴν ἄριστόν τε, καὶ μόνιμον ἐνδείκνυται, ἀρίστη ἐστὶν
ἕξις ἐκείνης τῆς διαθέσεως, ἣν ὑγείαν ὀνομάζομεν, ἡ εὐε-
ξίαν. οὐκοῦν αὖθις γάρ που, καὶ αὖθις ἀνάγκη ταὐτὸν εἰ-
πεῖν, εἰ μέλλει τις ἐξαιρήσεσθαι τὴν πολλῶν ἄγνοιαν πα-
λαιὰν, οὔτε διαθέσεως, οὔτε κατασκευῆς, οὔτ' ἐνεργείας
ἐστὶ τὸ τῆς εὐεξίας ὄνομα δηλωτικὸν, ὥσπερ οὖν οὐδὲ τὸ τῆς
ἕξεως, ἀλλὰ τοῦτο μὲν αὐτοῦ μόνου τοῦ δυσλύτου τε καὶ μο-
νίμου τῆς διαθέσεως, ἡ δ' εὐεξία πλέον οὐδὲν αὐτῷ προσ-
τίθησι, τοῦ εὖ. σύγκειται οὖν ἐκ τοῦ τῆς ἕξεως ὀνόματος, τὸ
C εὖ, προσλαβόντος, ὅπερ εἰώθαμεν ἐπαινοῦντες, ἅπασιν
ἐπιφέρειν, ὅσα καλῶς καὶ κατὰ τὴν οἰκείαν ἀρετὴν διά-
κειται. τίνος οὖν ὀρεγόμεθα, καὶ τί τῷ σώματι διὰ παν-
τὸς ὑπάρχειν βουλόμεθα; πότερον διάθεσιν ὑγιεινὴν,
αὐτὸ τοῦτο μόνον ἴσχειν, ἢ τοῦτό γε παραπλήσιον τῷ ζητεῖν,
ἆρά γε οἰκίας μοχθηρᾶς, καὶ μελλούσης ὅσον οὔπω κατα-
πεσεῖν χρήζομεν; ἢ καὶ πρὸς τὴν χρείαν, ἧς ἕνεκα γέ-
γονεν ἄριστα διακειμένης, καὶ ὡς ἔνι μάλιστα πολυχρο-
νιωτάτης; οὐδεὶς γάρ ἐστιν, οὔτ' ἐλλιπῶς, οὔτ' ὀλιγοχρο-
νίως ὑγιαίνειν βουλόμενος. ἀλλ' οὐδ' ἐστί τις ὅλως τέχνη, σκο-
D πὸν ἔχουσα τὸ χεῖρόν τε, καὶ ὀλιγοχρονιώτερον, ἀλλ' ὅπερ ἂν
ἐκ τῆς αὐτῆς ὕλης ἄριστόν τε μέλλει, καὶ πολυχρονιώτατον
ἔσεσθαι, τοῦτο ταῖς ποιητικαῖς ἁπάσαις τέχναις ὁ σκοπός. οὐ
μὴν οὐδὲ τέλος, ἄλλο τι παρὰ τὴν ἐπιτυχίαν ἐστὶ τοῦ σκο-
ποῦ, καὶ δῆλον ἐκ τῶν εἰρημένων, ὡς καὶ τέλος ἕν ἐστιν τῆς
περὶ τὸ σῶμα τέχνης, καὶ σκοπὸς εἷς. εἴτ' οὖν ἀρτιότητά τις
ἐθέλει τὸν σκοπὸν τοῦτο ὀνομάζειν, εἴτ' εὐεξίαν, εἴθ' ὑγείαν, εἴτε
τὴν κατὰ φύσιν κατασκευὴν τοῦ σώματος, εἴτε τὴν κατὰ φύσιν
ἐνέργειαν, εἴτε διάθεσιν, ἢ κατασκευὴν, ἀφ' ἧς ἐνερ-
γοῦμεν τελέως ταύτας τὰς κατὰ φύσιν ἐνεργείας, οὐδὲν εἴς
E γε τὰ παρόντα δέομαι διαιρεῖν.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΓ.

Τίς ἐστιν ὁ πασῶν τῶν τεχνῶν σκοπός τε, καὶ τέλος.

ΕΝ γάρ μοι πρόκειται δεῖξαι, τὸ πάσας τὰς τέχνας, καὶ
σκοποῦ, καὶ τέλους ἐφίεσθαι. τέλος δ' ἐν ἑκάστῳ τῶν ὄν-
των ἕν, ὅπερ οὐδὲν ἄλλο ἐστὶν, ἢ κατ' ἐκείνην τὴν οὐσίαν
ἀγαθόν· ἀμπέλου γοῦν οὐκ ἄλλο μὲν τελειότης, ἄλλο δὲ τὸ
ἀγαθὸν, οὐ μὴν οὐδ' ἄλλο τι παρὰ τοῦτο, πρόκειται σκο-
F πεῖσθαι τῇ περὶ τὰς ἀμπέλους τέχνῃ, καθάπερ οὐδὲ τῇ περὶ
τὰς ἐλαίας, ἀλλὰ καὶ ἥδε τὴν τελειότητα τῆς ἐλαίας φύσεως,
ἔχει τὸν σκοπόν. ἓν δή τι τῶν ὄντων ἐστὶ τὸ τ' ἀνθρώπου σῶμα,
καί τις ἐστὶν, καὶ τοῦδε πάντη τελειότης, ἣν καὶ παροῦσαν φυ-
λάττειν, καὶ ἀποῦσαν ἀνασώζεσθαι πρόκειταί τινι τέχνῃ.

A ταύτης δ' εἴπερ τι κατωτέρω ποιήσομεν ἕτερον τέλος, ὁ προειρημένος ἡμᾶς ἐκδέξεται λόγος· ἔσται γάρ, ἡ μὲν τῆς εὐεξίας, ἡ δὲ ἄκρας εὐεξίας, ἑτέρα δὲ τῆς ὑγιεινῆς ἕξεως, καὶ τετάρτη τις ἄλλη τέχνη, σχέσεως ὑγιεινῆς δημιουργός, ἔξωθεν δὲ τούτων ἄλλη πέμπτη, τῆς ἀθλητικῆς εὐεξίας. εἰ δὲ καὶ δημιουργεῖν μὲν ἄλλαις τὰ τέλη, φυλάττειν δ' ἄλλαις ἐπιτρέψομεν, οὐ ταύτας μόνον, ἀλλὰ καὶ σὺν αὐταῖς ἄλλας τοσαύτας ἐπιζητήσομέν τε, καὶ συστησόμεθα περὶ τὸ σῶμα τέχνας.

Huius autem si alterum quendam inferiorem finem constituam, antedictus nos excipiet sermo: erit enim hæc boni habitus: illa summè boni habitus: alia salubris habitus: & quarta insuper ars salubris habitudinis opifex: & præter has athletici boni habitus effectrix quinta. Quòd si aliis quidem artibus fines inducere, aliis autem eos conseruare permiserimus, non has modo, verùm etiam alias totidem circa corpus artes inuestigabimus constituemúsque.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΔ'.

B Ἓν εἶναι τὸ τοῦ σώματος ἀγαθόν, καὶ τὴν αὐτὴν τέχνην δημιουργὸν εἶναι καὶ φυλακτικήν.

Ὡς καὶ δῆλον, ὡς οὔτε πολλὰ τὰ τοῦ σώματος ἀγαθὰ χρὴ ποιεῖν, οὔτ' ἄλλην μέν τινα αὐτοῦ δημιουργόν, ἄλλην δὲ φύλακα. τῷ μὲν δὴ σκοπεῖσθαι δυναμένῳ διὰ κεφαλαίων τὸ σύμπαν, οὐδὲν ἔτι προσδεῖ· τῷ δὲ τοῦτο μὴ δυναμένῳ δρᾶν, ἢ καὶ πάντ' ἐξαλεῖψαι τῆς διανοίας, ὅσα τοῖς κακῶς ὑπειλημμένοις ἕπεται δεομένῳ, παμπόλλων ἔθ' ἡγοῦμαι δεῖν. ὅτι τε γάρ, οὐχ ἕν ἐστι τὸ τοῦ σώματος ἀγαθόν, ἀλλὰ καὶ ὑγίειά τε, καὶ ῥώμη, καὶ κάλλος. ὅτι τε δυνατὸν ἑτέραν μὲν εἶναι δημιουργὸν τούτου C τέχνην, ἑτέραν δὲ φυλακτικήν, καὶ ὅσα ἄλλα τούτοις ἑπόμενα κακῶς ἐγνώκασιν ἔνιοι, διελέγξαι χρή. καὶ πρῶτόν γε, ὅτι τοῦ σώματος ἓν ἀγαθόν ἐστιν, διελθεῖν ἄμεινον πρώτως τε καὶ κυρίως λεγόμενον, ἐφ' ὃ πάντα τὴν ἀναφορὰν ἔχει. τὰ δ' ἄλλα τὰ λεγόμενα σώματος ἀγαθά, τὰ μὲν ὡς μόρια ἐκείνου λέγεται, τὰ δ' ὡς αἴτια, τὰ δ' οἷον καρπός τις. ὥσπερ γὰρ τὸ κάλλος, ἥ τ' εὐχροια, καὶ ἡ εὐσαρκία, καὶ ἡ συμμετρία, καθάπερ καὶ ἄλλα τινὰ συμπληροῖ, τί κωλύει καὶ τὸ τοῦ σώματος, ἐξ ὑγιείας, καὶ ῥώμης, καὶ κάλλους συμπληροῦσθαι; τί δὲ κωλύει πάλιν αὐτοῦ μὲν τοῦ σώματος ἀγαθὸν εἶναι τὴν ὑγίειαν, οἷον δὲ καρπόν τινα, τὸ κάλλος D αὐτοῦ, καὶ τὴν ἐνέργειαν ὑπάρχειν; τί δὲ κωλύει, τὴν μὲν ἐνέργειαν εἶναι τὸ πρῶτον ἀγαθὸν τοῦ σώματος, αἰτίαν δ' αὐτοῦ τὴν ὑγίειαν; οὐ γὰρ δὴ ἐξ ἄλλων μέν τινων ὑγιαῖνον ἀκριβῶς ἔσται σῶμα, δι' ἄλλων δ' ἰσχυρόν, ἢ καλὸν αὐτὸ μέλλει ποιήσειν· εὐθὺς δὲ τοῦτο καὶ ἀκριβῶς ὑγιεινόν.

CAPVT XIV.

Vnum tantum esse corporis bonum, eandémque esse opificem artem & custodem.

Ex quo efficitur neque multa corporis bona esse ponenda, neque aliam eiusdem opificem, aliam verò custodem artem esse statuendam. Ei sanè qui potest omnia per capita contemplari non pluribus opus est: qui verò id facere nequeat, vel & omnia ex animo delere, quæcunque ex malè perceptis sequuntur, opus habeat, longiore, puto, adhuc oratione indiget. Illa sanè confutanda sunt, quòd non vnum sit corporis bonum, sed omnia hæc, sanitas, robur, & pulchritudo, quódque ars vna id procreare possit, altera conseruare, & quæcunque alia ab his orientia nonnulli perperam decreuerunt: atque in primis vnum esse corporis bonum primariè, & propriè dictum, ad quod reliqua omnia referuntur, explicare melius est: alia verò corporis bona vocata, nonnulla, vt partes illius, dicuntur: alia vt causæ, alia vt fructus quidam. Quemadmodum enim pulchritudinem viuidus color, moderata carnis moles membrorum commoderatio, & alia quædam integrant, quidni & corporis bonum ex sanitate, robore, & pulchritudine confletur? Item quid prohibet ipsius corporis bonum esse sanitatem, sed veluti frustum quendam eius pulchritudinem, & actionem? Quid obstat præterea primum corporis bonum actionẽ esse, eius verò causam sanitatem? Neque enim per alia exquisitè sanescet corpus, per alia robustum, aut pulchrum euadet: statim verò id etiam exactè salubre est.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΕ'.

Μίαν εἶναι τῶν τοῦ σώματος ἁπάντων ἀγαθῶν τέχνην, καὶ τὸ τοῦ σώματος κύριον ἀγαθόν, ἓν εἶναι.

E Ὥστε καὶ διὰ τοῦτο μία τέχνη περὶ τὸ σῶμα. τὰ γὰρ αὐτὰ πράττοντες, ἰσχυροί τε ἅμα κατὰ τὰς ἐνεργείας ἐσόμεθα, καὶ καλλίους ὀφθῆναι, καὶ ὑγιεινότεροι, καὶ εὐεκτικώτεροι, καθάπερ εἰ καὶ σφαλείημεν τι περὶ τὸ σῶμα, καὶ τῶν ἐνεργειῶν τὴν ῥώμην καταλύσομεν, καὶ τὸ κάλλος λυμανούμεθα, καὶ τὴν εὐεξίαν καθαιρήσομεν, καὶ τὴν ὑγίειαν μειώσομεν. ἅπαντα γὰρ ταῦτα, συναυξάνεταί τε καὶ συμμειοῦται προσηκόντως. ἡ γάρ τοι κατὰ φύσιν ἐνέργεια, δεῖται τῆς κατὰ φύσιν τοῦ σώματος κατασκευῆς, ὑφ' ἧς γίνεται, λόγον αἰτίας ἐχούσης πρὸς αὐτήν. ὥστ' οὐκ ἐνδέχεται θάτερον, τὸ μὲν ἕτερον αὐτῶν εἶναι, τὸ δ' ἕτερον μὴ παρεῖναι, καὶ μὲν δὴ καὶ συναυξάνεται, καὶ συμμειοῦται ἀμφό- F τερα βελτίω μὲν δὴ γινόμενα, τὸ μέν, εὐεξία, τὸ δὲ ῥώμη, κέκληται. τὸν αὐτὸν γὰρ καὶ ἡ ῥώμη πρὸς τὴν ἐνέργειαν ἔχει λόγον, ὅνπερ ἡ εὐεξία πρὸς τὴν ὑγείαν. ἑκάτερον γὰρ ἑκατέρῳ γίνεται, καὶ ὥσπερ ἡ εὐεξία τινός ἐστιν, οὕτως καὶ ἡ ῥώμη, τῆς μὲν γὰρ κατὰ φύσιν, εἴτε κατασκευῆς, εἴτε διαθέσεως

CAPVT XV.

Vnam omnium corporis bonorum artem esse, vnúmque esse princeps corporis bonum.

Qvare & ex hoc vnam circa corpus artem esse conuincitur: eadem enim facientes, simul & robusti ad agendum erimus, & visu pulchriores, & salubriores, meliorisque habitus efficiemur, quemadmodum contrà, siqua in corpus noxa inciderit, & actionum firmitas labascet, & pulchritudo marcescet, & bonus habitus tolletur, sanitásque ipsa violabitur: hæc enim omnia meritò simul augentur, simúlque decrescunt. Naturalis etenim actio naturali corporis eget apparatu, à quo rationem causæ erga ipsam habente producitur. Quocirca illud fieri non potest, vt istorum alterum adsit, alterum verò absit, ambo præterea hæc simul augentur atque decrescunt: quumque in melius proficiunt, hic bonus habitus, ille robur appellatur, eadem namque ratione robur actioni, qua bonus habitus sanitati comparatur, vtrumque enim ab vtroque producitur, sicutque alicuius bonus habitus est, ita & robur; naturalis namque siue apparatus, siue affectionis:

vtcunque

vtcunque vocare libet, virtus quædam est bonus habitus, actionis verò naturalis virtus robur est, idem autem est virtus, perfectio & cuiusque rei bonum, quod illius primum atque simpliciter bonum nominatur. Ambo sanè, & propter eadem deteriores, melioresve redduntur, bonus namque habitus, salubris, vt ante dictum est, affectio nominatur. Siquis rursus manifestè debilis sit, roboris infirmitas imbecillitásque dicetur: pulchritudo præterea priora, posteriora deformitas necessariò comitatur. Hæc planè omnia simul crescunt, simul minuuntur & perficiuntur simul omnia, simúlque delentur: quódque istorum vnum læserit, quicquid fuerit, statim & reliqua omnia lædit: contrà quod iuuat, pariter & omnia iuuerit. Atqui ex dictis iam vnam circa hæc omnia artem necessariò versari elucescit: quod istorum autem princeps simpliciterque corporis bonum sit, nihil in præsentia attinet dicere. Sed tamen, ne id quoque sermoni deficiat, subiungam. Corporis bonum absolutissimum, atque primarium, quo egemus potissimum, actionum perfectio est, quod sanè robur vimque imperfectè enunciantes nominant: siquidem eos oportebat non robur simpliciter, sed actionum robur, neque vim simpliciter, sed actionum vim nuncupare. Deinceps verò post secundum non simpliciter, neque per se corporis bonum, sed quoniam primò & per se huiusmodi bono ad sui creationem actionum robur indiget, sanitatis est bonus habitus, quem & ipsum iterum imperfectè nominantes cauillationibus ansam præbuere: sanitatis enim bonum habitum quum dicere debeant, non ita, sed absolutè bonum habitum vocant: hunc necessariò pulchritudo sequitur, aliud quoddam ab illis, & tertium corporis bonum. Quare corporis bona æquè ac animæ, neque vnius generis sunt neque similiter omnia dicuntur, sed vnum quidem, vt primum atque per se, alterum tanquam illius causa, tertium verò, vt necessariò consequens. Igitur cuius horum trium ars corpus gubernans primarius opifex est? num sanitatis, an actionis, an pulchritudinis? Supra enim iam patuit, etiam si istorum vni tantum, quodcunque malis, profueris, necessariò cunctis tribus profuturum. Nam si actionem iuuabis, & sanitatem, & pulchritudinem necessariò iuuabis; quandoquidem ea sine causa ipsam producente consistere nequit, pulchritudo verò necessariò subsequitur. Item si sanitati proderis, illico & actioni & pulchritudini proderis, etenim vtraque ab ea profluit: qui verò pulchritudinem creat, proculdubio & sanitatem ante creauerat: si eam, itidem & actionem.

CAPVT XVI.

Quod inter corporis bona primum à medico expetatur.

VErùm quod primum ab artifice fiat, sermo noster vestigare cupiebat. Atqui iam ex supra positis manifestè ars sanitatem efficere videtur, hanc verò naturalis pulchritudo actióque sequatur necesse est; quod enim primum artifex quum fecerit acquiescit, id eius planè finis est: at naturali affectione, per quam agimus, restituta conquiescit, ea verò sanitas erat: quam quum induxit, nihil vltra circa actionem pulchritudinémve laborat, accedunt enim hæ, vel inuito artifice,

A ὀνομάζειν ἐθέλοις, ἀρετή τις ἡ εὐεξία. τῆς δὲ ἐνεργείας, ἡ ῥώμη. ταὐτὸν δ' ἀρετή τε καὶ τελειότης ἐστὶν, καὶ τὸ καθ' ἕκαστον τῶν ὄντων ἀγαθὸν, ὅπερ ἂν αὐτοῦ πρώτως τε καὶ ἁπλῶς ἀγαθὸν ὀνομάζεται· καὶ μὲν δὴ καὶ χείρω γίνεται διὰ τῶν αὐτῶν ἀμφότερα, καὶ ἡ μὲν ὑγιεινὴ διάθεσις, ὥσπερ ἔμπροσθεν εἴπομεν, εὐεξία προσαγορεύεται. εἰ δ' αὖ τις ἐνεργῶς ἀσθενὴς, ῥώμης ἀρρωστία τε καὶ ἀσθένεια· καὶ δὴ καὶ κάλλος μὲν τοῖς προτέροις, αἶσχος δὲ τοῖς δευτέροις ἐξ ἀνάγκης ἕπεται. πάντ' οὖν ταῦτα, καὶ συναύξεται, καὶ συμμειοῦται, καὶ τελειοῦται, καὶ καθαιρεῖται πάνθ' ἅμα, καὶ τὸ B βλάπτον ὁπιοῦν ἓν ἐξ αὐτῶν, εὐθὺς καὶ τἆλλα σύμπαντα βλάπτει, τό τ' ὠφελοῦν, ὡσαύτως ἅπαντα ὠφελεῖ. καὶ δῆλον, ὡς καὶ διὰ τοῦτο μίαν ἀνάγκη τέχνην εἶναι περὶ σύμπαντα ταῦτα. τί δὴ τούτων ἐστὶ τὸ πρῶτόν τε, καὶ ἁπλῶς ἀγαθὸν τοῦ σώματος, οὐδὲν μὲν ἐγείρει, τό γε νῦν εἶναι, λέγειν· ἵνα δὲ μηδὲ τοῦτ' ἐνδέῃ, προσθήσω. σώματος ἀγαθὸν, ἁπλῶς καὶ πρῶτον, οὗ μάλιστα δεόμεθα, τελειότης τῆς ἐνεργείας ἐστὶν, ὅπερ δὴ ῥώμην τε καὶ ἰσχὺν ὀνομάζουσιν, ἐλλειπτικῶς ἑρμηνεύοντες. ἐχρῆν γὰρ αὐτοὺς, οὐ ῥώμην ἁπλῶς, ἀλλ' ἐνεργείας ῥώμην, οὐδ' ἰσχὺν ἁπλῶς, ἀλλ' ἐνεργείας ἰσχὺν εἰπεῖν. C ἑξῆς δὲ τούτων δεύτερον, οὐχ ἁπλῶς, οὐδὲ καθ' ἑαυτὸ τοῦ σώματος ἀγαθὸν, ἀλλ' ὅτι γε τὸ πρῶτόν τε καὶ καθ' ἑαυτὸ, τοιούτου δεῖται πάντως εἰς γένεσιν. αὕτη δ' ἡ τῆς ὑγιείας ἐστὶν εὐεξία, ἣν καὶ αὐτὴν πάλιν ἐλλειπτικῶς ὀνομάζοντες, ἀφορμὴν σοφισμάτων παρέχουσιν, δέον γὰρ εὐεξίαν ὑγιείας εἰπεῖν, οὐχ οὕτως, ἀλλ' ἁπλῶς εὐεξίαν ὀνομάζουσιν, ἕπεται δ' ἐξ ἀνάγκης τῇδε τὸ κάλλος, ἄλλο τι γένος· ἕπεται ἐκείνοις, τρίτον ἀγαθὸν σώματος, ὥστε οὔτε ὁμογενῆ τὰ τοῦ σώματος ἀγαθὰ, καθάπερ οὐδὲ τὰ τῆς ψυχῆς, οὔθ' ὁμοίως λέγεται ἅπαντα. ἀλλὰ τὸ μὲν, ὡς πρῶτόν τε καὶ καθ' ἑαυτὸ, τὸ δ' ὡς αἴτιον ἐκείνου, τὸ δ' ὡς ἐξ ἀνάγ- D κης ἑπόμενον. τίνος οὖν τούτων τῶν τριῶν ἡ περὶ τὸ σῶμα τέχνη πρώτης ἐστὶ δημιουργός; ἆρά γε τῆς ὑγιείας, ἢ τῆς ἐνεργείας, ἢ τοῦ κάλλους; ὅτι μὲν γὰρ ἐξ ἀνάγκης ὠφελήσῃ τε καὶ ποιήσῃ τὰ τρία, κἂν ἓν ἐξ αὐτῶν ὁπιοῦν ὠφελῇς, πρόδηλον ἤδη γέγονεν. εἴ τε γὰρ τὴν ἐνέργειαν, ἐξ ἀνάγκης καὶ τὴν ὑγείαν τε, καὶ τὸ κάλλος, ἡ μὲν γὰρ, οὐχ οἵα τέ ἐστιν χωρὶς τῆς ποιούσης αὐτὴν αἰτίας γενέσθαι, τὸ κάλλος δ' ἐξ ἀνάγκης ἕπεται· εἴ τε τὴν ὑγείαν εὐθὺς, καὶ τὴν ἐνέργειαν, καὶ τὸ κάλλος· ἄμφω γὰρ ἦν ταύτης ἔγγονα· καὶ μὴν εἰ E τὸ κάλλος ποιοῖ, πάντως που καὶ τὴν ὑγίειαν προπεποίηκεν· εἰ δὲ τοῦτο, καὶ τὴν ἐνέργειαν.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ιϛ'.

Οὗτινος ἐκ τῶν τοῦ σώματος ἀγαθῶν τοῦ πρώτου ἰατρὸς ὀρέγεται.

ΑΛλὰ τί τὸ πρώτως ἐστὶν ὑπὸ τοῦ τεχνίτου γινόμενον, ὁ λόγος ἐπόθει θηρᾶσαι, καὶ δὴ φαίνεται σαφῶς ἤδη διὰ τῶν εἰρημένων, ἡ μὲν τέχνη τὴν ὑγείαν ἐργαζομένη, F ταύτῃ δ' ἐξ ἀνάγκης ἐνέργειά τε καὶ τὸ φυσικὸν κάλλος ἀκολουθεῖ. ὅπου γὰρ πρῶτον ἐνεργῶν ὁ τεχνίτης ἵσταται, τοῦτ' ἔστιν αὐτοῦ τὸ τέλος, ἵσταται δὲ ἐν τῷ τὴν κατὰ φύσιν ἐργάσασθαι διάθεσιν, ἀφ' ἧς ἐνεργοῦμεν, ὅπερ ἦν ὑγεία, ταύτην δ' ἐργασάμενος, οὐδὲν ἔτι πονεῖ περὶ τὴν ἐνέργειαν, ἢ τὸ κάλλος, ἕπεται γὰρ ἐξ ἀνάγκης ἐκεῖνα, κἂν ὁ τεχνίτης μὴ θέλῃ.

καὶ κωλῦσαι γ' αὐτὰ, τῷ τεχνίτῃ παντάπασιν ἀδύνατον, ἅπαξ γε τὴν ὑγίειαν ἐργασαμένῳ· αὐτὴν μέν τοι τὴν ὑγίειαν ἐπ' αὐτῷ κωλύειν ἐστίν. εἰ δέ γέ πῃ διαφθείρειεν αὐτὴν, οὐκ ἔστιν ἐπ' αὐτῷ τὴν κατὰ φύσιν ἐνέργειαν, ἢ τὸ κάλλος ἐκποιεῖσαι τῷ σώματι. τὴν οὖν περὶ τὸ σῶμα τέχνην, ἥτις ἂν ᾖ, περὶ μὲν τὴν ὑγίειαν ἁπάντων πρώτην τε, καὶ καθ' ἑαυτὴν πραγματεύεσθαι φατέον, ἐφεξῆς δὲ κατά τι συμβεβηκὸς, τήν τ' ἐνέργειαν καὶ τὸ κάλλος. οὐ μὴν ἀτελές γέ τι τούτων οὐδὲν, οὐδ' ἐλλιπὲς, ἀλλὰ τέλεα, καὶ πλήρη, καὶ ἄκρα. ὅπως μὲν οὖν ἐστι πολλὰ τοῦ σώματος ἀγαθὰ, καὶ πῶς ἕν, ὅτι τε μὴ πάντων ὡσαύτως ἡ περὶ τὸ σῶμα τέχνη πεφρόντικεν, ἀλλὰ τοῦ μὲν καθ' αὑτὸ, τοῦ δὲ κατὰ συμβεβηκὸς, αὐτάρκως δέδεικται.

A ipsisque aditum intercludere, quum semel sanitatem creauerit, prorsus nequit. Ipsam planè sanitatem impedire in ipso artifice positum est: quòd si ipsam corruperit, naturales actiones, aut pulchritudinem corpori adipisci, nullo vnquam pacto valebit. Artem itaque corpus tractantem, qualiscunque sit, circa sanitatem omnium primam, atque per se negociari asserendum est, deinceps accidit, vt de actione pulchritudinéque curam habeat; neque verò vllum istorum imperfectum mancúmque est, sed perfecta, cumulata, ac summa sunt. Quomodo igitur plura sint corporis bona; quomodo vnum; B quódque non omnium æquè ars corporis curam habeat, sed vnius per se, ex accidenti aliorum, abundè dissertum est.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΖʹ.

Ὅτι κατ' οὐδεμίαν ὕλην ἄλλη μὲν τέχνη τοῦ τέλους δημιουργὸς, ἑτέρα δὲ φυλάττουσα.

Διὰ τί δ' οὐκ ἐνδέχεται κατ' οὐδεμίαν ὕλην, ἄλλην μὲν τέχνην τοῦ τέλους δημιουργὸν, ἑτέραν δ' εἶναι τὴν φυλάττουσαν, ἤδη καὶ ταῦτα πειράσομαι δεικνύναι· καὶ πρῶτον μὲν, ὡς οὐδὲ τὸ παράδειγμα αὐτοῖς ὁμολογεῖ τὸ σφέτερον, ἐπιδείξω, μετὰ ταῦτα δὲ, ὡς οὐδὲ ἡ τῶν πραγμάτων αὐτῶν φύσις. εἴπερ γὰρ ἄλλης μέν ἐστι τέχνης ὑπόδημα ποιήσασθαι, τὸ δ' ἠπήσασθαι τοῦτο παθὸν, ἑτέρας, οὔπω τὴν τρίτην ἐνταῦθα τέχνην ἐπέδειξαν ἡμῖν, τὴν φυλακτικήν. ὡσαύτως δὲ κἀπὶ τῶν ἱματίων, εἴπερ ἑτέρας μέν ἐστι τέχνης ἠπήσασθαι, δημιουργῆσαι δ' ἑτέρας, ἡ τρίτη κἀνταῦθα τίς ἐστιν ἡ φυλακτικὴ, λέγειν οὐχ ἕξουσιν. ἐπὶ μὲν γὰρ τῶν ἡμετέρων σωμάτων, καὶ ὅλως τῶν ὑπὸ φύσεως διοικουμένων, ἡ μὲν, οἷον δημιουργικὴ, ἡ φύσις ἐστὶν, ἀνάλογον ὑφαντικῇ τε καὶ σκυτοτομικῇ. τὸ πονῆσαν δ' ἐπανορθοῦνται, γεωργός τε καὶ ἰατρός· ἀνάλογον οὖν καὶ οἵδε τῷ ῥάπτοντι τὰ ἱμάτια, καὶ τῷ τὰ παλαιὰ τῶν ὑποδημάτων ἐπανορθουμένῳ. τὸ δὲ φυλάττειν ἱμάτιον, ἢ ὑπόδημα κατατεθειμένον ἐπὶ τῆς οἰκείας, ὅπως μὴ κλαπείη πρός τινος, ἢ ὑπὸ μυῶν καταβρωθείη, τάχα μὲν, οὐδὲ τέχνης ἐστὶν οὐδεμιᾶς, ἀλλ' ἐπιμελείας μόνης. εἰ δ' ἄρα καὶ τέχνην τινὲς εἶναι βούλονται φυλακτικὴν αὐτῶν, αἱ τοιαῦται τέχναι τοῖς ἀνθρώποις, ἡ στρατηγική τέ εἰσι, καὶ ἡ πολιτικὴ, καὶ πρὸς ταύταις, ἥ τε τῶν θυρωρῶν εἰ βούλει, καὶ τῶν ἄλλων φυλάκων. ἵνα γὰρ μήτε ἐπὶ τοῖς πολεμικοῖς ὦμεν, ἢ ὅλως τοῖς πονηροῖς ἀνθρώποις, μήτ' ἐπὶ τοῖς θηρίοις, οἰκίας τε καὶ πόλεις οἰκοδομησάμεθα, καὶ τείχη περιεβαλλόμεθα, καὶ στρατηγοὺς, καὶ ἄρχοντας ἀπεδείξαμεν. ἀλλ' οὐ τοιαύτην τινὰ ἐζητοῦμεν τέχνην ὑγιείας φυλακτικὴν, ἀλλ' ἥτις, οἶμαι, περὶ τὸ σῶμα τοῦ ἀνθρώπου πραγματευομένη τι, μὴ κατὰ συμβεβηκὸς, ἀλλὰ καθ' αὑτὸ, σῶον αὐτὸ καὶ ὑγιαῖνον ἀποδείκνυσιν· ἑκάστη δὲ τῶν νῦν εἰρημένων, οὐκ αὐτὴ καθ' αὑτὴν, ὑγιείας ἐστὶ φύλαξ, ἀλλ' ἐπειδὴ συμβέβηκεν τῷ μὴ σφαγέντι, μήθ' ὑπὸ θηρίου καταβρωθέντι φυλάττεσθαι τὴν ὑγίειαν, ὥσπερ οὖν καὶ ὅλην τὴν ζωὴν, διὰ τοῦτο κατά τι συμβεβηκὸς, οὐ πρώτως, οὐδὲ κατὰ τὸν ἴδιον λόγον, ἑκατέρα τῶν τοιούτων τεχνῶν ὑγιείας γίγνεται φύλαξ.

CAPVT XVII.

Quòd in nulla materia ars vna finem efficiat, altera conseruet.

IAm verò & illa ostendere conabor, quare in nulla ars materia vna finis effectrix, altera conseruatrix reperiatur: statimque ab initio ne- C que illorum exemplum, qui in hac fuere sententia, neque rerum præterea ipsarum naturam, ipsis fauere declarabo. Si alterius enim artis est calceum conficere, alterius labefactatum resarcire, nondum tertiam hic artem conseruatricem nobis ostenderunt: pariter & in vestibus, si alterius quidem artis est eas resarcire, alterius autem conficere, quænam & in his tertia sit ars conseruatrix, explicare non poterunt. In nostris profectò corporibus, vniuersimque in his quæ à natura reguntur, veluti effectrix vtique natura est, textoriæ coriariæque proportione respon- D dens. Vitiosum autem corpus instaurant agricola, & medicus, qui & ipsi vestes facienti, & veteres calceos instauranti similes sunt. Vestem autem calceúmve in conclaui reponendo custodire, ne aut à quopiam surripiatur, aut à muribus erodatur, id neque vllius forsitan artis, sed solius est diligentiæ. Quod si horum conseruatricem artem esse quidam velint, tales apud homines artes sunt imperatoria, reique publicæ gubernatoria, & præter has, si placet, ostiariorum, cæterorumque custodum: vt enim ne inter hostes, aut prorsus ne inter sceleratos homines feràsque bestias versaremur, ædes ciuitatés- E que construximus, & muros circumdedimus, imperatores, ac principes creauimus. Sed non istarum similem sanitatis conseruatricem artem conquisiuimus, sed eam quæ (vt puto) in humanum corpus aliquid agens, non ex accidenti, sed per se incolume ipsum valénsque præstet: at proximè dictæ singulæ non ipsæ per se sanitatem custodiunt, sed eo, quia homini non iugulato, neque à fera discerpto, sanitatem seruari, quemadmodum & totam vitam, contigit: idcirco ex quodam accidenti, non primò, neque ex sua ipsius ratione, harum vtraque artium F sanitatem conseruat.

A

CAPVT XVIII.

Quibus Ars tuendæ ſanitatis contineatur.

IGitur ſanitatem præcipuè ex ſui ratione conſeruans quibus continebitur? Vt mea quidem fert ſententia, neque illis quæ non neceſſariò corporibus noſtris adhærent, neque illis quæ nullam in partem neceſſariò corpora noſtra permutant, ſed illis quibus, velimus nolimus, corpus noſtrum omninò vtitur; & eorum illis quæ iuuare, aut officere valeant: in iis inquam, & circa hæc tuendæ ſanitatis artem verſari arbitramur. B In gladios enim, aut feras, aut laqueos, aut præcipitia, non neceſſariò corpora noſtra incurrunt, ſed in ambiente aëre duplici ratione verſantur, & quoniam corpori vndique circumfuſus eſt, & quoniam per inſpirationem ducitur. Atqui ſomnus & vigilia, quies item & motio, in horum numero ponitur: neceſſe namque eſt, aut dormire, aut vigilare, quieſcere aut motu exerceri. Perinde eſurire, & cibum capere, ſitire, ac bibere, aut inter hæc mediam obtinere conſtitutionem. Cubilium autem diſcrimina, ac veſtimentorum non omnia neceſſaria ſunt. C Eburneis namque pedibus lectulus, aut grabatus ignobilis, nihil ſanitati prodeſt, aut officit, neque vilium, aut ſumptuoſarum veſtium vſus: nō vitrea vaſa, aut aurea, aut argentea, aut lignea poſſidere: non liberos habere formoſos, aut deformium ſeruorum turbæ dominari, aut ſeruis planè carentem ipſum ſibi miniſtrare. Iſta mehercule prodeſſe nobis, vel obeſſe ipſorum ratione atque primariò, aut ex accidenti, neutiquam apta ſunt. At calidus aër, aut frigidus, eſca, & potus, requies, & motio, vigiliæ, ſomnique, ſuis ipſorum viribus neceſſariò corporibus noſtris vtilitatem, aut noxam afferunt. D Veſtimentum lacerum ac leue hyeme, graue autem æſtuoſúmque æſtate, lædit quidem ex neceſſitate, ex accidenti verò frigore, & calore diuexat.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΗ'.

Ἐν τίσιν ἔχει τὴν πραγματείαν ἡ τέχνη ἡ ὑγείαν φυλάττουσα.

Ἡ Πρώτη οὖν ὑγείαν φυλάττουσα κατὰ τὸν ἑαυτῆς λόγον, ἐν τίσιν ἕξει τὴν πραγματείαν; ἐμοὶ μὲν δοκεῖ, μήτ' ἐν τοῖς οὐκ ἐξ ἀνάγκης ὁμιλοῦσι τῷ σώματι, μήτε ἐξ ἀνάγκης ἐν τοῖς οὐδὲν διατιθεῖσιν, ἀλλ' ἐν οἷς τε διατελεῖ πάντως τὸ σῶμα, κἂν ἡμεῖς μὴ βουλώμεθα, καὶ τούτων τοῖς ὠφελεῖν, ἢ βλάπτειν δυναμένοις, ἐν τούτοις τε καὶ περὶ ταῦτα πραγματεύεσθαι. ξίφεσι μὲν οὖν, καὶ θηρίοις, καὶ κρημνοῖς, καὶ βρόχοις οὐκ ἐξ ἀνάγκης περιπίπτει τὸ σῶμα, ἀλλὰ τῷ περιέχοντι ἀέρι κατὰ διττὸν τρόπον ἐξ ἀνάγκης ὁμιλεῖ, καὶ πάντῃ περικεχυμένῳ, καὶ διὰ τῆς εἰσπνοῆς ἑλκομένῳ. καὶ μὲν δὴ καὶ ὕπνος, καὶ ἐγρήγορσις, ἡσυχία τε καὶ κίνησις, ἐκ τῶν τοιούτων ἐστίν· ἀνάγκη γὰρ ἢ ὑπνοῦν, ἢ ἐγρηγορέναι, ἢ ἡσυχάζειν, ἢ κινεῖσθαι. ὥσπερ οὖν καὶ λιμώττειν, καὶ ἐσθίειν, καὶ διψᾶν, ἢ πίνειν, ἢ τινὰ μεταξὺ τούτων ἔχειν κατάστασιν. αἱ δὲ τῆς κοίτης διαφοραὶ, καὶ τῶν ἱματίων, οὐκ ἀναγκαῖαι πᾶσαι. κλίνη γὰρ ἐλεφαντόπους, οὐδὲν οὔτ' ὠφελεῖ C τὴν ὑγείαν, οὔτε βλάπτει, κατὰ ταῦτα δὲ, καὶ σκίμπους εὐτελής. καὶ ἱματίοις εὐτελέσιν, ἢ πολυτελέσιν, ἢ τοῖς σκεύεσιν ὑαλίνοις, ἢ χρυσοῖς, ἢ ἀργυροῖς, ἢ ξυλίνοις χρῆσθαι· καὶ παῖδας ἔχειν εὐμόρφους, ἢ αἰσχροὺς τοὺς ὑπηρετουμένους, ἢ μηδ' ὅλως ἔχειν, ἀλλ' ἑαυτῷ διακονεῖσθαι. ταῦτα μὲν γὰρ οὐδὲν οὔτ' ὠφελεῖν, οὔτε βλάπτειν ἡμᾶς πέφυκεν, οὔτε καθ' ἑαυτὰ, καὶ πρώτως, οὔτε κατὰ συμβεβηκός. ἀὴρ δὲ θερμὸς, ἢ ψυχρὸς, ἐδέσματά τε καὶ πόματα, καὶ ἠρεμία, καὶ κίνησις, ἐγρήγορσίς τε, καὶ ὕπνος, ἐξ ἀνάγκης ὠφελεῖ, καὶ βλάπτει κατὰ τὴν ἑαυτῶν δύναμιν. ἱμάτιον δὲ τρίχινον ἐν χει- D μῶνι, καὶ βαρὺ, καὶ πνιγῶδες ἐν τῷ θέρει, βλάπτει μὲν ἐξ ἀνάγκης, ἀλλὰ κατὰ συμβεβηκὸς τῷ τε κρύει, καὶ θάλπει τιμωρεῖται.

CAPVT XIX.

Quid à ſanitatis cuſtode agendum ſit.

HÆc itaque quæcunq; per ſe lædendi iuuandíq; poteſtatem habent, ſanitatis curam habēs ſpeculatur. At quomodo, quáve ratione? Poſteaquam ſatis abundè corpus inanitum eſt, ſenſiliſque nocumenti diſcrimen impendet, alimentū ſumere iubens. E Poſtquam vltra modum exaruit, atq; hinc iam noxæ periculum inſtat, potum accipere præcipiens: item & corpus exercens, quum noſtri moderatricem facultatem robuſtam præſtare, excrementáque anguſtis meatibus intruſa eruere voluerit; quietem verò imperans, quum exercitatione corpus laſſari, aut vltra quàm conueniat digeri ſenſerit; aluum prætereà ducens, quum ſuppreſſa eſt; nimis autem citatam cohibens; aliáque in hunc modum omnia agens, & in ſumma id ante oculos habens, vt in corpore exactè ſano ac valido nihil nouare audeat. F Quum verò aliquantulum exquiſitam moderationem tranſierit, continuò quod deficit prius quàm latius malum ſerpat, reſarciat; perinde ac ſi ſubtegminis fila ex aliqua veſte non ſimul omnia, ſed ſingulis diebus ſingula excidentia qui huic rei præeſt, aſſidens illico reponat adeo vt huiuſmodi correctio, atque emendatio mul-

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΘ'.

Τί ἐπισκοπεῖσθαι δεῖ ὁ τῆς ὑγείας προνοούμενος.

Ταῦτ' οὖν ὅσα καθ' αὑτὰ δύναμιν ἔχει βλάβης τινὸς, ἢ τῆς ὠφελείας, ὁ τῆς ὑγείας προνοούμενος ἐπισκοπεῖται. πῶς καὶ τίνα τρόπον; ἐπειδὰν μὲν ἱκανῶς ἤδη τὸ σῶμα κενώσεως ἔχῃ, E καὶ κίνδυνος ἥκοι βλάβης αἰσθητῆς, τρέφεσθαι κελεύων. ἐπειδὰν δὲ ξηραίνηται μᾶλλον τοῦ μετρίου, καὶ κίνδυνος ᾖ κἀντεῦθεν ἤδη βλαβῆναι, πίνειν ἀξιῶν. οὕτω δὲ καὶ γυμνάζων, ἐπειδὰν ῥῶσαι μὲν βούληται τὴν διοικοῦσαν ἡμᾶς δύναμιν, ἐκκαθᾶραί τε τὰ κατὰ λεπτοὺς πόρους. ἡσυχάζειν δὲ προστάττων, ἐπειδὰν ἤτοι κάμνειν πρὸς τῶν γυμνασίων αἴσθηται, ἢ διαφορεῖσθαι τὸ σῶμα παρὰ τὸ προσῆκον, ἀλλὰ καὶ τὴν γαστέρα λαπάττων μὲν, ἣν ἴσχηται, κατέχων δὲ, ἣν ἐκταράττηται, καὶ τὰ ἄλλα δὴ πάντα κατὰ τὸν αὐτὸν τρόπον ἕκαστα πραγματευόμενος, ἐν κεφαλαίῳ τῷδε προσέχων τὸν νοῦν, ἐπειδὰν μὲν ἀκριβῶς ἔχῃ, F καὶ ὑγιῶς τὸ σῶμα, μηδὲν νεωτερίζειν. ἐπειδὰν δὲ κατά τι τῆς ἀκριβοῦς ἐξίσταται συμμετρίας, εὐθὺς ἀντεισάγειν τὸ λεῖπον πρὶν μεγάλην γενέσθαι τὴν εἰς τὸ παρὰ φύσιν ἐκτροπήν, ὥσπερ ἂν εἰ τὰς κρόκας ἐκρεούσας ἱματίου τινὸς, οὐχ ἅμα πάσας οὐδ' ἀθρόας, ἀλλὰ καθ' ἑκάστην ἡμέραν, μίαν, ὁ τοῦτο ἔργον πεποιημένος ἰῷτο προεδρεύων, ὡς λανθάνειν τοὺς πολλοὺς τὴν ἐπανόρ-

θῶσιν ὑπὸ σμικρότητος. τοιοῦτον γάρ τινα χρὴ καὶ τὸν τοῖς ὑγιαίνουσιν ἐφεστῶτα τεχνίτην εἶναι, σμικρᾶς διαφορᾶς, καὶ βλάβης, αἰσθητικόν τε ἅμα καὶ ἐπανορθωτικόν· εἰ δέ γ' ἀπαθὲς ἔμενε πάντη τὸ σῶμα, καὶ τοιοῦτον, οἷόνπερ ὁ ποιήσας αὐτὸ τεχνίτης ἀπέλιπεν, οὐκ ἂν ἐδεῖτο τοῦ διαπαντὸς ἐπανορθουμένου. νυνὶ δ' ἐπεὶ διαῤῥεῖται, καὶ φθείρεται, δεῖταί τινος ἐπιστάτου παρεδρεύοντος, ὃς καὶ γνωριεῖ τὸ κενούμενον ὁποῖόν τ' ἐστὶν, καὶ ὁπόσον, ἰάσεταί τε παραχρῆμα, τοιοῦτόν τε καὶ τοσοῦτον ἕτερον ἀντεισάγων. ἀποῤῥεῖ τὸ κατὰ φύσιν ὑγρὸν, ἐπιβρέχειν χρὴ τὴν ἴσην ὑγρότητα, πόμα παρέχοντα· διαφορεῖται τὸ θερμὸν, ἀντεισάγειν χρὴ τοσοῦτον ἕτερον. ἐκκενοῦται τὸ στερεὸν, ἤδη καιρὸς τρέφειν. ἑνὶ λόγῳ τὸ διαφορούμενον, καὶ ἀπολλύμενον ἐπανορθοῦσθαι κατὰ βραχὺ, πρὶν τοῖς πολλοῖς γενέσθαι κατάφωρον.

A torum notitiam prę exiguitate subterfugiat. Talem medius fidius, & beneualentibus præfectum artificem esse opus est, minimæ cuiusque differentiæ, ac noxæ obseruatorem iuxta, atque emendatorem. Verùm si ex toto integrum illæsúmque corpus duraret, taléque quale ipsum ab initio creator fabricatus reliquit, nequaquā correctore semper eguisset. At nunc quum diffluat semper, atque dispereat, aliquo præsente obseruatore indiget, qui & quod dissipatur, quantum qualéque sit, cogniturus est, ilicóque tale ac tantum vicissim reponens instaurabit. Insitum humidum dilabitur, tantumdem humoris, potum exhibens, irrigato; calidum digeri-
B tur, tantumdem caloris addito. Solidū consumitur, iam alendi instat occasio. Vt semel dicā, quod discutitur atq; euanescit, ingeri paulatim atq; reponi ante quàm in multorum notitiam veniat, opus est.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Κ'.

Τί διαφέρει ἡ θεραπευτικὴ τέχνη τῆς τὴν ὑγίειαν φυλαττούσης, ἐπὶ παραδείγματος δυοῖν πίθων.

Ὥσπερ οὖν οἱ δύο τινὲς πίθω ὄντε τετρημένω πολλαχόθι, μεστὼ μὲν ἄμφω τὰ πρῶτα, κενουμένω δ' ὁμοίως ὑπὸ τῶν ἐκροῶν, εἴη δὲ, τῷ μὲν ἐπιστάτης τις ἀεὶ προσεδρεύων, ἐπαντλῶν ἴσον ἑκάστοτε τῷ κενουμένῳ, θατέρῳ δὲ πρὶν ἱκανῶς ἐκκενωθῆ μηδεὶς παρείη, τηνικαῦτα δ' ἐξαίφνης ἐπιστάς τις ἀθρόως πληρώσειεν, εὔδηλον ὡς τὸν μὲν ἕτερον τῶν πίθων, οὐδέποτε ἐκκενοῦσθαί τε καὶ πληροῦσθαι, τὸν δ' ἕτερον ἄμφω ταῦτα πάσχειν οἱ πολλοὶ τῶν θεωμένων ἐροῦσιν. οὕτως ἔχει κἀπὶ τῶν ὑγιαινόντων τε, καὶ νοσούντων σωμάτων. ἐπανορθοῦται μὲν ἄμφω ταῦτα μία τέχνη, καὶ καθ' ἕνα τρόπον, ἀντεισάγουσα τὸ λεῖπον. ἡ διαφορὰ δὲ, ἐν τῷ ποσῷ τῆς ἐπανορθώσεως, οὐκ ἐν τῷ ποιῷ.

CAPVT XX.

Quo differat ars curatrix à conseruatrice per pulchram doliorum comparationem declarat.

IGitur quemadmodum si duo cogites dolia multis in locis foraminibus terebrata, ambo æquè
C ab initio plena, pariterque per illa spiramina hac atque illac perfluentia, horúmque alterius quidam curam gerens, sempérque assidens tantum vicissim ingerat, quantum elabitur, alterum verò antequàm valde inanitum est, nemo custodiat, postea quispiam repente superueniens semel totum impleat, clarissimè constat doliorum istorum primum neque inaniri neque repleri vnquam, alterum verò ambo hęc pati à multis inspectantibus testatum iri: ita quoque in sanis ægrotisque corporibus res habet. Vtrumque enim vitium ars vna modo vno emendat quod deficit, scilicet instaurans: in quan-
D to verò non in quali, emendationis differentia versatur.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΚΑ'.

Ὅτι ἡ ἐν ποσῷ διαφορὰ, μιᾶς ἐστι τέχνης· ἡ δὲ ἐν ποιῷ, πολλῶν.

Καὶ μὴν ἡ κατὰ τὸ ποσὸν ἐν τοῖς γιγνομένοις διαφορὰ, μιᾶς ἐστι τέχνης· εἰ δέ γ' ἄλλης ἔσεσθαι μέλλοι, πάντως χρὴ παραλλάξαι τῷ ποιῷ. εἰ δ', ὅτι τοῦ μὲν ἔφθασεν ἐκρυῆναι πολλὰ, πρὶν ἀφικέσθαι τὸν τεχνίτην, ὁ δ' ἕτερος, ἀεὶ παρεδρεύοντος εὐτυχήσας αὐτῷ, μεστὸς διαφυλάττεται, τούτου χάριν ἡγῇ διττὸν εἶναι τὸν τρόπον τῆς ἐπανορθώσεως, οὐκ ὀρθῶς ἔγνωκας. οὐ γὰρ ἄλλη μὲν τέχνη μίαν ἀντεισάγει κρόκην ἐκρυεῖσαν, ἄλλη δὲ τρεῖς, ἢ τέτταρας, ἢ πεντακοσίας, οὐδ' ἄλλη μὲν τέχνη σμικρόν τι τοῦ τοίχου πονῆσαν ἐπανορθοῦται; μεῖζον δ' αὐτοῦ πάθος ἑτέραν ἐπιζητεῖ τέχνην· ἐπεὶ γὰρ τῷ τρόπῳ γέγονεν ἕκαστον τῶν ὄντων, τούτῳ καὶ φθειρόμενον ἐπανορθοῦται. κρόκαι στήμοσι διαπλακεῖσαι, ποιοῦσιν ἱμάτιον, ἆρ' οὖν ἢ παθεῖν ἔξω τούτων ἱμάτιον, ἢ ἰαθῆναι δυνατὸν, δεῖ δὴ πάντως, εἴ γε πάσχει τι πάθος, ἤτοι στήμονα παθεῖν, ἢ κρόκην, ἢ συναμφότερα, ἴασίν τε μίαν εἶναι, τὴν κρόκην ἀεὶ διαπλεκομένην τῷ στήμονι, μιμήσει τῆς γενέσεως.

CAPVT XXI.

Quòd differentia in quanto ad vnam artem spectet, in quali ad diuersas.

ATqui secundum quantum in his quæ fiunt, differentia ad vnam artem pertinet: quòd si alterius artis esse debeat, prorsus qualitate differat oportet; quòd si propterea geminum esse e-
E mendationis modum arbitraris, quòd ab vno dolio multum prius effluxerit, quàm artifex custos accesserit: alterum custodem semper astantem, quæ sua bona fortuna fuit, nactum plenum conseruatur, haud rectè sentis. Neque enim alia ars vnum subtegminis filum quod exciderit, reponit; alia tria aut quatuor aut quingenta, neque alia ars parietis particulam ruentem fulcit, communitque: alia magnam eius partem collapsam restituit: quo enim modo res vnaquæque à principio constructa est, eodem etiam corrupta instauratur. Subtegmen stamini intertextum vestem facit, num
F igitur præter hæc, vestis pati, aut præter hæc, emendari potest? opus planè est, siquid vestis damni faciat, aut stamen, aut subtegmen, aut vtrumque pati, vnámque esse emendandi viam quæ subtegmen semper stamini implicet, quo eius ab initio compositionem imitetur.

CAPVT XXII.

Quàm errent logica methodo carentes.

SEd singulares actiones multis imponunt vniuersale contemplari nequeuntibus. Id enim rationalis methodi munus est, quam neque didicerunt, neque pertractarunt isti qui quotidie de propositis blaterantes disputare audent. Satius enim, siquidem eam nouissent, ipsis foret eam semel discipulos docere: non infinita proposita discutere, nam qui eam ritè percepit, non amplius infinitis eget, sibi ipsi omnia rectè diuidere valens. At eam methodum ignorans, præterquam quòd infinita, perperámne dicta sint haud dignoscit, permultorum adhuc propositorum quæ non audiuit, inops est. Verùm hæc obiter aduersus eos dicta sint, qui quotidie in proposita discipulis audientibus edisserunt, neque ipsi quid dicant, intelligentes, quousque imperiti inexercitatique in iudicatorio instrumento fuerint. Nam & hoc loco, quo inter se artes distinguendæ sint, singularibúsne actionibus, an vniuersalibus, an non ita, sed propositis finibúsque, aut neque his, sed materiis, instrumentis, principiis, & contemplatione, minimè considerantes de his nugantur, quæ ignorant. Igitur & nos forsan melius fuerit, postquam semel id certamen conficere tibi polliciti sumus, quàm breuissimè poterimus, aliquid & de antedictis omnibus disputare, iterum à singularibus actionibus incipientes.

A

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΚΒ'.

Ὅσον σφάλλονται οἱ ἀμαθεῖς τῆς λογικῆς μεθόδου.

Ἀλλ' αἱ κατὰ μέρος ἐνέργειαι τοὺς πολλοὺς ἐξαπατῶσιν, οὐ δυναμένους θεάσασθαι τὸ καθόλου. μεθόδου γὰρ ἤδη λογικῆς τὸ τοιοῦτον, ἣν οὔτ' ἔμαθον, οὔτ' ἤσκησαν οἱ τολμῶντες ἑκάστης ἡμέρας εἰς τὰ προβλήματα λέγειν. ἄμεινον γὰρ ἦν, εἴπερ εἰδεῖεν ἐκείνην, διδάξαι τοὺς μαθητὰς ἅπαξ, οὐ μυρία προβλήματα διέρχεσθαι. ὁ μὲν γὰρ ἐκείνην μαθὼν, οὐδὲν ἔτι δεῖται τῶν μυρίων, ἑαυτῷ γε B πάντα καλῶς διαιρεῖσθαι δυνάμενος. ὁ δ' ἀγνοῶν ἔτι τὴν μέθοδον πρὸς τῷ μὴ γιγνώσκειν, εἰ καλῶς εἴρηται τὰ μυρία, παμπόλλων ἔτι προβλημάτων, ὧν οὐκ ἀκήκοεν ἐπιδεής ἐστιν. ἀλλὰ τοῦτο μὲν οὐδὲν τι πάρεργον ἡμῖν εἰρήσθω, πρός γε τοὺς ἑκάστης ἡμέρας εἰς τὰ προβλήματα λέγοντας τοῖς μαθηταῖς, οὔτε δ' αὐτοὺς εἰδότας ὅ,τι λέγουσιν, ἔστ' ἂν ἀμαθεῖς τε ἅμα καὶ ἀγύμναστοι τοῦ κριτηρίου. καὶ γὰρ οὖν κἀνταῦθα πότερον ταῖς κατὰ μέρος ἐνεργείαις, ἢ ταῖς καθόλου, διακριτέον ἐστὶ τὰς τέχνας ἀπ' ἀλλήλων, ἢ τοῦτο μὲν οὐχὶ, τοῖς σκοποῖς δὲ, καὶ τοῖς τέλεσιν, ἢ μηδὲ τούτοις, ἀλλὰ C ταῖς ὕλαις τε, καὶ τοῖς ὀργάνοις, καὶ ταῖς ἀρχαῖς, καὶ τῇ θεωρίᾳ μηδ' ὅλως σκεψάμενοι, ληροῦσιν ὑπὲρ ὧν οὐκ ἴσασιν. ἄμεινον οὖν ἴσως ἐστὶ, καὶ ἡμᾶς, ἐπειδήπερ ἅπαξ ὑπέστημέν σοι τὸν ἆθλον τοῦτον ἐκτελέσαι, διελθεῖν τι καὶ περὶ τῶν ῥηθέντων ἁπάντων, ὡς οἷόν τε διὰ βραχυτάτων, ἀρξαμένους αὖθις ἀπὸ τῶν κατὰ μέρος ἐνεργειῶν.

CAPVT XXIII.

Quæ sint singulares in medicina actiones.

Est igitur quædam singularis actio, qua vtentes oculorum palpebras consuimus: altera verò huius minimè assimilis, per quam suffusiones detrahimus; aliæ quoque tertia & quarta, neque inter se vlla ex parte, neque harum similes sunt, per quas confractum os de capite excindimus, sed in alia corporis parte, vtpote humero atque cubito, in aduersum tendentes atque conformantes deligamus. Ab omnibus verò aliis actionibus longo interuallo ea dissentit, quæ circa herniam fit chirurgica operatio: à qua illa quæ circa varices; ab omnibúsque simul antedictis vesicæ calculi extractio; atque horum multa etiam scalpello absoluimus; at oculum sublinere, articulum in proprium situm reponere, conformare aliquod membrum, cathetere rectè vti, cucurbitulam affigere, sine scalpello quidem omnia præstantur, sed inter se longissimè, & à proximè dictis euariāt: quemadmodum & venam aperire, & arteriam secare, cutem scarificare, hydropicos pungere, inter se & ab omnibus antedictis distant. Atque hæ quidem etiam ac præter has aliæ infinitæ chirurgicæ operationes per se fiunt: medicamentis autem vtentium porrò alterum genus est & à seipso & ab his quæ manu fiunt, discrepans. Siquidem veratri potio, ciborúmque esus nulla societate participant: neque inedia clysterisque vsus, neque frictio, & lauatio: ab his verò longius distant vlcus eluere ac purgare, & medicamentum liquidum, item & aridum imponere; gestari præterea, deambulare, luctari, scammonium, aut mulsam bibere,

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΚΓ'.

Αἵτινες ἐν τῇ ἰατρικῇ κατὰ μέρος ἐνέργειαι.

D Ἔστιν οὖν τις ἐνέργεια κατὰ μέρος, ᾗ χρώμενοι, τὰ βλέφαρα τῶν ὀφθαλμῶν ἀναρράπτομεν, ἑτέρα δὲ τῇδε μηδὲν ἐοικυῖα, δι' ἧς ὑποχύματα παράγομεν, ἄλλαι δὲ, τρίτη καὶ τετάρτη, μήτ' ἀλλήλαις τι, μήτε ταῖσδε προσεοικυῖαι, καθ' ἃς ὀστοῦν κατεαγὸς, ἐκ μὲν τῆς κεφαλῆς ἐκκόπτομεν, ἐν ἄλλῳ δὲ μέρει τοῦ σώματος, οἷον βραχίονι, καὶ πήχει, κατατείναντές τε καὶ διαπλάσαντες ἐπιδοῦμεν, ὧν ὡς ἁπασῶν ἐνεργειῶν ἀποκεχώρηκε πάμπολλα, κήλης χειρουργία, καὶ ταύτης ἡ τῶν κιρσῶν, καὶ πασῶν ὁμοῦ τῶν εἰρημένων, E ἡ τοῦ κατὰ τὴν κύστιν λίθου· καὶ τούτων μὲν ἔτι τὰ πλεῖστα, μετὰ σμίλης ἐνεργοῦμεν· ὑπαλεῖψαι δ' ὀφθαλμὸν, ἢ ἄρθρον ἐμβαλεῖν, ἢ καταπλάσαι τι μέρος, ἢ καθετῆρι χρῆσθαι καλῶς, ἢ σικύαν κολλῆσαι, γίνεται μὲν ἄνευ σμίλης, ἀποκεχώρηκε δὲ καὶ ἀλλήλων πάμπολλα, καὶ τῶν προειρημένων. ὥσπερ γε καὶ τὸ φλέβα τεμεῖν, καὶ ἀρτηρίαν διελεῖν, καὶ ἀποσχάσαι τὸ δέρμα, καὶ παρακεντῆσαι τοὺς ὑδεριῶντας, ἀλλήλων διενήνοχε, καὶ συμπάντων τῶν προειρημένων. καὶ αὗται μὲν ἔτι, καὶ πρὸς ταύταις ἕτεραι μυρίαι χειρουργίαι τινὲς ἐνεργοῦνται δι' αὐτῶν. τῶν δὲ φαρμακευόντων F ὅλως, ἕτερον τὸ γένος ἀλλήλων τε, καὶ πρὸς ἔτι τῶν κατὰ χειρουργίαν. οὐδὲν γὰρ ἔοικεν ἐλλεβόρου πόσις, καὶ ἐδωδὴ σιτίων, οὐδ' ἀσιτία κλυστῆρι, καὶ τρῖψις λουτρῷ. τούτων δ' ἐπιπλέον ἀποκεχώρηκεν ἕλκος πλῦναί τε, καὶ καθῆραι, καὶ φάρμακον ὑγρὸν ἐπιθεῖναι, καὶ αὖθις ξηρόν. αἰωρηθῆναί τε, καὶ περιπατῆσαι, καὶ παλαῖσαι, καὶ σκαμμωνίαν, ἢ μελίκρατον πιεῖν.

οἷς ἅπασιν οὐδὲν ἔοικεν ἡ τῶν σφυγμῶν τε, καὶ τῆς θερμασίας, διάγνωσις, καίτοι δι᾽ ἄκρων τῶν χειρῶν ἐνεργουμένη. καθάπερ, οἶμαι, καὶ ἡ τῶν ἐν τοῖς ἀφισταμένοις μέρεσι περιεχομένων ὑγρῶν, ἢ τῶν ὄγκων τῶν ὑδερικῶν, ἢ γαγγλίων, ἢ ἀθερωμάτων, ἢ μελικηρίδων, ἢ στεατωμάτων. οὐ γὰρ ταῖς αὐταῖς ἐπιβολαῖς τε, καὶ κινήσεσι τῶν δακτύλων, καὶ μεταγωγαῖς, καὶ θλίψεσιν, ἀλλ᾽ ἐνίοτε πάμπολυ διαφερούσαις ἐπὶ τῶν εἰρημένων χρώμεθα. κινδυνεύομεν γοῦν ὅλης τῆς ἡμέρας οὐδὲν ἄλλο λέγειν, ἢ τῶν ἐνεργειῶν τὰς διαφοράς, οὕτω πάμπολυ τὸ πλῆθος αὐτῶν ἐστιν.

A Quorum omnium neutiquam similis est pulsus arteriarum, calorisque dignotio, quamuis extremis manibus agamus; quemadmodum (vt reor) & humorum abscedentibus sedibus contentorum perceptio, aut tumorum hydropicorum, aut gangliorum, aut atheromatum, aut meliceridum, aut steatomatum; neque enim eodem digitorum iniectu, aut eadem motione, & traductione, & pressione, sed nonnunquam longè differentibus ab enumeratis vtimur. Quamobrem periculum est, ne totum diem absumamus, nihil aliud, quàm actionum differentias recensentes, adeò ipsarum numerosa multitudo est. B

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΚΔʹ.

Τὰς τέχνας οὐ ταῖς κατὰ μέρος ἐνεργείαις διακρίνεσθαι.

Ἀλλ᾽ ἤδη κἀκ τούτων ἱκανῶς ἄν τις γνωρίζοι πηλίκον ἁμαρτάνουσιν, ὅσοι ταῖς κατὰ μέρος ἐνεργείαις ἡγοῦνται χρῆναι διακρίνειν τὰς τέχνας. οὐδεὶς γοῦν οὕτως ἠλίθιος, οὐδ᾽ ἐμπληκτός ἐστιν, ὃς ἀφαιρήσεται μὲν τῆς ἰατρικῆς τὰς εἰρημένας ἐνεργείας, ἄλλην δέ τινα καθ᾽ ἑκάστην αὐτῶν ἐπιστήσει τέχνην, ἤτοι κηλοτομικήν, ὡς νῦν ὀνομάζουσί τινες, ἢ λιθοτομικήν, ἢ παρακεντητικήν· εἰ γὰρ ὅτι μάλιστα τόνδε μέν τινα κηλοτομικὸν εἶναί φασι, παρακεντητικὸν δὲ τόνδε, λιθοτόμον δὲ τόνδε, πάντας γοῦν ἰατροὺς αὐτοὺς ὀνομάζουσιν. ὥσπερ, οἶμαι, καὶ τοὺς ἀπὸ μορίων τινῶν ὠνομασμένους, ὧν ἐξαιρέτως προνοοῦνται, καὶ γὰρ ὧν καὶ τούτους ὀφθαλμικούς τε, καὶ ὠτικούς, καὶ ὀδοντικοὺς ἰατροὺς ὀνομάζουσιν, ἑτέρους δ᾽ ἀπὸ τῆς ὕλης προσηγόρευσαν, ἤτοι διαιτητικούς, καὶ φαρμακευτικούς, ἢ καὶ νὴ Δία βοτανικούς· εἰσὶ δ᾽ οἳ καὶ οἰνοδότας, καὶ ἐλλεβοροδότας ἰατρούς τινας ἐκάλεσαν, ἐκ τοῦ πολλάκις αὐτοὺς θεάσασθαι τοιαύταις ὕλαις χρωμένους. ἔχουσι γάρ, οἶμαι, λογικὰς ἀρχὰς ἅπαντες ἄνθρωποι φύσει, καὶ γιγνώσκουσιν, οἱ μὲν μᾶλλον, οἱ δὲ ἧττον, ὡς ἔστιν ἕν τι καὶ ταὐτὸν ἐν ταῖς ἐνεργείαις. ἔστι δέ τι καὶ διαφέρον, οὗ μὲν οὖν ἕνεκα γίγνονται, ταὐτὸν ὑγεία παρὰ πᾶσιν ὁ σκοπός, ὁ τρόπος δ᾽ οὐχ εἷς ἁπασῶν, ἀλλ᾽ εἰς ἀριθμὸν ἐξήκει πάμπολυν. εἰ μὲν δέ τις, ὥσπερ καὶ Πλάτων ἑκάστου τοῦ τρόπου τε, καὶ καθόλου σκοπὸν μίαν ἐπιστήσας τέχνην, εἶτ᾽ εἰς εἴδη τε καὶ διαφορὰς τέμνων αὐτήν, αὖθις ἐκείνων τῶν τμημάτων ἕκαστον ὀνομάζει τέχνην, οὕτως καὶ αὐτὸς ἐθελήσει διαιτητικήν τινα, καὶ φαρμακευτικήν, καὶ χειρουργικὴν ὀνομάζειν τέχνην, οὐκ ἂν ἔχοιμι τούτῳ γε οὐδὲν ἐγκαλεῖν. οὕτω δὲ κἂν τῶν εἰρημένων ἕκαστον τέμνων, οἷον τὴν δίαιταν, εἴς τε τὰ προσφερόμενα, καὶ κενούμενα, καὶ ποιούμενα, καὶ ἔξωθεν προσπίπτοντα καθ᾽ ἕκαστον αὐτῶν, ἰδίαν τινὰ τέχνην ἐπιστήσειεν, οὐδ᾽ ἂν τούτου τι μεμφοίμην, οὐδὲ γὰρ οὐδ᾽ εἰ πάλιν αὐτὰ ταῦτα τέμνοι πολυειδῶς, ἄχρι τῶν κατὰ μέρος, οὐκ ἂν κωλύσαιμι λέγειν αὐτόν, ὡς ἐν τοῖς προσφερομένοις, ἄλλη μέν ἐστι τέχνη φαρμάκων, ἄλλη ἐδεσμάτων, ἄλλη δὲ πομάτων, καὶ καθ᾽ ἕκαστον αὐτῶν ἐδέσματος τοῦδε καὶ τοῦδε, καὶ πόματος τοῦδε καὶ τοῦδε, καὶ φαρμάκου τοῦδε καὶ τοῦδε, συγχωρήσαιμ᾽ ἂν ἰδίαν εἶναι λέγειν τὴν τέχνην. εἰ δ᾽ οἴεται ταύτας ἀλλήλων διαφέρειν τὰς τέχνας, ὡς ἀριθμητικήν, εἰ τύχοι, ῥητορικῆς, ἢ ταύτην οἰκοδομικῆς τε, καὶ τεκτονικῆς, οὐκ ἂν ἔτι συγχωρήσαιμι. ταύταις μὲν γὰρ οὐδείς ἐστι σκοπὸς κοινός, ἐκείναις δὲ ταῖς ὀλίγον ἔμπροσθεν εἰρημέναις, εἷς κοινὸς ἁπάσαις πρόκειται σκοπός, ὑγεία. ὥσπερ οὖν ἐπὶ τῆς ῥητορικῆς, μιᾶς οὔσης τέχνης, ἄλλην μέν τινα προοιμίου, διηγήσεως δ᾽ ἄλλην, καὶ πίστεών γε,

CAPVT XXIV.

Per singulas actiones artes non distingui.

Verùm iam & ex his abundè quis nouerit, quantum aberrent illi, qui per singulas actiones artes esse distinguendas arbitrētur. Nullus igitur adeò fatuus, adeóque attonitus est, qui à medicina modò propositas actiones diducat, & aliam quampiam artem singulis ipsis præficiat, aut herniæ dissectoriam (vt nunc quidam nominant) aut calculi detractoriam, aut punctoriam, etsi enim quàm C maximè hunc hernię dissectorem, illum punctorē, alium calculi detractorem esse dicant, omnes tamē istos communi nomine medicos appellāt perinde, vt eos, puto, qui à quibusdam membris, quorum præcipuè curam gerunt, vocitantur: hos namque ocularios, auricularios, dentarios medicos nominant: nonnullis verò à materia nomina indiderunt, diæteticos, & medicamentarios, aut per Iouem, etiam herbarios vocantes: quidam præterea & nōnullos medicos vinidatores, & veratridatores appellarunt, quòd eos crebrò talibus remediis vtentes conspexerint. Omnibus enim, vt reor, homini- D bus rationalis disciplinæ principia naturaliter insita sunt: cognoscuntque hi quidem magis, illi verò minus, in actionibus aliquid esse idē, aliquid diuersum. Id quidem cuius causa fiunt, idem est, sanitas videlicet apud omnes commune propositum: modus autem non omnium vnus, sed in numerum ingentem excrescit. Verumenimuerò si quispiam (vt facit Plato) vniuscuiusque modum, & vniuersalē scopum vnam artem statuēs, deinde in species differentiásque ipsam diducens, rursus illas partes singulas artem appellet, perinde & ipse aliquam diæteticam, & medicamentariam, & chirurgicam velit E artem appellare, nihil sanè fuerit quod ipsi vitio vertam. Ita etiam si modò propositas singulas partiens, vt diætam in ea quæ assumuntur, euacuantur, & bibuntur, & exterius incidunt, istorum singulis propriam quandam artem præficiat, neque istum accusauerim. Iterum si hæc quoque eadem multiformiter vsque ad particularia partiatur, minimè ipsum impediam, quin in his quæ assumūtur, aliam medicamētorum artem esse dicat, aliam ciborum, aliam potionum; quin etiam in istis singulis huius illiusque cibi, huius illiusque potus, atque huius illiusque medicamenti propriam esse artem dicere cōcessero. Verùm si has inter se artes, quemadmo- F dum arithmeticam, exempli causa, ab oratoria, aut hanc ab ædificatoria, & fabrili differre autumet, nō amplius istud concessero, quum istæ nullum commune propositum habeant: paulò verò suprà enumeratis vnum est commune propositum, sanitas scilicet. Quemadmodū igitur in oratoria, quæ vna est ars, aliquam quidem exordij, narrationis aliam, argu-

argumentationum perorationumque aliam esse artem dixero; si mihi solum id vnum, vnius esse artis ea, siue species dixeris, siue partes concessum fuerit: ad eundem, arbitror, modum, & in medicina res habet; aliam enim artem chirurgicam dixero, aliam diæteticam, aliam medicamentariam, vnum id modò mihi seruetur, harum omnium vnum esse propositum, propter quod vnius esse artis partes coguntur: res enim dissimillimas ita coniungere atque connectere & cogere, vt in vnam omnes artem conspirent, manifestò videtur. Excindit aliquis aut abscindit putrem partem, alius autem reficit, carnémque in cauo vulnere procreat: contrariæ quidem res, totáque, vt aiunt, diametro distare videbuntur; actiones enim longè differunt, ipsarúmque effectus contrarij sunt: ille enim eorum quæ sunt aliquid perdit, iste verò nouam aliquam substantiam gignit: sed neutri id ipsum per se proponitur, aut illi quicquam destruere, aut hic generare; quemadmodum neque vrere aliquid, neque secare, neque aliud quicquam ipsum propter se facere quispiam aggreditur, sed tanquam sine hoc sanitatem assequi non valens, ad quam omnes diuersis tamen itineribus ingredientes properant, ob commune vtique propositum omnes medici vocati, sed propter actionis, aut materiæ, aut membri differentiam, hic chirurgus, iste medicamentarius, ille ocularius appellatur, chirurgus ab actione, medicamentarius à materia, ocularius à membro. Quum enim quæ curantur membra, non parum inuicem differant, curatorésque ipsi actionibus ac materiis diuersis vtantur, ideo nonnulli ab actionibus, alij à membris, à materiis alij cognominantur, ocularij, manuarij, ac medicamentarij, vniuersimque omnes à fine medici. Supra enim explicatum est omnes artes in subiectæ substantiæ bono versari, *eique operam dare:* & in singulis ipsarum vnum quoddam primum bonum reperiri. Cæterùm quòd quispiam palpebras, exempli causa, bene suens perperam medicamenta propinet, alius medicamentis optimè vtens, rationem victus non ritè præcipiat, in hoc alius egregiè versatus, manus non bene exerceat, si diuersas propterea, ac penitus separatas artes opinemur, statim sanè non tres modò verùm etiam trecentas sic artes statuemus. Iste namque cathetere peritè vtitur, ille clystere, alius venam secare est idoneus, arteriam alius; deinde quum aliquis hæc omnia insigniter administrans inuentus fuerit, rursum omnes illæ artes in vnam coibunt. Atqui vtrumque vitiosum est, aut propter artificum inscitiam, artem vnam in multas discerpere, aut propter eorumdem excellentiam multas in vnam coniungere. Prior namque sermo, neque rhetoricam neque arithmeticam, neque Geometriam, neque musicam, neque aliam quampiam illustrem artem, vnam esse concedet, quas multi tractantes propter earum magnitudinem totas complecti nequiuerunt. Secundus autem artes interdum nullius cognationis participes in vnam aceruabit. Nam si idem homo arithmeticus simul, grammaticus, atque philosophus fuerit, poterit quispiam vnius artis has omnes esse partes existimare.

A καὶ τῶν καλουμένων ἐπιλόγων ἄλλην εἶναι συγχωρήσω τέχνην, εἴ μοι μόνον ἕν γε τοῦτο φυλάττοιτο, μιᾶς εἶναι τέχνης αὐτά, εἴτ' εἴδη βούλει καλεῖν, εἴτε μέρη. κατὰ τὸν αὐτόν, οἶμαι, τρόπον ἔχει κἀπὶ τῆς ἰατρικῆς, ἄλλην μέν τινα τέχνην ἐρῶ χειρουργικήν, ἄλλην δὲ διαιτητικήν, ἄλλην δὲ φαρμακευτικήν, εἰ τοῦθ' ἕν μοι φυλάττοιτο μόνον, ὡς εἷς ταύταις ἁπάσαις σκοπός, δι' ὃν ἀναγκάζονται μιᾶς εἶναι τέχνης μόρια, τὰ γοῦν ἀνομοιότατα συνάγειν οὕτως, φαίνεται καὶ συνδεῖν, καὶ ἀναγκάζειν εἰς μίαν ἅπαντα τέχνην συντελεῖν. ἐκκόπτει τις, ἢ ἀποκόπτει τὸ σεσηπός, ἄλλος δὲ
B ἀνατρέφει τε καὶ σαρκοῖ τὸ κοῖλον, ἐναντίον μὲν οὕτως καὶ πάντα διαφέροντα δόξει τὰ πράγματα ὑπάρχειν, αἵ τε γὰρ ἐνέργειαι διαφέρουσι πολύ, καὶ τὸ γινόμενον ὑπ' αὐτῶν ἐναντίον. ὁ μὲν γάρ, καὶ τῶν ὄντων ἀφαιρεῖ τι, τῷ δ' ἔργον, γεννῆσαι τινὰ οὐσίαν οὐκ οὖσαν. ἀλλ' οὐδετέρῳ γε τοῦτ' αὐτὸ πρόκειται καθ' αὑτό, τῷ μὲν ἐκκόψαι τι, τῷ δὲ γεννῆσαι, ὥσπερ οὐδὲ καῦσαί τι καὶ τεμεῖν, οὐδ' ἄλλο τῶν πάντων οὐδέν, αὐτὸ δι' ἑαυτὸ μεταχειρίζεταί τις, ἀλλ' ὡς ἄνευ τούτου τυχεῖν ὑγιείας οὐ δυνάμενος, ἐφ' ἣν ἐπείγονται μὲν ἅπαντες, οὐ μὴν ταῖς αὐταῖς ὁδοῖς χρώμενοι. διὰ
C μὲν δὴ τὸ κοινὸν τοῦ σκοποῦ, πάντες ἰατροὶ καλοῦνται, διὰ δὲ τὸ τῆς ἐνεργείας, ἢ τῆς ὕλης, ἢ τοῦ μορίου διαφοράν, ἤτοι χειρουργός, ἢ φαρμακευτής, ἢ ὀφθαλμικός, χειρουργὸς μέν, ἀπὸ τῆς ἐνεργείας, φαρμακευτὴς δέ, ἀπὸ τῆς ὕλης, ὀφθαλμικὸς δ' ἀπὸ τοῦ μορίου. ἐπεὶ γὰρ καὶ τὰ μόρια θεραπευόμενα διαφέρει ἀλλήλων οὐκ ὀλίγον, αὐτούς τε τοὺς θεραπεύοντας ἐνεργείαις τε, καὶ ὕλαις χρῆσθαι διαφόροις, οἱ μὲν ἀπὸ τῶν ἐνεργειῶν, οἱ δ' ἀπὸ τῶν μορίων, οἱ δ' ἀπὸ τῶν ὑλῶν ὠνομάσθησαν ὀφθαλμικοί τε, καὶ χειρουργικοί, καὶ φαρμακευταί, κοινῇ δ' ἅπαντες ἀπὸ
D τοῦ τέλους ἰατροί. δέδεικται γὰρ ἔμπροσθεν, ὡς ἅπασα τέχνη περὶ τὸ τῆς ὑποβεβλημένης οὐσίας ἀγαθὸν ἐσπούδακεν ἔνθ' ἕν τι καθ' ἑκάστην αὐτῶν ἐστιν τὸ πρῶτον ἀγαθόν. εἰ δ' ὅτι καλῶς ἀναρράπτων ὅδε τις τὰ βλέφαρα, κακῶς εἰ τύχοι φαρμακεύει, καί τις ἄριστος ὢν ἐν φαρμακείᾳ, διαιτᾶν ὀρθῶς οὐκ ἐπίσταται, καὶ τοῦτ' ἄλλος ἠσκηκώς, οὐκ ἐγυμνάσατο τὰς χεῖρας, ἑτέρας ἀλλήλων πάντη τὰς τέχνας ὑποληψόμεθα, πρῶτον μὲν οὐ τρεῖς μόνον, ἀλλὰ καὶ τριακοσίας οὕτω γε ποιήσομεν· ὁ μὲν γάρ τις καθετῆρι χρῆται καλῶς, ὁ δὲ κλυστῆρι, φλεβοτομεῖ δ' ἄλ-
E λος, ἀρτηριοτομεῖ δ' ἕτερος. εἶθ' ὅταν εὑρεθῇ τις ἅπαντα καλῶς ποιῶν, οὕτως αὖ πάλιν ἅπασαι μία γενήσονται. καὶ μὴν ἑκατέρως μοχθηρόν, ἢ διὰ τὴν ἀφυΐαν τῶν τεχνιτῶν, εἰς πολλὰς κατακερματίζειν τὴν μίαν, ἢ διὰ τὴν εὐφυΐαν, εἰς μίαν ἄγειν τὰς πολλάς· ὁ μὲν γὰρ πρότερος λόγος, οὔτε τὴν ῥητορικὴν ἐάσει μίαν εἶναι τέχνην, οὔτε τὴν ἀριθμητικήν, ἢ γεωμετρίαν, ἢ μουσικὴν οὐδ' ἄλλην τινὰ τῶν ἀξιολόγων, ἃς διὰ τὸ μέγεθος, οἱ πολλοὶ τῶν μεταχειριζομένων, ἀδυνατοῦσιν ὅλας ἐκμανθάνειν. ὁ δὲ δεύτερος, εἰς μίαν ἀνάξει τέχνην ἐνίοτε τὰς μη-
F δαμῶς κοινωνούσας, εἰ γὰρ ὁ αὐτὸς ἄνθρωπος ἀριθμητικός τε ἅμα καὶ γραμματικὸς εἴη, καὶ φιλόσοφος, ἐξέσται τινὶ μιᾶς εἶναι νομίσαι ἁπάσας μόρια.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΚΕ'.

Ὅπως δεῖ τὰς τέχνας διαιρεῖσθαι.

Μὴ τοίνυν μήτε τῷ πλήθει τῶν ἐργαζομένων τὰς τέχνας, ἀλλὰ τοῖς προκειμένοις σκοποῖς διαιρώμεθα, μήτ' εἰς τὰς κατὰ μέρος ἐνεργείας ἀποβλέπωμεν, ἀλλ' εἰς τὰς καθόλου. κοινὸν γὰρ ἕν ἐπὶ πάσαις ταῖς κατὰ μέρος ἐνεργείαις ἑκάστῃ τῶν τεχνῶν εὑρήσεις τι· δι' ὃ καὶ τι πάμπολυ δοκοῦσαι διαφέρειν, ὅμως οὐ κεκώλυνται μιᾶς εἶναι τέχνης μόρια. τὸ γοῦν ὑφαίνειν ἱμάτιον οὐδὲν ἄλλο ἐστὶν, ἢ κρόκας στήμοσι διαπλέκειν. ἆρ' οὖν ἕτερόν τι τοῦδε τὸ ῥάπτειν ἐστίν; οὐδαμῶς. ἀλλὰ κἀν τούτῳ διαπλέκονται κρόκαι στήμοσιν· ὡς εἴ γε καὶ κατ' ἀρχὰς εὐθὺς ἐβούλετό τις, ἄνευ τῆς ὑφαντικῆς ἐνεργείας, ἑτέρῳ τρόπῳ διαπλέξαι τὰς κρόκας τοῖς στήμοσιν, ἤτοι καθὸ νῦν ἠπῶνται τὰ ῥαγέντα τῶν ἱματίων, ἢ καθὸ τοὺς ταλάρους, ἢ τὰς σπυρίδας, ἢ τὰ δίκτυα πλέκουσιν, ἐποίησεν ἂν οὐδὲν ἧττον ἱμάτιον, ἀλλ' ἐν χρόνῳ παμπόλλῳ. στοχαζόμενοι τοίνυν οὐχ ἁπλῶς τοῦ τέλους, ἀλλὰ τοῦ θᾶττον ἀφικέσθαι πρὸς αὐτὸν, τὴν διὰ τῶν ἱστῶν ἐπενόησαν ὑφαντικὴν, οὐκ ἐν τῷ καθόλου τῶν εἰρημένων διαλλάττουσαν, ἀλλ' ἐν τῷ κατὰ μέρος. οὕτως δὲ κἀπὶ τῆς ἰατρικῆς. ἀναρίθμητα μὲν οὖν, ὡς οὕτως φάναι, τὰ κατὰ μέρος. ἀλλὰ τό γε καθόλου πᾶσιν ἔργον κοινόν. ὅ,τε γὰρ ἀφαιρῶν τι τοῦ σώματος, ὡς περιττὸν, ὅ,τε προστιθεὶς, ὡς λεῖπον, ἓν ἄμφω ποιοῦσι καθόλου, τὴν κατὰ φύσιν ἐκποριζόντες τῷ σώματι συμμετρίαν, ἥ τις ἐστὶν ὑγίεια. οὕτω δὲ καὶ ὁ θερμαίνων, καὶ ὁ ψύχων, καὶ ὁ ξηραίνων, καὶ ὁ ὑγραίνων.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Κϛ'.

Ἐπὶ παραδείγματος τῆς φύσεως διδάσκει τὴν τέχνην ὅπερ ἐργάζεται, καὶ τοῦτο φυλάττειν.

Ὡς γὰρ εἰ καὶ κατ' ἀρχὰς εὐθὺς οἷοί τ' ἦμεν ἡμεῖς γεννῆσαι ζῶον, οὐκ ἄλλῳ μὲν οὖν ἄν τινι λόγῳ τὴν γένεσιν αὐτοῦ τὴν πρώτην, ἄλλῳ δ' ἂν ἐποιούμεθα τὴν ἐπανόρθωσιν. οὕτως ἐπεὶ μηδέτερον τούτων αὐτοὶ πρῶτοι ποιοῦμεν, ἀλλ' ἡ φύσις ἐστὶν, ἡ καὶ δημιουργοῦσα πρώτη τὸ ζῶον, καὶ νῦν ἰωμένη νοσοῦν, οὐκ ἄλλῳ μὲν τρόπῳ, τὴν σάρκα ἐπὶ τῶν κυουμένων, ἄλλῳ δὲ, νῦν ἐπιστᾶσα· ἀλλὰ καὶ ταῦθ' ὁμοίως ἐργάζεται, καὶ τρέφει, καὶ διακρίνει, καὶ ἀποκρίνει, καὶ πάνθ' ἁπλῶς εἰπεῖν, ὡσαύτως ἐργάζεται, νῦν τε καὶ τότε. ὅτι δὲ ὁ ἰατρὸς τῆς φύσεως ἐστὶν ὑπηρέτης, ἡ δὲ πρώτη τέχνη τις ἐκείνης, καὶ ὅτι καλῶς εἴρηται, φύσις ἐξαρκεῖ πάντα πᾶσιν, ἀλλὰ καὶ ὡς τὰς νόσους αὐτῶν κρίνει, καὶ ὡς εἰσὶν αἱ φύσεις τῶν νούσων ἰητροί, παλαιοῖς ἀνδράσιν αὐτάρκως εἰρημένα, τί ἂν ἔτι δεοίμην ἐγὼ διέρχεσθαι. τὸ γὰρ εἰς τὰ παρόντα χρήσιμον, ἀναμιμνήσκω μόνον, ὡς οὐκ ἄλλης μὲν τέχνης τὸ ποιεῖν, ἄλλης δ' ἐπανορθοῦσθαι τὸ πεπονθὸς, ἀλλὰ τῆς αὐτῆς. εἰ δὲ καὶ μὴ τῆς αὐτῆς, ἀλλὰ τὴν ἰατρικὴν ἐδείξαμεν ἔμπροσθεν, οὐχ ὥσπερ τὴν ἱματιουργικὴν εἰς οὐσίαν ἄγουσαν, ὃ πρότερον οὐκ ἦν, ἀλλὰ τῇ τὰ πεπονηκότα τῶν ἱματίων ἐπανορθουμένῃ προσεοικυῖαν. ἐδείξαμεν οὖν, καὶ ὡς τὸ φυλάττειν ὁποιοῦν διττόν ἐστι, καὶ ὡς θάτερον αὐτοῦ μέρος, ἐξ οὗ ἐστι καὶ τὸ προκείμενον ἡμῖν, νῦν τὸ ὑγιεινὸν, ἐπανορθοῦται κατὰ βραχὺ τὰ πονοῦντα. καὶ ταῦτα λανθάνει τοὺς πολλοὺς, ὡς ἕτερον ὂν τοῦ γένους τοῦ θεραπευτικοῦ.

A

CAPVT XXV.

Quomodo artes distinguendæ sint.

ITaque ne agentium multitudine sed propositis consideratis artes distinguamus, neque in singulas actiones sed in vniuersas inspiciamus. Commune enim quoddam in singulis cuiusque artis actionibus inuenies, per quod, quamuis longo interuallo distare videantur, nihilominus tamen eas vnius esse artis partes nihil impedit. Vestes igitur texere nihil aliud est quàm subtegmen stamini implicare: num igitur, quàm istud, aliud est suere? neutiquam; B verùm & in suendo subtegmina staminibus intertexuntur: nam & si ab initio statim quispiam sine textorio opere aliter subtegmina staminibus innectere voluisset, aut eo modo quo nunc lacera indumenta sarciunt, aut quo cistas, aut sportulas, aut retia fabricantur, nihilo secius vestimentum, sed multò longiori tempore confecisset. In finem itaque non simpliciter collimantes, sed celeriùs ad ipsum peruenire studentes, hanc telas conficientem artem, textoriam scilicet excogitarunt, non vniuersim, sed ex parte à supra positis differentem: idem & in medicinali arte contingit. C Innumera sanè (vt ita dixerim) singularia sunt, sed generale quoddam opus omnibus commune est: nam & corpori aliquid, vt superuacuum detrahens, aut aliquid quod deficiat adiiciens, vnum vterque in vniuersum præstat, corpori scilicet naturalem modum comparans, qui nihil aliud est quàm sanitas, perinde verò & calefaciens, & refrigerans, & siccans, ac madefaciens.

CAPVT XXVI.

D *Exemplo naturæ probat artem, quod facit, etiam conseruare.*

QVemadmodum enim si ab initio nos confestim animal creare potuissemus, non alia quidem vlla ratione eius primam formationem instituissemus, alia verò emendationem adhiberemus, haud secus posteaquam neutrum horum nos primi efficimus, sed natura est & primaria animalis opifex, & in præsentia ægroto sanitatem comparat, non alia profectò ratione carnem prius generauit, alia verò nunc, neque alia quidem ratione fœtui, alia in præsentia in lucem edito alimentum E suppeditat, verùm etiam similiter nunc operatur, alit, digerit, excernit, omniáque, vt semel dicam, in præsentia, vt prius, eadem ratione ministrat. Medicum autem naturæ esse ministrum, primariámque esse illius artem quandam, ac ritè celebre esse dictũ illud, Natura in omnibus auxiliatur: quin etiam naturam morbos iudicare, naturas morborum esse medicatrices, à priscis sapientibus abundè tradita, quid ego iterum superuacuè repetam? quod enim in præsentia vtile est, in memoriã tantum reuoco, non alterius artis esse opus facere, alterius vitiatum corrigere, sed eiusdem. Quòd si & non eiusdem, at F suprà medicinam ostendimus non artis vestes facientes, æmulam quicquam quod prius non esset procreare, sed artis laceras tritasque vestes sarcientis assimilem. Explicauimus item conseruationem esse duplicem, alterúmque genus, sub quo & præsens de tuenda sanitate tractatio reponitur, parum labefactata corrigere; idque multos subterfugit, tanquam sit à curatiuo genere dissidens.

CAP.

A

CAPVT XXVII.

Quis finis effectiuarum artium atque actiuarum.

CÆterùm id ipsum alicui finem esse putare, domum extruere, aut vestem, aut vas, aut sanitatem facere, hominis est non potentis finis actionem ab ipso fine distinguere: quandoquidem non domum extruere id ipsum ipsius ædificatoriæ finis est, sed domus, quemadmodum neque vestem texere, aut nauem coagmentare, aut grabatum aliorúmve vnumquodque fabricare, sed ipsum opus quod quiescentibus iam à labore artificibus adhuc permaneat. Atque ita effectiuæ artes ab actiuis tantum dissentiunt: actiuæ namque quum ab agendo desierint, finis quoque vnà desiit. Nihil itaque in saltatoria præter ipsam actionem ostendere possumus, vt in fabrili grabatum, in ædificatoria domum, in medicina sanitatem. Non igitur ædificatio, quemadmodum saltatoriæ saltatio, ædificatoriæ finis est, sed domus, res ab actione diuersa; itidem textoriæ, neque textura neque texere, neque vestis confectio aut generatio, sed vestis. Pari ratione neque productio neque generatio neq; correctio sanitatis, medicinæ finis est, verùm hæc omnia actio quædam artificis communis est, quemadmodum particulares erant secare, vrere, articulos & artus in aduersum trahere, efformare, deligare; & supra has etiam atque communiores manu operari, medicamento vti, & rationem victus præcipere: verùm sanitas ipsa finis est, quem iam quiescente artifice demonstrare valemus. Quare neque sanitatem custodire, aut vitiatã emendare, aut prorsus amissam recuperare, finis est; sed omnia hæc actiones sunt, finis autem est sanitas. At communẽ generalemq; supra omnes hasce particulares actionem alius sanè alio appellat nomine, omnes tamen vnum idemque significant: & qui sanare dicit, & qui sanitatem facere, & qui sanitatis effectionem, & qui sanationem, hi quoque idem quod proximè posui, sed alio modo dicũt; & medicationem morborum dicentes, aut curationem, aut ægrorum medelam, aut mediusfidius mederi, aut morbos extirpare, aut sanitatem morbo pulso inducere; item omnia quæ conueniant, facere dicẽtes, & qui morbificas causas se expellere aiunt. Nemo enim istorum finem sed quæ finem præcedit, actionem dicit, perinde atque si circa corpus quædam actiua saltatoriæ, histrionicæque similis versaretur.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΚΖ'.

Τί τέλος τῶν ποιητικῶν τε, καὶ τῶν πρακτικῶν τεχνῶν.

ΤΟ δ' οἴεσθαι τέλος εἶναί τινι τοῦτ' αὐτὸ, τὸ ποιεῖν οἰκίαν, ἢ ἱμάτιον, ἢ σκεῦος, ἢ ὑγιάζειν, αἰσθανομένων ἐστὶ μὴ δυναμένων ἀπὸ τοῦ τέλους αὐτοῦ διακρῖναι τὴν τοῦ τέλους ἐνέργειαν· οὐ γὰρ οἰκοδομεῖν οἰκίαν, αὐτὸ δὴ τοῦτο τέλος ἐστὶ τῆς οἰκοδομικῆς, ἀλλ' οἰκία, καθάπερ οὐδ' ὑφαίνειν ἐσθῆτα, καὶ ναῦν συμπήττειν, καὶ σκίμποδα, καὶ τῶν ἄλλων ἕκαστον, ἀλλ' αὐτὸ τὸ B δημιουργηθὲν, ὃ δὴ καὶ παυσαμένων τῆς ἐνεργείας τῶν τεχνιτῶν, ἔτι διαμένει. καὶ ταύτῃ γε διενηνόχασιν αἱ ποιητικαὶ τέχναι τῶν μόνων πρακτικῶν, ὅτι τῶν μὲν πρακτικῶν, ὅταν ἐνεργοῦσαι παύσωνται, πέπαυται καὶ τὸ τέλος. οὐδὲν γοῦν ἐστι δεῖξαι τῆς ὀρχηστικῆς, παρ' αὐτὴν τὴν ἐνέργειαν, ὥσπερ τῆς τεκτονικῆς, τὸν σκίμποδα, καὶ τῆς οἰκοδομικῆς τὴν οἰκίαν, καὶ τῆς ἰατρικῆς τὴν ὑγείαν. οὐκ οἰκοδόμησις οὖν, ὥσπερ ὄρχησις ἐστὶ τὸ τέλος τῆς οἰκοδομικῆς, ἀλλ' οἰκία τῆς ἐνεργείας ἕτερόν τι. κατὰ ταὐτὰ δὲ καὶ τῆς ὑφαντικῆς, οὐδ' ὕφανσις, οὐθ' ὑφαίνειν, οὔτ' ἐσθῆτος ποίησις, ἢ γένεσις, ἀλλ' ἐσθής. ὡσαύ- C τως δὲ οὐδὲ ποίησις, ἢ γένεσις, ἢ ἐπανόρθωσις ὑγείας ἐστὶν τὸ τέλος τῆς ἰατρικῆς, ἀλλὰ ταῦτα μὲν ἐνέργειά τις ἥ γε καθόλου τῆς τέχνης, καθάπερ αἱ κατὰ μέρος ἦσαν ἐν τῷ τέμνειν καὶ καίειν, καὶ κατατείνειν ἄρθρα, καὶ κῶλα, καὶ διαπλάττειν, καὶ ἐπιδεῖν, καὶ τούτων ἔτι ἀνωτέρω, καὶ γενικώτεραι, χειρουργεῖν, καὶ φαρμακεύειν, καὶ διαιτᾶν, ἀλλ' ὑγεία τέλος ἐστὶν, ὃ καὶ παυσαμένου τῆς ἐνεργείας τοῦ τεχνίτου δεικνύειν ἔχομεν. οὐδ' οὖν οὐδὲ τὸ φυλάττειν ὑγείαν, ἢ ἐπανορθοῦσθαι τέλος, οὐδ' ὅλως τὸ ὑγιάζειν, ἀλλὰ ταῦτα μὲν ἐνέργεια, τέλος δ' ὑγεία. τὴν δὲ κοινὴν, καὶ γενικὴν ἐπὶ πάσαις ταῖς κατὰ D μέρος ἐνεργείαις, ἄλλος μὲν, ἄλλως ὀνομάζει, δηλοῦσι δ' ἅπαντες ἓν καὶ ταὐτὸν, ὅ,θ' ὑγιάζειν λέγων, ὅ,θ' ὑγείαν ποιεῖν, ὅ,τε ποίησιν ὑγείας, ὅ,τε ὑγίανσιν. ἑτέρῳ δὲ τρόπῳ, καὶ οἵδε ταὐτὸν τούτοις λέγουσιν, ὅ,τε τὴν ἴασιν τῶν νοσημάτων εἰπὼν, ἢ τὴν θεραπείαν, ἢ τὴν θεράπευσιν τῶν νοσούντων, ἢ τὸ ἰᾶσθαι νὴ Δία, ἢ τὸ τὰς νόσους ἐκκόπτειν, ἢ τὸ τὴν ὑγείαν ἀντεισάγειν. ὅ,τε πάντα τὰ δέοντα πράττειν, ὅ,τε τὰς νοσοποιοὺς αἰτίας ἐξάγειν· οὐδεὶς γὰρ τούτων τὸ τέλος, ἀλλὰ τὴν πρὸ τοῦ τέλους ἐνέργειαν λέγει. καθάπερ εἰ καὶ πρακτική τις ἦν ἡ τέχνη περὶ τὸ σῶμα, παραπλησίως ὀρχηστικῆς τε καὶ ὑπο- E κριτικῆς.

CAPVT XXVIII.

Non per materias, nec per præcepta artes distingui.

VErumenimverò posteaquam multis rationibus artes non ex particularibus actionibus esse iudicandas assertum est, sed in vniuersales ac proximè ad finem esse recurrendum, deindéque ab illis ipsis fines distinguere esse tentandum, in sequenti disputatione ea est difficultas excutienda, nunquid & de ipsarum materiis eadem sit ratio habenda. Itaque materia vna pluribus artibus subiici, vnáque ars permultis vti materiis videtur; quandoquidem lignum nauium artifici, & fabro lignario, & machinarũ structori, & ædes fabricanti, infinitisque aliis communis materia est, creta quoque multarum est artium materia, & lapides, aliáq;

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΚΗ'.

Οὔτε ταῖς ὕλαις, οὔτε τοῖς θεωρήμασι δεῖν τὰς τέχνας διακρίνεσθαι.

ΕΠεὶ τοίνυν πολυειδῶς ἀποδέδεικται, τὸ μὴ δεῖν κρίνειν τὰς τέχνας ταῖς κατὰ μέρος ἐνεργείαις, ἀλλ' εἰς τὰς καθόλου τε, καὶ πλησίον τοῦ τέλους ἀνάγειν, εἶτ' αὐτῶν ἐκείνων πειρᾶσθαι διορίζειν τὸ τέλος, ἑξῆς ἴδω- F μεν, εἰ καὶ περὶ τὰς ὕλας αὐτῶν ὁμοίως ἔχει. φαίνεται γοῦν ὕλη τε μία, πολλαῖς ὑποβεβλημένη τέχναις, καὶ τέχνη μία, παμπόλλαις ὕλαις χρωμένη, ξύλον μὲν γὰρ, ὕλη κοινὴ, καὶ ναυπηγῷ, καὶ τέκτονι, καὶ μηχανοποιῷ, καὶ οἰκοδόμῳ, καὶ ἄλλοις μυρίοις. καὶ πηλὸς δὲ, πολλῶν τεχνῶν ἐστὶν ὕλη, καὶ λίθοι, καὶ τἄλλα σύμ-

πάντα. ἰατρικῆς δ' αὖ τέχνης μιᾶς οὔσης, ὕλαι μυρίαι, τό τε σῶμα αὐτὸ, τὸ τὴν ὑγείαν δεχόμενον, ἐδέσματά τε, καὶ πόματα, καὶ φάρμακα σύμπαντα, καὶ διαιτήματα. ταυτὶ μὲν οὖν ἰατρῶν ὕλαι. τὸ σῶμα δ', ὡς ἐξ οὗ τὸ τέλος, ἢ ἐν ᾧ. δῆλον οὖν, ὡς οὐκ ἐκ τῶν ὑλῶν χρὴ κρίνειν τὰς τέχνας. οὐδὲ γὰρ εἴ τις ἑτέρας μὲν τὰς κοινὰς ὕλας, καὶ ὡς ἂν εἴποι τις κατὰ συμβεβηκὸς, ἑτέρας δὲ τὰς οἰκείας τε, καὶ προσεχεῖς ὑποτιθέμενος ἑκάστῃ τῶν τεχνῶν, ᾗ μὲν ἐστι φυσικὸν σῶμα τὸ ἡμέτερον, ὕλην αὐτὸ φαίη τις φυσικῆς ὑπάρχειν, ᾗ δὲ ὑγιεινόν ἐστιν, τῆς ἰατρικῆς, ᾗ δ' εὐεκτικὸν, ἢ εὐεξίας δεκτικὸν, τῆς γυμναστικῆς, οὐδ' οὕτω ἑτέρῳ τινὶ, πλὴν τοῦ τέλους διακρίνει τὰς τέχνας. τὸ γὰρ ὑγιεινὸν τόδε τι λέγειν σῶμα, γιγνώσκοντός ἐστιν ἤδη τὸ τέλος. οὐ μὴν οὐδ' εἰ τοῖς θεωρήμασι διακρίνει τις τὰς τέχνας, ἑτέρωθί ποθι ἄρχεται, ἢ τῇ δυνάμει τοῦ τέλους. τὰ γὰρ οἰκεῖα τῶν τεχνῶν ἑκάστης θεωρήματα, τὸ τέλος ὁρίζει τε καὶ κρίνει. ταῦτα γοῦν οἰκεῖα τῆς τέχνης ἐστὶν, ἃ γιγνώσκων τις, εἰς τὸ τέλος ὠφελεῖται, καὶ γραμματικῆς τε, καὶ μουσικῆς, καὶ τεκτονικῆς, καὶ τῶν ἄλλων ἑκάστης, ὅσα μὲν δὴ ἢ αὐτὸ τέλος ἄντικρυς, ἢ αὐτὸ τὸ βέλτιον, ἢ τὸ θᾶττον ἐν αὐτοῖς δύναται παρέχειν, οἰκεῖα τῆς τέχνης ἐστίν. ὅσα δ' οὐδὲν ὠφελεῖ πρὸς τὴν τοῦ τέλους ποίησιν, οὐκ οἰκεῖα.

A vniuersa. Rursus autem medicæ artis, vnà quum sit, infinitæ materiæ sunt, & corpus ipsum sanitatem accipiens, & cibi, ac potus, & medicamenta omnia, & vocata diætemata. Hæc igitur medicorum materiæ: corpus autem tanquam id ex quo finis aut in quo. Constat igitur non ex materiis artes esse iudicandas: neque enim si quispiam alias communes materias, vtque aliquis dixerit, per accidens, alias verò proprias, atque propinquas singulis artibus subiiciens, quatenus corpus nostrum naturale est, physicæ scientiæ subiectum esse dicat; quatenus salubre, medicinæ, quatenus boni habitus, aut boni habitus capax, B exercitatoriæ, propterea alio quopiam quàm fine, artes distinguit. Nam corpus aliquod salubre dicere eius qui iam finem cognoscat, officium est. Neque etiam si quis præceptis artes disiungat, aliunde quàm à fine potestate sumit initium; propria namque cuiusque artis præcepta finis constituit atque dijudicat; quippe hæc artis propria sunt, quæ dignoscens aliquis ad finem assequendum proficit. Siquidem grammaticæ, musicæ, fabrilis, & aliarum cuiusque artium quæcunque præcepta, aut finem ipsum euidenter, aut quod in ipso melius celeriúsve est, præbere valent, hæc artis C propria sunt; quæ verò ad finem assequendum conferunt nihil, ea nequaquam artis propria dicenda sunt.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΚΘ'.

Τὸ τέλος ὁρίζειν τε, καὶ κρίνειν τὰς τέχνας.

ΠΑνταχόθεν οὖν ὁ λόγος ἐπὶ τὸ τέλος ἔρχεσθαι κελεύει, καὶ τούτῳ κρίνειν τὰς τέχνας, διὰ τοῦτο γὰρ ἐν ταῖς ἐνεργείαις καθόλου, καὶ τοῖς οἰκείοις θεωρήμασι, καὶ ταῖς ἀρχαῖς. ἐξαλλάττονται γὰρ οὖν, καὶ αἵδε, καὶ τὰ τέλη τῶν τεχνῶν. ἡ γὰρ ὑγεία τὸ τέλος ἐστὶν, ἐν θερμοῖς δ' αὐτὴ, καὶ ψυχροῖς, καὶ ὑγροῖς, καὶ ξηροῖς. ἐν τούτοις δηλονότι, καὶ ἡ τῆς ὕλης ἀρχὴ, καὶ ἡ τῆς θεωρίας ἀρχὴ περὶ τὴν τούτου γνῶσιν. ἀλλ' οὐχ ὡσαύτως, ἰατρῷ τε καὶ φυσικῷ. καὶ τοῦτο δ' αὐτὸ, τὸ οὐχ ὡσαύτως, ἀπὸ τοῦ τέλους τῶν ἐπιστημῶν ἐγνώσθη τε, καὶ διεκρίθη, καὶ προσηκόντως ἀεὶ τὸ τέλος ὁ λόγος ἐξευρίσκει, κανόνα τε, καὶ κριτήριον ἁπάντων τῶν κατὰ τὰς τέχνας. ἡ γάρ τοι σύστασις ἁπάσης τέχνης, τὴν ἀρχὴν ἐντεῦθεν εἴληφεν. οὔτε γὰρ ἰατρικὴν ἄν τις ἐσπούδασεν συστήσασθαι, μὴ προεπιποθηθείσης ὑγείας, οὔτε οἰκοδομικὴν, εἰ μὴ κἀνταῦθα οἰκίας ὠρέχθη, οὔθ' ὑφαντικὴν, εἰ μὴ πρότερον ἐσθῆτος. ἀλλὰ μὴν καὶ ἡ τὰς τέχνας ἁπάσας συνιστᾶσα, τὴν ἀρχὴν ἐντεῦθεν εἴληφεν. ἐπιδέδεικται δ' ἑτέρωθι, πῶς ἄν τις ὑποκειμένου τοῦ τέλους, τὴν τέχνην αὐτοῦ κατὰ μέθοδον ἐξευρίσκοι, καὶ χρὴ πρότερον ἐν ἐκείνῳ γυμνάσασθαι τῷ λόγῳ, τὸν ἀκριβῶς θέλοντα τοῖς ἐνεστῶσιν ἀκολουθεῖν. εἴσεται γὰρ ἐναργῶς ὑπὸ μίαν τε, καὶ τὴν αὐτὴν θεωρίαν ἄμφω πίπτοντα τὰ μόρια, τὸ ὑγιεινὸν, καὶ τὸ θεραπευτικόν. ἐγὼ δ' ἂν εἰς τόδε τὸ πρᾶγμα πάντα μεταφέρων, τὰ δι' ἑτέρων ἐπὶ πλεῖστον ἠκριβωμένα, λάθοιμ' ἂν ἐμαυτὸν ὑπὲρ τὰς Μενεμάχου, καὶ Μηνοδότου βίβλους ἀποτείνας αὐτό.

CAPVT XXIX.

A fine artes omnes distingui, atque constitui.

ITaque omni ex parte ad finem properare, ab eóque artes iudicare præcipit ratio; propter hunc enim & communibus actionibus, & propriis præceptis, atque principiis differunt: nam D hæc & secundum artium fines euariant. Quandoquidem sanitas finis est, hæc verò in calidis, frigidis, humidis, siccisque consistit. In istis planè & materiæ, contemplationis circa huius cognitionem principium versatur: sed dissimili ratione medicus physicúsque id tractat. Quod ipsum dissimiliter scilicet à scientiarum fine cognitum est atque distinctum. Neque ab re semper finem ratio inuenit, omnium quæ in artibus continentur, regulam atque iudicem. Nam cuiusque artis constitutio inde sumit initium. Quis enim medicinam constituere properasset, nisi sa- E nitatis bonum prius optauisset? aut ædificatoriam, nisi & hic domum? aut textoriam, nisi vestem prius expetiuisset? Quin & ars reliquas omnes constituens, hinc & ipsa accepit initium. Alibi verò à nobis ostensum est, quo quispiam modo proposito fine suam ipsius artem per methodum comperiat. Eúmque qui præsentem librum exactè intelligere cupiat, in illo prius versatum esse necesse est; ita enim euidenter cognouerit sub vnam eandémque contemplationem vtramque partem incidere, salubrem videlicet atque curatricem. Verùm si ego quæ in aliis voluminibus à me latissimè diligentérque F explicata sunt, in hunc omnia librum conferre velim, Menemachi Menodotique libros me huius prolixitate superaturum ignorarem.

A

CAPVT XXX.

Artem circa humanum corpus correctricem esse probat, eiusque partes enumerat.

CÆterùm artem circa corporis bonum versantem prorsus vnam esse ex antedictis (vt arbitror) satis declaratum est, atque ex dicendis in posterum nihilo secius declarabitur, non tamen, quo ipsam nomine appellare oporteat, iam adhuc manifestum est. Neque enim forsan medicatiua, neque exercitatoria, sed aliud quippiam appellanda est, forsan autem & in totum ars ista, quemadmodum & pleræque aliæ, nomine caret, sed hoc quidem paulò posterius speculabimur. Verùm vnum esse humani corporis bonum, quicquid illud sit, sicut aliarum etiam omnium substantiarum, esse autem & de ipso artem vnam, siquid vnquam aliud, & id quoque verum esse confirmo; necnon & eandem vtrique methodum inesse. Quum vna igitur ars circa humani corporis bonum versetur, in præsentia omnes eius partes speculemur, nam sic & eius quæ salubris vocatur, quæ sit potestas, prorsus dignoscemus, vt in hac etiam parte methodo aliqua vtentes sectionem faciamus, genus artis corpus nostrum tractantis contemplaturi. At non in sola ipsa contemplatione finem eius situm esse, sicut arithmeticæ, astronomiæ, ac physicæ, sed quiddam etiam & circa corpus ipsum facere neminem præterit: quòd neque verò in ipsa actione desinat, quemadmodum saltatoria, postquam agere desiit, nihil ostendere valens, & id quoque omnibus constare arbitror. Igitur in confesso est eam inter effectiuas aut acquisitiuas esse collocandam, postquam neque inter contemplatiuas, neque inter actiuas inuenta est; sed neque inter acquisitiuas numeratur, qualis est ars illa quæ harundine, & quæ hamo pisces captat, vtque in vniuersum dicam, qualis est venatoria; aliquid enim eorum quæ sunt, istæ capiunt ac possident: nihil autem quod prius non esset, ipsæ faciunt. Inter reliquas igitur effectrices humani corporis ars reponitur. Istarum verò duplex officium est: aut enim aliquod integrum quod prius non erat efficiunt, aut ex parte vitiatum corrigunt. At quæ nunc quæritur ars totum hominis corpus moliri nequit, sed per partes instaurare potest, perinde vt vestium ars sartoria, neque ad eundem, vt hæc, penitus modum. Natura namque & corpus fabricatur, & ipsum imbecillum rursus confirmat, vt ars vestiaria; ipsius verò naturæ ministra est ars quæ in præsentia disquiritur. Concedatur igitur, vt procedat oratio, nos ipsam correctiuam appellare; sed aut multùm corrigit, aut pauxillum: quæ eius pars multùm semel corrigit, medicatiua curatiuáque nuncupetur; quæ verò pauxillum, conseruatiua. Eius ipsius quoque quæ multùm semel instaurat, permultæ sunt differentiæ: omnis enim quantitas in multitudinem innumerabilem secari potest. At quia de ipsis dicere non est nobis in præsentia propositum, hæc sanè pars dimittatur, illa verò quæ pauxillum emendat, diuidatur. At hæc quoque insignibus differentiis tripartitò distingui videtur: aut enim exactè perfectéque valentem accipiens, in hoc ipsum gradu conseruat, hanc autem partem euecticam vocant; alteram eorum qui iam morbum euaserunt, refectricem; quam sanè & nõnulli recentiorum medicorũ analepticen appellãt;

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Λ'.

Τὴν περὶ τὸ σῶμα τῶν ἀνθρώπου τέχνην ἐπανορθωτικὴν εἶναι ἀποδείκνυταί τε, καὶ τὰ αὐτῆς μόρια ἀναριθμεῖται.

ΑΛλ' ὅτι μὲν ἡ περὶ τὸ τοῦ σώματος ἀγαθὸν, τέχνη μία πάντως ἐστὶν, ἔκ τε τῶν εἰρημένων ἔμπροσθεν αὐτάρκως οἶμαι δεδεῖχθαι, κἀκ τῶν ἑξῆς ῥηθησομένων, οὐδὲν ἧττον δειχθήσεται. οὐ μὴν ὅ,τί γε προσήκει ὀνομάζειν αὐτὴν, ἤδη που πέφανται. τάχα γὰρ οὔτ' ἰατρικὴν, οὔτε γυμναστικὴν, B ἀλλ' ἑτέραν τινά. τάχα δ' οὐκ ἔστιν ὅλως ὄνομα τῆς τέχνης ἐκείνης, ὥσπερ οὐδ' ἄλλων πολλῶν, ἀλλὰ τοῦτο μὲν ὀλίγον ὕστερον ἐπισκεψόμεθα. τὸ δ' οὖν, ἓν μὲν εἶναι, τὸ τοῦ σώματος ἡμῶν ἀγαθὸν, ὅ,τι περ ἂν ᾖ, καθάπερ καὶ τῶν ἄλλων ἁπασῶν οὐσιῶν, εἶναι δὲ καὶ τέχνην αὐτοῦ μίαν, εἴπερ τι καὶ ἄλλο τῶν πάντων, ἀληθὲς εἶναί φημι, καὶ τὴν αὐτήν γε μέθοδον ἀμφοῖν ὑπάρχειν. μιᾶς οὖν οὔσης περὶ τὸ τοῦ σώματος ἀγαθὸν τέχνης, ἤδη σκοπώμεθα σύμπαντ' αὐτῆς τὰ μόρια· πάντως γάρ που καταψόμεθα, καὶ τὸ καλούμενον ὑγιεινὸν, ἥν τινα ἔχει τὴν δύναμιν, ἵνα κἀνταῦθα, με- C θόδῳ τινὶ ποιώμεθα τὴν τομὴν, ἐπισκεψάμενοι τὸ γένος τῆς περὶ τὸ σῶμα τέχνης. ὅτι μὲν οὖν οὐκ ἐν αὐτῷ μόνῳ τῷ θεωρῆσαι, τὸ τέλος αὐτῆς ἐστὶν, ὥσπερ τῆς ἀριθμητικῆς τε, καὶ ἀστρονομικῆς, καὶ φυσικῆς, ἀλλά τι καὶ πράττει περὶ τὸ σῶμα, παντὶ δῆλον· ὅτι δ' οὐδ' ἐν αὐτῷ τῷ πράττειν τελευτᾷ, καθάπερ ἡ ὀρχηστική, μηδὲν, ὅταν ἐνεργοῦσα παύσηται, δεῖξαι δυναμένη, καὶ τοῦτ' εὔδηλον εἶναι νομίζω. δῆλον οὖν, ὡς ἤτοι τῶν ποιητικῶν, ἢ τῶν κτητικῶν ἐστὶ τεχνῶν, ἐπειδὴ μήτε τῶν θεωρητικῶν εὑρέθη, μήτε τῶν πρακτικῶν. ἀλλ' οὐκ ἔστι τῶν κτητικῶν, ὥσπερ ἡ ἀσπαλιευτική τε, D καὶ ἡ ἀγκιστρευτικὴ, καὶ τὸ σύμπαν εἰπεῖν, ἡ θηρευτική. χειροῦνται γὰρ αὗται τῶν ὄντων τι, καὶ κτῶνται· ποιοῦσι δ' οὐδὲν αὗται, πρότερον οὐκ ὄν. ἐκ λοιπῶν οὖν τῶν ποιητικῶν, ἐστὶν ἡ περὶ τὸ σῶμα τῶν ἀνθρώπου τέχνη. διττὸν δὲ καὶ τούτων ἐστὶ τὸ ἔργον, ἢ γὰρ ὅλον τι ποιοῦσιν, πρότερον οὐκ ὂν, ἢ κατὰ μέρος ἐπανορθοῦνται πεπονηκός. ἀλλ' ἡ ζητουμένη νῦν τέχνη, ποιεῖν μὲν ἀδύνατος ὅλον ἀνθρώπου σῶμα, κατὰ μέρη δ' ἐπανορθοῦσθαι δύναται, παραπλησίως τῇ τῶν ἱματίων ἀκεστικῇ. ἐπεὶ οὐδ' ἐνταῦθα πάντα τὸν αὐτὸν ἐκείνῃ τρόπον. ἡ γὰρ φύσις οὕτω E γε, καὶ ποιεῖ τὸ σῶμα, καὶ αὖθις ἐπανορθοῦται κάμνον, ὡς ἡ περὶ τὴν ἐσθῆτα τέχνη. ταύτης δ' ὑπηρετική τίς ἐστιν, ἡ νῦν ζητουμένη. συγχωρείσθω οὖν, ἵν' ὁ λόγος προΐῃ, καλεῖν ἡμᾶς αὐτὴν ἐπανορθωτικήν. ἀλλ' ἤτοι κατὰ μεγάλα τὴν ἐπανόρθωσιν, ἢ κατὰ σμικρὰ ποιεῖται· τὸ μὲν δὴ κατὰ μεγάλα μόρια αὐτῆς, ἰατρικόν τε, καὶ θεραπευτικὸν ὀνομαζέσθω, τὸ δὲ κατὰ σμικρά, φυλακτικόν. ἔστι μὲν οὖν καὶ αὐτοῦ τοῦ κατὰ μεγάλα, παμπόλλη τις ἡ διαφορά. πᾶν γὰρ ποσὸν, εἰς ἀνάριθμόν τε πλῆθος ἐγχωρεῖ τέμνειν. ἀλλ' ἐπειδὴ μὴ πρόκειται νῦν ὑπὲρ αὐτῶν F λέγειν, ἀφείσθω μὲν τοῦτο, τεμνέσθω δὲ, τὸ κατὰ σμικρά. δοκεῖ δὲ καὶ τοῦτο τέμνεσθαι διαφοραῖς ἐπισήμοις τριχῶς· ἢ γὰρ τὸν ἄκρως τε, καὶ τελέως ὑγιαίνοντα παραλαβὸν, ἐν τούτῳ φυλάττει, καὶ τουτὶ μὲν αὐτοῦ τὸ τμῆμα προσαγορεύουσιν, εὐεκτικόν. ἕτερον δ' ἀναθρεπτικὸν τῶν νενοσηκότων, ὃ δὴ καὶ καλοῦσιν ἔνιοι τῶν νεωτέρων ἰατρῶν ἀναληπτικόν.

ἐν τῷ μέσῳ δ' ἀμφοῖν ἐστι, τὸ καλούμενον ὑπ' αὐτῶν ἰδίως ὑγιεινόν. κοινῶς γὰρ, καὶ τοῦτο φυλακτικὸν ἅμα, καὶ ὑγιεινὸν ὀνομάζεται. ταῦτ' οὖν τὰ τρία μόρια τοῦ φυλακτικοῦ, τὰ νῦν εἰρημένα, τὸ ἀναληπτικὸν, τὸ ὑγιεινὸν, τὸ εὐεκτικὸν, ἔστι μὲν τοῦ κατὰ σμικρὰ ἐπανορθωτικοῦ μέρους τῆς τέχνης, ἀλλήλων δὲ διαφέρει, τῷ μᾶλλόν τε καὶ ἧττον· μᾶλλον μὲν κατὰ σμικρὰ, τὸ εὐεκτικὸν, ἧττον δὲ αὐτοῦ τὸ ὑγιεινὸν, ἐκείνου δ' ἧττον κατὰ σμικρὰ ἐπανόρθωσιν ποιεῖται, τὸ ἀναληπτικόν. ἔνιοι δὲ καὶ τέταρτον ἐν τούτῳ τῷ φυλακτικῷ τμῆμα προστιθέασιν, τὸ καλούμενον ὑπ' αὐτῶν ἰδίως προφυλακτικὸν, ἀντίστροφον ἔχον δύναμιν τῷ τοὺς ἐκ νοσημάτων ἄρτι πεπαυμένους ἀνακομίζοντι. δῆλον δ' ὡς ἄμφω ταῦτα ἐπαμφοτερίζει πως τοῖς ἐναντίοις μορίοις ὅλης τῆς τέχνης, λέγω δὲ τὸ κατὰ μεγάλα, καὶ τὸ κατὰ μικρά· τὸ μὲν γὰρ θεραπευτικὸν, ὅτι κατὰ μεγάλα πρόδηλον παντὶ, τὸ δ' εὐεκτικόν τε, καὶ ὑγιεινὸν, ὅτι κατὰ σμικρὰ, καὶ τοῦτ' εὔδηλον· ἐν τῷ μέσῳ δ' ἀμφοῖν ἐστι τὸ ἀναληπτικὸν ὀνομαζόμενον, καὶ τὸ προφυλακτικόν, ὡς μὲν πρὸς τὸ ὑγιεινόν, οὐ κατὰ σμικρὰ τὴν ἐπανόρθωσιν ποιούμενον, ὡς δὲ πρὸς τὸ θεραπευτικὸν, οὐ κατὰ μεγάλα. καί μοι δοκοῦσιν οὐδ' ὅσοι ταῦτ' ἄμφω τὰ μόρια προσαγορεύουσιν οὐδέτερα, κακῶς δοξάζειν. ἀλλὰ περὶ μὲν τούτων ἕτερος λόγος.

A inter vtramque pars ea collocatur, quę ab ipſis propriè ſalubris nominatur, nam vulgò & conſeruatiua ſimul, & ſalubris dicitur. Tres igitur hæ partes conſeruatiuæ modò enumeratæ, analeptice, ſalubris: & euectice, ſunt quidem omnes ſub ea medicinæ parte quæ exigua vitia tollit: inter ſe autem ratione maioris minoriſq; diſſentiunt, magis enim parua caſtigat, euectice, minus verò ſalubris; hac adhuc minus parua emendat analeptice. Quidam verò & quartã particulam adiecerunt in hac cõſeruatiua, quæ ab ipſis propriè prophylactice vocata fuit, facultatem ei oppoſitam habẽtem, quę à morbo proximè liberatos recreat. Haſce autem ambas B ancipitis quodammodo eſſe naturæ inter contrarias totius artis partes nemo ambigit, dico autem inter eam quæ magna vitia, & eam quæ parua diſſoluit. Curatiua ſanè pars, quòd magna vitia, euectice autem atque ſalubris, quòd parua diſcutiat, id quoque perſpicuum eſt: in medio verò ambarum interſtitio inſtauratiua nominata, atque præſeruatoria poſitæ ſunt, ſi ad ſalubrem euecticénque comparentur, non exigua vitia emẽdantes: ſi ad curatiuam, non magna. Propterea & quicunque ambas has partes neutras appellauerunt, haud malè mihi ſenſiſſe viſi ſunt. Sed de his alia eſt habenda oratio. C

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΛΑ'.

Λύσις τοῦ προκειμένου σκέμματος.

ΕΝ δὲ τῷ νῦν προκειμένῳ σκέμματι τοῦ φυλακτικοῦ μέρους τῆς περὶ τὸ σῶμα τέχνης, ὑποκείσθω τριττὰ τμήματα, τὸ μὲν ἐπὶ τῶν κατὰ σχέσιν ὑγιαινόντων σωμάτων τεταγμένον· τὸ δ' ἐπὶ τῶν καθ' ἕξιν· τὸ δ' ἐπὶ τῶν εὐεκτούντων. καὶ τὸ μὲν ἀναληπτικὸν ὀνομαζέσθω, μηδὲν γὰρ ὑπὲρ ὀνόματος αὖθις νῦν διαφερώμεθα, τὸ δ' ὑγιεινὸν, τὸ δ' εὐεκτικὸν, ἐπὶ μὲν τὸ βέλτιον ἄγοντα τὰ πρότερα δύο, φυλάττον δ' ἐν αὑτῷ, τὸ εὐεκτικόν. καὶ τούτων οὕτως ἐχόντων, ἀναμνησθῶμεν τοῦ προκειμένου σκέμματος· ἦν δ', ὡς οἶμαι, τοιόνδε· πότερον ἰατρικῆς ἐστιν, ἢ γυμναστικῆς, μόριον τὸ καλούμενον ὑγιεινόν; εὐλόγως οὖν εὐθὺς ἀπ' ἀρχῆς ἔφαμεν, ὡς εἰς ὁρισμὸν ἐμπίπτει τὸ σύμπαν ζήτημα. τί ποτε γάρ ἐστιν ἰατρικὴ, καὶ τί ποτε γυμναστικὴ γνόντες, οὐκ ἂν ἔτι χαλεπῶς εὕροιμεν, ὁποτέρας αὐτῶν ἐστι τὸ ὑγιεινόν. αὐτὸ μὲν γὰρ ὅ, τί ποτ' ἐστιν τὸ ὑγιεινὸν, ἤδη μοι δοκῶ πεφάνθαι σαφῶς, ἢ γὰρ τὸ φυλακτικὸν ἅπαν, ἢ τῶν τούτου γε μορίων τριῶν ὑπαρχόντων ἐν τῷ μέσῳ, ὃ περὶ τὴν καθ' ἕξιν ὑγίειαν ἀναστρέφεται. ἐμοὶ μὲν οὖν δοκεῖ λοιπὸν ὑπὲρ ὀνόματος ἡ ζήτησις εἶναι, τὸ δὲ πρᾶγμ' αὐτὸ, μηκέτ' ἀμφισβήτησιν ἔχειν, ἐάν γε ὁμολογῆταί τε, καὶ μένῃ τὰ προδεδειγμένα. καὶ δὴ διελθὼν αὐτὰ διὰ κεφαλαίων, ἐπὶ τὴν τῶν ὀνομάτων ἐξήγησιν, οὕτω τρέψομαι. φημὶ δὴ καθάπερ ἀμφιεσμάτων ἀγαθῶν, καὶ οἰκίας τε, καὶ ὑποδημάτων, οὕτω καὶ τοῦ σώματος εἶναι τινὰ τέχνην, ἧς μιᾶς οὔσης, δύο ταῦθ' ὑπάρχειν μόρια, δημιουργοῦν μὲν τὸ ἕτερον, ἐπανορθούμενον δὲ θάτερον, καὶ ταῦθ' ὑπάρχειν ἄμφω τῇ φύσει πρότερον, συνεργάζεσθαι δ' εἰς τὸ ἕτερον αὐτῶν, τὸ ἐπανορθωτικὸν ἀνθρωποτέραν τέχνην· ἧς εἶναι διττὰ μόρια, θεραπευτικὸν μὲν ἢ ἰατρικὸν τὸ ἕτερον, φυλακτικὸν δὲ θάτερον. ὀνομάζεσθαι δὲ τὸ φυλακτικὸν τοῦτο, καὶ ὑγιεινόν. εἶναι δ' αὐτοῦ τρία τμήματα, τὸ μὲν ἀναληπτικόν, τὸ δ' εὐεκτικόν, τὸ δ' ὁμωνύμως τῷ παντὶ προσαγορευόμενον, ὑγιεινόν.

CAPVT XXXI.

Ab initio poſitæ quæſtionis ſolutio.

IN præſenti autem contemplatione de conſeruatrice artis humanum corpus gubernãtis parte tria diuiſionis membra ſupponantur, vnum de corporibus ſecundum habitudinem valentibus, alterũ de iis quæ in habitu ſana ſunt, tertium de bono habitu præditis. Primúmq; inſtauratiuum appelletur, nihil enim in præſentia cum illis de nomine digladiemur: D ſecundum ſalubre, tertium euecticum, duo priora in melius ducentia, in optimo ſtatu tertium conſeruans. Atque his ita poſitis ab initio agitatæ quæſtionis meminerimus: erat autem (vt exiſtimo) huiuſmodi, vtrùm ad medicatiuam, an ad gymnaſticam pars ſalubris vocata pertineret. Non abſq; ratione igitur inter initia ſermonis noſtri diximus, omnem quæſtionẽ ſub definitionem cadere: nam quid ſit medicina, quid gymnaſtica quum nouerimus, non amplius difficile fuerit inuenire ad vtram ipſarum ſalubris referatur. Ipſa quidem ſalubris quidnam ſit, iam mihi manifeſtè explicauiſſe videor; E aut enim tota pars conſeruatoria, aut ex illis tribus partibus vna quæ in medio verſatur inter euecticen ſcilicet vocatam, atque analepticen, & eſt circa ſanitatẽ in habitu: mihi quidem reliquum nihil aliud, quàm de nomine, controuerſia eſſe videtur, res ipſa autem in obſcuro verſari tantiſper, dum ſuperius declarata concedãtur ac fixa permaneant. Atqui quum ipſa strictim atq; per capita recenſuero, mox ad nominũ interpretationẽ me cõuertam. Quemadmodũ igitur bonorũ veſtimentorũ, ædium, atq; calceorũ, perinde & corporis vnã quandã artẽ eſſe conſtituo, cuius, vna quũ ſit, duas F tamen has eſſe partes, vnam efficientẽ, corrigentẽ alterã; amboque hęc naturæ prius ineſſe, ſed ipſarũ alteri, corrigẽti ſcilicet humanã artẽ opitulari; quæ & ipſa bipartitò diuiditur, in curatricẽ partem ſeu medicatricẽ, atq; in alterã conſeruatricem quæ & ſalubris vocatur. Ipſius verò tres partes, ſunt analeptice, euectice, ac toti generi cognominis ſalubris.

Itaque

A Itaque siue de tota cõseruatrice parte, siue de eius parte quispiam quærat ad vtram artem pertineat, ad medicatricémne, an ad corporis exercitatoriã, totam rem prius (vt nunc ego feci) perstringentem, ita deinde ipsum explicare opus est. Quòd vna corporis ars quum sit, licet volenti eam medicinam appellare: sin hoc non placeat, exercitatoriam; sin id quoque displiceat, totam artem nomine carere dicens, vnam eius partem medicinam, alteram exercitatoriam, appellato; si neque id probas, salubrem quandam artem curatiuæ ex diuerso oppositam, eiúsque partes (si velis) diæteticam gymnasticámq; dicito. Singula enim nomina si interpretabere, ita vniuersum quod quęrebas, adeptus fueris. B

CAPVT XXXII.

De nominum significatione.

AT his auditis quidam, heus vir bone, dicunt, non quemadmodum tu statuere volueris, distinguenda sunt nomina: sed vt rectè habet, partitio facienda est. Iterum igitur istis ita respondendũ est: heus tu, meminisse debes nostram non amplius de rebus esse contemplationem, sed nominum explanationem nobis esse propositam, neque ad hoc C etiam tergiuersamur, ac de nominibus non his solum, sed & de aliis omnibus illud in vniuersũ pronuncio, nihil eruditum in mediũ adduci posse. Sed siue Assyriorum linguæ vocabulum sit, ab ipsis Assyriis res discenda est, cui nomen illud indiderunt: siue sit Persarum linguę, aut Indorum, aut Arabum, aut Æthiopum, aut omninò aliorum quorumcunque, illos perconctari oportet; nomen enim ipsum per se solum prolatum nihil indicat. Meam igitur sententiam accepisti. Cæterùm nonnulli asserunt ipsis nomen aliquid significare, vnde huiusce rei causa ego permulta Celtarum, Thracum, Mysorũ, D Phrygúmque nomina colligens iussi, vt à singulis rem significatam manifestarent: illis autem in sola Græcorum lingua id se posse facere dicentibus, hoc vocabulum λιμένα (latinè portum dicas) proposui: illis verò locum vbi naues in statione quiescunt significare affirmantibus; at Thessali, respondi, quod à nobis forum rerum venalium dicitur, ita nominant. Sed isti Thessalicam linguam scire se negabant, tanquam sanè illud ipsum non confitentes, quod ab initio dicebatur, nullum nomen cui rei inditum sit, aliter posse cognosci, nisi ab ipsis impositoribus edoctus fueris. Cæterùm ad- E uersus ita dementes alia mihi oratio separatim scripta est; res ipsas verò discere volenti, & præcipuè ac maximè huic veluti optimo operi studenti, rerum præterea nomina mutuæ locutionis causa percipere cupienti, vsum Græcorum interpretabor. Neque id horum nominibus omnibus faciã: id namque enarratoriæ cuiusdam aut grammaticę peritiæ munus est: sed Attica potissimùm nomina, secundò & Ionica me cognoscere fatebor; nõnulla etiam Dorica atque Æolica; sed in hisce linguis plura me ignorare quàm scire, in Attica verò plura me scire quàm ignorare concedam. Quòd si tu & F de nominibus loqui velis, Homerus vtique canit,

Vir medicus multis aliis tibi dignior esto,
Dira venena trahens, & pharmaca mitia fundens,
Multa salubria miscens, & letalia multa,
Doctior est cunctis medicus mortalibus vnus.

Vtpotè arte medica languida corpora medicamentis chirurgicáque opera curante.

A εἴτ' οὖν τὸ σύμπαν φυλακτικὸν, εἴτε τὸ μόριον αὐτοῦ ζητεῖ τις, ὁποτέρας ἐστὶ τέχνης ἆρα ἰατρικῆς, ἢ γυμναστικῆς, ὅλον αὐτὸ χρὴ τὸ πρᾶγμα διελθόντα, καθάπερ ἐγὼ νῦν ἐποίησα, λέγειν οὕτως ἐφεξῆς. ὡς μιᾶς οὔσης τῆς περὶ τὸ σῶμα τέχνης, ἔξεστιν εἰ βούλει καλεῖν αὐτὴν ἰατρικήν, εἰ δ' οὐκ ἐθέλεις οὕτω, γυμναστικήν, εἰ δ' οὐδὲ τοῦτο, τὴν ὅλην ἀνώνυμον εἰπὼν εἶναι, τὸ μὲν ἕτερον αὐτῆς τμῆμα, καλεῖ ἰατρικήν, τὸ δ' ἕτερον γυμναστικήν. εἰ δὲ μηδ' οὕτως ἐθέλεις ὑγιεινήν τινα τέχνην, τὴν ἀντιδιαιρουμένην τῇ θεραπευτικῇ, καὶ ταύτης εἰ βούλει μέρη διαιτητικὴν εἰπὲ, καὶ γυμναστικήν. εἰ γὰρ καθ' ἕκαστον ἐξηγήσῃ B τῶν ὀνομάτων, οὕτως ἀκολουθήσει τὸ σύμπαν.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΛΒ'.

Περὶ τῆς ἐξηγήσεως τῶν ὀνομάτων.

ΙΩ φασί τινες ἐπὶ τούτοις, ἀλλ' οὐχ ὡς ἂν ἐγὼ φάναι βουληθῶ, διαιρεῖσθαι χρὴ περὶ τῶν ὀνομάτων, ἀλλ' ὡς ὀρθῶς ἔχει διελθεῖν. αὖθις οὖν ἡμῖν ἐστι, καὶ τούτοις ἀποκριτέον ὧδί πως. εἰ μέλλεις μνημονεύειν, ὦ οὗτος, ὡς οὐκ ἔτι περὶ πραγμάτων ἡ σκέψις, ἀλλ' ἐξήγησιν ὀνομάτων μοι προὐβέβληκεν, C οὐδὲ τοῦτ' ἀναδύομαι, φημὶ δή σοι περὶ τῶν ὀνομάτων, οὐ μόνον τούτων, ἀλλὰ καὶ τῶν ἄλλων ἁπάντων, οὐδὲν ἔχειν εἰπεῖν σοφόν. ἀλλ' εἴτ' ἐκ τῆς τῶν Ἀσσυρίων ἡ φωνῆς τοὔνομα, παρὰ τῶν Ἀσσυρίων αὐτῶν μανθάνειν χρῆναι τὸ πρᾶγμα, καθ' οὗ τὸ ὄνομα λέγουσιν, εἴτ' ἐκ τῆς τῶν Περσῶν, ἢ Ἰνδῶν, ἢ Ἀράβων, ἢ Αἰθιόπων, ἢ ὅλως ὡντινωνοῦν, ἐκείνων πυνθάνεσθαι. τὸ γὰρ ὄνομα, ῥηθὲν αὐτὸ καθ' αὑτὸ μόνον, οὐδὲν ἐνδείκνυται. τὸ μὲν οὖν ἐμὸν ἀκήκοας. εἰσὶ δὲ οἱ λέγουσιν ἐνδείκνυσθαι σφίσιν τοὔνομα, καὶ τούτου ἐγὼ πάμπολλα συνὰ ἀθροίσας ὀνόματα Κελτῶν, καὶ Θρακῶν, καὶ Μυσῶν, καὶ Φρυγῶν, ἐκέλευον ἐφ' ἑκάστου D λέγειν τὸ δηλούμενον πρᾶγμα, τῶν δὲ ἐν τῇ τῶν Ἑλλήνων φωνῇ μόνῃ δύνασθαι τοῦτο ποιεῖν εἰπόντων ἐξῆς προὔτεινα λιμένα, τῶν δ' εἰπόντων, ἵνα περ αἱ νῆες ὁρμοῦσιν, ἀλλὰ Θετταλοί γε, ἔφην, τὴν ὑφ' ἡμῶν προσαγορευομένην ἀγορὰν, οὕτως ὀνομάζειν. οἱ δὲ ἠρνοῦντο τὴν τῶν Θετταλῶν ἐπίστασθαι διάλεκτον, ὥσπερ οὐκ αὐτὸ δὴ τοῦτο ὁμολογοῦντες, ὅπερ ἐξ ἀρχῆς ἐλέγετο, μηδὲν τῶν ὀνομάτων, ἐφ' οὗ κεῖται πράγματος, ἄλλως δύνασθαι μαθεῖν, ἢ παρ' αὐτῶν τῶν θεμένων διδαχθέντα. πρὸς μὲν δὴ τοὺς οὕτως ἐμπλήκτους, ἑτέρως μοι γέγραπται λόγος ἴδιος, τῷ δὲ τὰ πράγματα αὐτὰ μαθεῖν E θέλοντι μάλιστά τε, καὶ πρῶτα, καὶ τοῦτ' ὡς ἔργον χρηστὸν σπουδάζοντι, τὰ τε τὰ ἐπ' αὐτοῖς ὀνόματα, τῆς πρὸς ἀλλήλους ἕνεκα διαλέκτου, μαθεῖν ἐπιποθοῦντι τὴν τῶν Ἑλλήνων ἐξηγήσομαι χρῆσιν. οὐδ' οὖν τούτων ἁπάντων ἐπὶ πᾶσιν ὀνόμασιν, τοῦτο μὲν γὰρ ἑρμηνευτικῆς τινός ἐστιν, ἢ γραμματικῆς ἐμπειρίας, ἀλλὰ τῶν Ἀττικῶν μὲν μάλιστα. δεύτερον δ' ἤδη καὶ τῶν Ἰώνων ἔχειν ἐμπειρίαν ὁμολογήσω τινὰ, καὶ τῶν Δωρικῶν ὀνομάτων, ὥσπερ γε καὶ τῶν Αἰολικῶν. ἀλλ' ἐν ταύταις μὲν τῆς διαλέκτοις ἀγνοεῖν μᾶλλον, ἢ γινώσκειν τὰ πλεῖστα. Ἀτθίδος δ' αὖ γινώσκειν τὰ πλείω, ἢ ἀγνοεῖν ὁμολογήσαιμ' ἄν. εἰ δὲ βούλει σὺ, καὶ F περὶ τῶν ὀνομάτων εἰπεῖν, Ὅμηρος μὲν φησιν.

Ἰητρὸς γὰρ ἀνὴρ πολλῶν ἀντάξιος ἄλλων.
Ἰούς τ' ἐκτάμνειν, ἐπί θ' ἤπια φάρμακα πάσσειν.
Φάρμακα πολλὰ μὲν ἐσθλὰ μεμιγμένα, πολλὰ δὲ λυγρά.
Ἰητρὸς δὲ ἕκαστος ἐπιστάμενος περὶ πάντων.

ὡς τῆς ἰατρικῆς τέχνης ἰωμένης τὰ κάμνοντα σώματα, διά τε φαρμάκων, καὶ χειρουργίας.

A

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΛΓ'.

Περὶ διαιτητικοῦ τε, καὶ καθ' ὅντινα χρόνον ἡ γυμναστική τε, καὶ ἀθλητικὴ ἤρξαντο.

Εἰ δ' ἔτι καὶ τρίτον ἄλλο μόριον ἰάσεως ὑπῆρχε τὸ διαιτητικὸν, ἐν τοῖς καθ' Ὅμηρον χρόνοις, ἐγὼ μὲν οὐκ ἔχω συμβαλεῖν, ὁ δ' ἐμοῦ πρεσβύτερός τε ἅμα, καὶ τὰ τῶν Ἑλλήνων πράγματα πιθανώτερος ἐπίστασθαι, Πλάτων ὁ φιλόσοφος, οὐ πάνυ τι χρῆσθαί φησι τοὺς παλαιοὺς Ἀσκληπιάδας τούτῳ τῷ μέρει τῆς τέχνης· ἀλλ' B ὅτι γε τῆς ἰατρικῆς ἐστιν μέρη ταῦτα τὰ τρία, καὶ ὡς ἡ τὰ παρὰ φύσιν ἔχοντα σώματα θεραπεύουσα τέχνη πρὸς ἁπάντων Ἑλλήνων ἰατρικὴ καλεῖται, σχεδὸν οὐδεὶς ἀντιλέγει. γυμναστικῆς δὲ τέχνης, οὔπω μὲν τὴν τοὔνομα, καθ' Ὅμηρον, οὐδὲ καλεῖταί τις ὅλως γυμναστὴς, ὥσπερ ἰατρὸς, ὅπου γε καὶ παρὰ Πλάτωνι, τὸ μὲν τῆς γυμναστικῆς ὄνομα, οὐ πολλάκις εὑρεῖν ἐστιν, παιδοτρίβην μέντοι καλεῖ μᾶλλον, ἢ γυμναστὴν τὸν τεχνίτην αὐτῆς. ἤρξατο γὰρ, ὀλίγον ἔμπροσθεν τῶν Πλάτωνος χρόνων, ἡ τέχνη τῶν γυμναστῶν, ὅτε περ καὶ τὸ τῶν ἀθλητῶν ἐπιτήδευμα συνέστη, C πάλαι μὲν γὰρ εἷς ἀνὴρ ἐργάτης τῶν κατὰ φύσιν ἔργων, ἀληθῶς εὐεκτικὸς εἰς ἀγῶνα καταβαίνων, οὐ πάλην μόνον, ἀλλὰ καὶ δρόμον ἠγωνίζετο, καί τις ἐνίκα πολλάκις εἷς ἄμφω τε ταῦτα, καὶ ἀκοντίζων, καὶ τοξεύων, καὶ δισκοβολῶν, καὶ ἅρματος ἐπιστατῶν, ὕστερον δὲ διεκρίθη, καὶ οἷον περ ἕνα πεποίηκεν Ὅμηρος Ἐπειὸν, εἰς μὲν πάντα τὰ κατὰ φύσιν ἔργα, πάντων ὕστατον, πρῶτον δ' εἰς πυγμὴν, ἧς ἐν ἄθλοις μόνοις ἡ χρεία, τοιοῦτοι πάντες ἐγένοντο, μήτ' ἀρῶσαι, μήτε σκάψαι, μήθ' ὁδὸν ἀνύσαι, μηδ' ἄλλο μηδὲν εἰρηναῖον ἔργον, ἔτι δὲ D μᾶλλον πολέμιον ἐργάσασθαι καλῶς δυνάμενοι.

CAPVT XXXIII.

De diætetica: & quo tempore gymnastica & athletica exortæ sint.

An verò & alia tertia medicationis pars diætetica appellata Homeri temporibus extaret, ego nulla id coniectura assequi possum. Sed me antiquior, & quem magis Græcorum res nosse verisimile est, Plato philosophus antiquos Asclepiadas hac medicinæ parte non admodum vsos esse asseuerat. Verùm medicinæ tres has esse partes, artémque malè habentia corpora curantem ab vniuersa Græcia medicinam appellari, nemo ferè est qui eat inficias. Gymnasticæ autem artis nomen Homeri seculo nondum repertum erat, neque quisquam omninò gymnasta (vt medicus) vocabatur. Quemadmodum neque etiam apud Platonem gymnasticæ nomen frequenter reperire licet, sed pædotribam magis quàm gymnastam, huiusce artis professorem appellat: nam paulò ante Platonis tempora gymnastarum ars exorta est, quo etiam tempore & athletarum exercitatio emersit. Priscorum enim seculis vir vnus operarius naturalia munia exequens, verè bono habitu robustus in certamen descendens, non lucta modò, sed etiam cursu certauit; atque etiam duobus his & iaculo præterea & arcu & disco & cursu alios vnus superauit: postea verò hæc disiuncta sunt, qualémque Homerus vnum Epeum fecit ad cuncta quidem secundum naturam munia obeunda omnium ignauissimum, sed strenuum pugilem, qua arte in solis certaminibus vsus est, tales omnes euaserunt, neque arare, neque fodere, neque iter facere, neque aliud quicquam pacis, ac multò minus belli opus egregiè præstare valentes.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΛΔ'.

Περὶ τῆς τῶν ἀθλητῶν εὐεξίας τε καὶ ὑγιείας, καὶ τῶν τεσσάρων τὰ ἡμῶν σώματα ἀλλοιουσῶν ὑλῶν.

Τὴν τούτων τῶν ἀνθρώπων εὐεξίαν ἔμπροσθεν ἐμεμψάμεθα, καὶ τὴν ἐπιστατοῦσαν αὐτοῖς ὁμοίως γυμναστικὴν, ἄλλην δ' εὐεξίαν ἐπῃνέσαμεν, ἀσφαλῆ τε ἅμα, E καὶ πρὸς τὰς κατὰ φύσιν ἁπάσας ἐνεργείας χρηστὴν, ἧς ὗλαι ποιητικαί τε ἅμα, καὶ φυλακτικαὶ δύο ἐστὸν, ἥ θ' ὑγιεινὴ προσαγορευομένη δίαιτα, καὶ γυμνάσια. τεττάρων γὰρ οὐσῶν τῶν πασῶν ὑλῶν κατὰ γένος, ὑφ' ὧν ἀλλοιοῦται τὸ σῶμα, χειρουργίας, καὶ φαρμακείας, καὶ διαίτης, καὶ γυμνασίων· ἡ μία μὲν ἄχρηστος τοῖς νοσοῦσιν, αἱ δύο δὲ τοῖς κατὰ φύσιν ἔχουσιν. ὁ μὲν γὰρ νοσῶν, εἰς πολλὰ, καὶ φαρμάκων, καὶ χειρουργίας, καὶ διαίτης δεόμενος, εἰς οὐδὲν δεῖται γυμνασίων· ὁ δ' ὑγιαίνων ἀκριβῶς, γυμνασίων μὲν χρήζει, καὶ διαίτης τινὸς, οὔτε δὲ φαρμάκων, οὔτε χειρουργίας F προσδεῖται.

CAPVT XXXIV.

De bono habitu athletico & salubri, quatuórque materiis corpus nostrum alterantibus.

Horum hominum bonum habitum in superioribus vituperauimus, artemque pariter gymnasticam ipsos instruentem: aliúmque bonum habitum laudauimus tutissimum iuxta, & ad omnes naturales actiones maximè idoneum; cuius materiæ effectiuæ simul, & conseruatiuæ duæ sunt, & salubris vocata victus ratio, & exercitatio. Quatuor namque genere quum sint omnes materiæ, à quibus corpus nostrum alteratur, chirurgia, pharmacia, exercitationes, ac victus ratio, vna est ægrotis inutilis, duæ verò secundum naturam sese habentibus. Ægrotans namque in multis medicamina, manuum operam, victúsque rationem postulans, nulla ex parte exercitatione eget: exquisitè verò sanus corpus exerceat, & certa quadam victus ratione vtatur necesse est, sed medicamenta, aut chirurgiam, non requirit.

A

CAPVT XXXV.

Salubris artis partem esse gymnasticam, & quid de ea Hippocrates & Plato scripserint.

SAlubris igitur artis pars gymnastica; abundéq; de vtroque præcepit Hippocrates, quæcunque de aëris natura, locorum, aquarum, ventorum, annique temporum noscenda sunt: item de cibis, potibus, atq; vitæ institutis, accuratissimè omnia perscribens: ex istis enim diæta completur: haud secus & de idoneo tempore, magnitudine, ac qualitate non exercitationis tantum, sed etiam frictionis, satis disseruit. Plato à parte totum cognominare visus est, non salubrem artem, sed exercitatoriam appellans, tum quia exercitatio beneualentium præcipua ac propria est, tanquã nullo pacto ipsa ægrotis vtentibus, tum quòd eam solam moderatore egere iudicauit: quandoquidem exquisita sanitate fruens corpus naturalibus appetitionibus vtens, neque in quali, neque vsus tempore, quicquam in sumendis cibis erroris committet: sed de hoc alibi sermo habendus est. Quòd autem & Plato aliam gymnasticam vt artis corpus regentis partem nouerit, aliam verò quam nunc homines celebrant, ex his quispiam comprehendere poterit; tibi enim eius verba subijciam, primáque ea quæ in Gorgia ad hunc modum se habent. *Duæ res quum sint, duas esse artes dico, vnam animæ, quam ciuilem appello: alteram corporis, quàm & ipsam vnam quo nomine appellem, non habeo; sed vna quum sit corporis curatio, duas partes nomino, gymnasticam vnam, medicatricem alterã.* Hoc loco vnam esse artem corpus curantem quæ duas principes partes habeat, dilucidè Plato monstrauit; partesque ipsius esse nominatas, totam verò nomine carere, in optimúmque respicere, qui & bonus habitus dicitur, ex hisce declaratur. Quorum singula in eodem libro explicauit. *Corpus sanè vocas aliquid & animam, quidni igitur, & istorum amborum quendam esse bonum habitum non putas? Ego quidem. Quid verò, apparentem bonum habitum, sed non verè bonum? quod autem dico, tale est: Plerique corpore benè habere videntur, quos haud facilè quispiam non bene habere sentiat, nisi medicus, aut gymnasticorum aliquis fuerit.* Et in sequentibus, optimum istos intueri. Quòd verò sit iucundissimum ab obsoniorum conditore, qui comptor dicitur, spectari, ipse latè declarat.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΛΕ'.

Τῆς ὑγιεινῆς τέχνης μέρος εἶναι τὴν γυμναστικήν, καὶ τί περὶ αὐτῆς Ἱπποκράτης τε, καὶ Πλάτων ἔγραψαν.

ΤΗς οὖν ὑγιεινῆς τέχνης, μέρος ἐστὶν ἡ γυμναστική. καὶ αὐτάρκως ὑπὲρ ἀμφοῖν ἡμᾶς ἐδίδαξεν Ἱπποκράτης, ὅσα τε χρὴ γινώσκειν ἀέρων τε πέρι, καὶ χωρίων, καὶ ὑδάτων, καὶ ἀνέμων, καὶ ὡρῶν, ὡσαύτως ἐδεσμάτων τε πέρι, καὶ πομάτων, καὶ ἐπιτηδευμάτων, ἀκριβέστατα γράψας ἅπαντα. συμπληροῦται
B γὰρ ἐκ τούτων ἡ δίαιτα, κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν τρόπον, ὑπέρ τε καιροῦ, καὶ ποσότητος, καὶ ποιότητος, οὐ γυμνασίων μόνον, ἀλλὰ καὶ τρίψεως αὐτάρκως διεξῆλθεν. ἔοικε δὲ Πλάτων ἀπὸ μέρους ὀνομάζειν τὸ σύμπαν μόριον, οὐχ ὑγιεινὴν τέχνην, ἀλλὰ γυμναστικὴν προσαγορεύων, ὅτι τε ἐξαίρετον ἴδιον ὑπάρχει τοῖς ὑγιαίνουσιν, ὡς ἂν μηθ' ὅλως αὐτῷ χρωμένων τῶν νοσούντων, ὅτι τε τοῦτο μόνον ἐνόμιζεν ἐπιστάτου δεῖσθαι, τὸ μὲν γὰρ ὑγιαῖνον ἀκριβῶς σῶμα τοῖς κατὰ φύσιν ὀρέξεσιν χρώμενον, οὔτ' ἐν ταῖς ποιότησιν, οὔτ' ἐν τῷ καιρῷ τῆς χρήσεως ἐξαμαρτάνοι ἄν τι περὶ τὰ σιτία. περὶ μὲν δὴ τούτου, λόγος ἕτερος. ἀλλ' ὅτι γε καὶ Πλάτων, ἑτέραν
C μὲν οἶδε τὴν ὡς μέρος τῆς περὶ τὸ σῶμα τέχνης γυμναστικήν, ἑτέραν δὲ τὴν νῦν εὐδοκιμοῦσαν, ἐκ τῶνδ' ἂν μάλιστα μάθοις. ὑπογράψω γάρ σοι τὰς ῥήσεις αὐτοῦ. πρώτην μὲν τὴν ἐκ Γοργίου, τόνδε τὸν τρόπον ἔχουσαν. δυοῖν ὄντοιν πραγμάτοιν, δύο λέγω τέχνας, τὴν μὲν ἐπὶ τῇ ψυχῇ, πολιτικὴν καλῶ· τὴν δὲ ἐπὶ τῷ σώματι, μίαν μὲν οὕτως ὀνομάσαι οὐκ ἔχω σοι, μιᾶς δ' οὔσης τῆς τοῦ σώματος θεραπείας. δύο μόρια λέγω, τὴν μὲν γυμναστικήν, τὴν δὲ ἰατρικήν. ἐνταῦθα μὲν οὖν ὅτι τε μία τοῦ σώματός ἐστιν ἡ θεραπευτικὴ τέχνη, δύο ἔχουσα τὰ πρῶτα μόρια, σαφῶς ἐδήλωσεν ὁ Πλάτων. ὅτι δὲ τῶν μὲν μορίων αὐτῆς
D ἐστιν ὀνόματα, τῆς δ' ὅλης οὐκ ἔστιν, ὅτι τε καὶ πρὸς τὸ βέλτιστον ἀποβλέπει, καὶ ὡς ἡ εὐεξία τοῦτ' ἔστιν, ἐκ τῶν τοιῶνδε φανερὸν ὧν ἕκαστα ἐν ταὐτῷ διῆλθεν. σῶμά που καλεῖς τι καὶ ψυχήν, πῶς γὰρ οὔ; οὐκοῦν καὶ τούτων οἴει τινὰ εἶναι ἑκατέρου εὐεξίαν; ἔγωγε. τί δέ; δοκοῦσαν μὲν εὐεξίαν, οὖσαν δ' οὔ; οἷον δὴ τοῖον λέγω. πολλοὶ δοκοῦσιν εὖ ἔχειν τὰ σώματα, οὓς οὐκ ἂν ῥᾳδίως αἴσθοιτό τις, ὅτι οὐκ εὖ ἔχουσιν, ἄλλος ἢ ἰατρός τε, καὶ τῶν γυμναστικῶν τις, ἔν τε τοῖς ἑξῆς. ὅτι τε πρὸς τὸ βέλτιστον μὲν ἀποβλέπουσιν οἵδε. πρὸς δὲ αὖ τὸ ἥδιστον, ὁ ὀψοποιός τε, καὶ ὁ κομμωτής, αὐτός γε διεξέρχεται.

E

CAPVT XXXVI.

De vitiosa gymnastica eiusque bono habitu vocato Platonis Hippocratisque sententia.

SEd gymnasticam illam, qua instituuntur athletæ, graui quidem nomine decoratam, sed flagitiosam artem, nondum eousque extra naturæ limites progressam, quousque eam nunc protulerunt, iam verò non optimum finem, sed absolutè virium quibus aduersarij prosternantur, incrementum sibi proponere incipientem, in tertio De republica libro vituperauit in hunc modum disserens. *Profectò per Iouem*, inquit ille, *omnium ferè potissimum; siquidem vltra gymnasticam superuacua ista corporis diligentia producatur: nam & domui gubernandæ, & militiæ, & sedentariis magistratibus in ciuitate gerendis, incommoda est, præcipuum verò ac maximum, quòd ad omnes disciplinas, cogitationes, ac meditationes capessendas, per se ipsam difficilis est, capitis semper aliquas distentiones, at-*

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Λς'.

Περὶ τῆς γυμναστικῆς κακοτεχνίας τε, καὶ τῆς ὀνομαζομένης εὐεξίας αὐτῆς κατὰ τὸν Πλάτωνα, καὶ Ἱπποκράτην.

ΤΗν μὲν γὰρ τῶν τοὺς ἀθλητὰς γυμναζόντων, γυμναστικήν, ὑποδυομένην μὲν ὀνόματι σεμνῷ, κακοτεχνίαν δὲ οὖσαν, οὔπω μὲν εἰς τοσοῦτον ἀποκεχωρηκυῖαν τοῦ κατὰ φύσιν, εἰς ὅσον αὐτὴν νῦν προαγηόχασιν, ἤδη δ' ἀρχομένην, οὐ πρὸς τὸ βέλτιον ἀποβλέπειν, ἀλλ' ἁπλῶς, ὡς ἰσχὺν τῶν ἀντιπάλων καταβλητικήν, ἐν τῷ τρίτῳ τῆς πολιτείας ἐμέμψατο, λέγων
F ὡδί· καὶ μὰ τὸν Δία ἦ δ' ὅς σχεδόν τι γε πάντων μάλιστα, εἴ γε περαιτέρω γυμναστικῆς ἡ περιττὴ αὕτη ἐπιμέλεια τοῦ σώματος· καὶ γὰρ καὶ πρὸς οἰκονομίας, καὶ πρὸς στρατείας, καὶ πρὸς ἑδραίους ἀρχὰς ἐν πόλει δύσκολος. τὸ δὲ δὴ μέγιστον, ὅτι καὶ πρὸς μαθήσεις ἁστινασοῦν, καὶ ἐννοήσεις τε, καὶ μελέτας, πρὸς ἑαυτὸν χαλεπή, κεφαλῆς τινας ἀεὶ διατάσεις, καὶ

ἰλίγγους ὑποπτεύουσα, καὶ αἰτιωμένη ἐκ φιλοσοφίας ἐγγίνεσθαι. ὥστε ὅπη αὕτη, ἀρετῇ, ἀσκεῖσθαι καὶ δοκιμάζεσθαι πάντῃ ἐμποδίζει. κάμνειν γὰρ οἴεσθαι ποιεῖ ἀεί, καὶ ὠδίνοντα μήποτε λήγειν περὶ τοῦ σώματος. ἔτι δὲ σαφέστερον ἐν τοῖς ἑξῆς, ὡς οὐκ ἰσχὺν καταβλητικὴν οἴεται τέλος εἶναι τῆς γυμναστικῆς, ἀλλὰ τὴν πρὸς τὰς κατὰ φύσιν ἐνεργείας χρείαν, ἐνεδείξατο λέγων ὧδε. αὐτά γε μὴν τὰ γυμνάσια, καὶ τοὺς πόνους πρὸς τὸ θυμοειδὲς τῆς φύσεως βλέπων, κἀκεῖνο ἐπεγείρων πονήσει μᾶλλον, ἢ πρὸς ἰσχύν. οὐχ ὥσπερ οἱ ἄλλοι ἀθληταὶ ῥώμης ἕνεκα σιτία, καὶ πότους μεταχειρίζονται. δῆλος οὖν ἐξ ἁπάντων ὁ Πλάτων ἐστίν, τὴν Ἱπποκράτους ἀκριβῶς φυλάττων γνώμην ὑπὲρ τῆς γυμναστικῆς τέχνης ταύτης, ἧς τὸ τέλος ἐστίν, ἡ τῶν ἀθλητῶν εὐεξία: μέμφεται γὰρ αὐτήν, ὡς ἄχρηστον εἰς τὰς πολιτικὰς πράξεις ἁπάσας, ὅπερ ἑνὶ λόγῳ περιλαβὼν ἐκεῖνος, ὧδέ πως ἀπεφήνατο. διάθεσις ἀθλητικὴ οὐ φύσει, ἕξις ὑγιεινὴ κρείσσων. ὅτι δὲ καὶ σφαλερὰ πρὸς ὑγίειαν ἡ μάλιστα κατωρθωμένη διάθεσις αὐτῶν ἐστιν, ἐφ᾽ ἣν σπεύδουσι, καὶ ὡς καὶ τοῦτ᾽ ἐγίνωσκον Ἱπποκράτης τε καὶ Πλάτων, εἴρηται μὲν καὶ δι᾽ ἄλλων.

A que vertigines reformidans, sapientiæque studium eorum ortus causam asserens. *Quare vbi ipsa adest in virtute exerceri, atque probari, vndique impedimentum obijcit: efficit enim vt homo semper se ægrotum opinetur, neque de corporis habitu queri vnquam desinat.* Adhuc inferius euidentius gymnasticæ finem non vires aduersarios prosternentes, sed vsum ad naturales actiones, esse confirmauit ita dicens. *Ipsas quidem exercitationes, ac labores ad irascibilem naturæ partem respiciens illámque excitans, subibit potius quàm virium rationem habens, nec quemadmodum alij athletæ roboris causa cibos, potúsque adhibebit.* Vndique igitur Platonis sententia perspicua est, Hippocratis men- B tem de huiusmodi arte gymnastica exquisitè obseruantis, cuius finis est athletarum bonus habitus; ipsam enim tanquam ad omnia ciuilia negotia inutilem vituperat: quod breui oratione ille complexus ita pronunciauit. *Affectione athletica non naturali salubris habitus melior est:* quòd ipsorum verò maximè excellens affectio, ad quam potissimùm properant, ad sanitatem periculosa est, quódque id Hippocrati Platonique ignotum non fuit, & alibi à nobis dictum est.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΛΖ'.

Τὴν κακοτεχνίαν γυμναστικὴν διὰ λόγων ἐξελέγχει ὁ Γαληνός.

ΟΥ μήν, ἀλλ᾽ ἐπειδή περ ἅπαξ κατέστην εἰπεῖν τι περὶ τῆς μοχθηρᾶς εὐεξίας τε καὶ γυμναστικῆς, ὑπομνησθήσομαι καὶ τούτων, ὡς ἔνι μάλιστα διὰ βραχυτάτων. τῆς ὑγιείας ἐν συμμετρίᾳ τινὶ τεταγμένης, ἀμετρίας ἐστὶ δημιουργὸς ἡ τοιαύτη γυμναστική, πολλὴν καὶ πυκνὴν αὔξουσα σάρκα, καὶ πλῆθος αἵματος, ὡς ἔνι μάλιστα γλισχροτάτου, παρασκευάζουσα: βούλεται γὰρ οὐ τὴν ἰσχὺν αὐξῆσαι μόνον, ἀλλὰ καὶ τὸν ὄγκον τε, καὶ τὸ βάρος τοῦ σώματος, ὥστε καὶ ταύτῃ χειροῦσθαι τὸν ἀνταγωνιστήν. οὐκοῦν ἔτι χαλεπὸν οὐδὲν ἐξευρεῖν, ὡς διὰ τοῦτο ἄχρηστός τε πρὸς τὰς κατὰ φύσιν ἐνεργείας ἐστίν, καὶ ἄλλως σφαλερά. ὅπερ γὰρ ἐν ἁπάσαις τῶν ὄντως τέχναις, ἀγώνισμά ἐστι μέγιστον εἰς ἄκρον ἀφικέσθαι τοῦ σκοποῦ, τοῦτ᾽ ἐν ταύτῃ μοχθηρότατόν ἐστιν, καὶ ὡς φυσικήν τινα διάθεσιν, ἀλλ᾽ ὡς Ἱπποκράτης ἔλεγεν, οὐ φύσει κατασκευαζούσῃ. τὰ μὲν γὰρ τῆς φύσεως ἀγαθά, προϊόντα τε, καὶ ἐπιδιδόντα, καὶ αὐξανόμενα, γίγνεται βελτίω. τὰ δ᾽ οὐ φύσει πάντα, τοσούτῳ χαλεπώτερα, ὅσῳ καὶ μείζω. ὅθεν ἄφωνοί τινες αὐτῶν ἐξαίφνης, ἕτεροι δ᾽ ἀναίσθητοι, καὶ ἀκίνητοι, καὶ τελέως ἀπόπληκτοι γίνονται, τοῦ παρὰ φύσιν ὄγκου τοῦδε, καὶ τοῦ πλήθους ἀποσβέσαντός τε τὴν ἔμφυτον θερμασίαν, ἐμφράξαντός τε τὰς διεξόδους τοῦ πνεύματος. ὅσοι δ᾽ αὖ αὐτῶν τὰ πρᾳότατα πάθωσιν, ἀγγεῖον ῥήξαντες ἐμοῦσιν, ἢ πτύουσιν αἷμα. τοὺς μὲν δὴ τῆς τοιαύτης εὐεξίας δημιουργούς, ὧν ἐστι τὰ θαυμαστὰ ταυτὶ συγγράμματα, νῦν ὑπὸ τῶν τὰ ὦτα κατεαγότων περιφερόμενα, τελέως ἤδη τοῦδε τοῦ γράμματος ἀποδιαπομπησόμεθα. γινώσκεις γὰρ δή που, καὶ σύ, Θρασύβουλε φίλτατε, μηδ᾽ ἀποκρίσεως αὐτοὺς ἀξιουμένους ὑπ᾽ ἐμοῦ. τί γὰρ ἂν καὶ πλέον εἴη, τοῖς χθὲς μὲν καὶ πρώην πεπαυμένοις τοῦ παρὰ φύσιν ἐμπίπλασθαί τε, καὶ κοιμᾶσθαι, τόλμης δ᾽ εἰς τοσοῦτον ἥκουσιν, ὥσθ᾽ ὑπὲρ ὧν, οὐδὲ τοὺς ἱκανῶς ἠσκηκότας ἀκολουθίας τε, καὶ μαχομένων διαγνῶσιν ἔχειν εὐπετῶς ἀποφήνασθαι, περὶ τούτων ἀναισχύντως διατείνεσθαι; τί μάθοιεν ἂν οὗτοι βαθύ, καὶ σοφόν, καὶ ἀκριβὲς ἀκούσαντες θεώρημα; θαυμαστὸν μὲν τ᾽ ἂν ἦν, εἰ τοῖς μὲν

CAPVT XXXVII.

C In gymnasticam vitiosam rationibus Galenus inuehitur.

CÆterùm quoniā semel de hoc nō verè bono habitu, déq; vitiosa gymnastica sermonē institui, & hæc de his quàm paucissimis potero, perstringā. Quum in quadam moderatione sanitas sita sit, huiusmodi gymnastica intemperiē, excessúmque molitur, multam & solidam carnem procreās, sanguinisq; copiā quàm tenacissimi adaugens. Neque enim vires tantū, sed etiam molem pondusque corpori adiicere conatur, vt hac etiam ratione aduersarius opprimi valeat. Neq; igitur amplius repe- D rire difficile est, artē hāc omnibus naturalib. actionibus ideò esse inutilem, & alioqui periculis obnoxiam. Quod enim in omnibus veris artibus maximum studium est ad summum eius quod appetitur peruenire, id in ista pessimum est, quum eum affectum qui ex sententia Hippocratis præter naturam est, tanquā naturalē adipisci contendat. Siquidem naturæ bona, quò procedūt magis, crescūt atq; augentur, eò meliora euadunt; nō naturalia verò omnia tantò deteriora sunt quantò maiora. Vnde istorum nonnulli repente obmutescūt; alij sensum mo- E túmque amittūt ac penitus attoniti fiunt, mole ista præter naturam ac multitudine insitum calorē extinguente, liberúmque spiritui transitum intercludente; quicunque autem ex ipsis mitiora patiūtur, effracto vase sanguinem vomunt aut expuunt. Huiusce igitur boni habitus opifices, quorum hæc mirabilia sunt volumina, quæ à corruptas aures habētibus in præsentia circumferuntur, iam prorsus ab hoc nostro libro ablegemus, si quidem tu quoque, charissime Thrasybule, cognoscis istos neque dignos esse putari vt à me responsionem accipiant. Quid enim istis plus erit qui heri aut nudiustertius F præter naturam crapulari atque dormire desierūt: ad tantúmq; audaciæ peruenerunt, vt de rebus illis temerè impudentérque contendant, de quibus neque illi facilè pronunciare audent, qui iamdiu earum cohærentiā, pugnantémq; naturā assequi studuerunt? Quódnam isti profundum, eruditum, grauéq; præceptū audientes condiscere potuerūt? Mirādū esset medius fidius, si, quū neq; illi omnes qui à primis

à primis pueritiæ temporibus in optimis disciplinis versati sunt, boni contemplationis huiusce iudices esse valeant, illi qui sese in certaminibus ad vincendum exercuerunt, degeneres autem & ibi victoria caruerunt, ac repente gymnastæ effecti sunt, soli mentis acumine præcellent. Atqui vigilia cogitatioque non rudis, magis quàm somnus perspicax ingenium reddunt: idque ab omnibus ferè hominibus, quoniam omnium verissimum est, adagium decantatur,

Crassus venter subtilem mentem non parit.

Forsan igitur puluis adhuc solus sapientiam ipsis comparauit, nam lutum in quo crebriùs volutati sunt, quis sapientiæ conditorem esse arbitretur, & sues cernens in ipso conuolui? at non in latrinis, inter quas quotidie vitam traduxerunt, par est ingenij solertiã procreari, atqui præter hæc nihil aliud ipsi priùs agebant. Omnem enim ipsorum vitam in hoc circo versari conspeximus, aut edentium, aut bibentium, aut dormientium, aut ventrem exonerantium, aut sese in puluere lutóque voluentium.

A ἐκ παίδων ἀσκουμένοις ἐν τοῖς ἀρίστοις μαθήμασιν, οὐχ ἅπασιν ὑπάρχει κριταῖς ἀγαθοῖς εἶναι τῆς τοιαύτης θεωρίας, ὅσοι δ' ἀσκοῦνται μὲν ὡς ἐν ἄθλοις νικᾶν, ἀφυεῖς δὲ ὄντες, κἀκεῖ στεφάνων μὲν ἠτύχησαν, ἐξαίφνης δ' αὖ ἐφάνησαν γυμνασταί, τούτοις ἄρα μόνοις ὑπάρξει νοῦς περιττός. καὶ μὴν ἐγρηγόρσις μᾶλλον, καὶ φροντὶς οὐκ ἀμαθὴς, ἢ ὕπνος, ὀξεῖαν τὸν νοῦν ἀπεργάζονται, καὶ τοῦτο πρὸς ἁπάντων σχεδὸν ἀνθρώπων ᾄδεται, διότι πάντων ἐστὶν ἀληθέστατον,

Παχεῖα γαστὴρ λεπτὸν οὐ τίκτει νόον.

ἴσως οὖν ἡ κόνις ἔτι μόνη, σοφίαν αὐτοῖς ἐδωρήσατο. τὸν μὲν γὰρ πηλὸν, ἐν ᾧ πολλάκις ἐκυλινδοῦντο, τίς B ὑπολάμβανοι σοφίας εἶναι δημιουργὸν, ὁρῶν γε καὶ τοὺς σῦς ἐν αὐτῷ διατρίβοντας. ἀλλ' οὐκ ἐν τοῖς ἀποπάτοις εἰκὸς, ἐν οἷς διημέρευον, ἀγχίνοιαν φύεσθαι, καὶ μὴν παρὰ ταῦτ' οὐδὲν ἄλλο πρότερον ἔπραττον. ὅλον γὰρ ἑωρῶμεν αὐτῶν τὸν βίον, ἐν ταύτῃ τῇ περιόδῳ συστρεφόμενον, ἢ ἐσθιόντων, ἢ πινόντων, ἢ κοιμωμένων, ἢ ἀποπατούντων, ἢ κυλινδουμένων ἐν κόνει τε καὶ πηλῷ.

CAPVT XXXVIII.

De veræ gymnasticæ authoribus, & sub qua parte medicinæ sit.

HIs itaque dimissis (veras enim artes & non vitiosas contemplaturi in hũc sermonem incidimus) legitimæ gymnasticæ authores iam accersamus Hippocratem, Dioclem, Praxagoram, Philotimum, Erasistratum, atque Herophilum, & quicunque alij totam artem ad corpus pertinentem didicerunt. Proximè verò Platonem dicentem audiuisti, eius nullum esse proprium nomen. Ne igitur totius artis corpus curantis vnum nomen quærito neque enim inuenies. Verùm si fortè de ipsa sermonem habere institueris, contentus sis, Platonem imitatus, ita differere: *Vna quum sit corporis curatio, duas eius partes appello, vnam gymnasticen, alteram curatricem: sanorum quidem gymnasticen, ægrorum verò curatricem.* Sed illud magis consideratione dignum, Platonem non salubrem artem curatrici in partitione opposuisse quemadmodum antedicti omnes viri fecerunt: quorum vnius (si placet) meminero, quoniam eius libri passim celebrantur. Inquit igitur Erasistratus in primo De tuenda sanitate: *Neque enim medicus inueniri potest, qui sese ad tractanda salubria contulerit,* Deinde subiungit: *Cruditates enim ab aliquo affectu prouenientes & ipsarum curationes, ad medicatiuam, non ad salubrium tractationem rediguntur.* Deinde iterum progrediens addit: *Si quod verò in corpore vitium extiterit propter quod assumpta semper corrumpentur, atque ita in æquè malos succos ac sunt priores, conuertuntur, huiusmodi affectionem medici est, non tuendæ sanitatis magistri, dissoluere.* Item paulò post: *Præcipere de his, aut has discutere, medicos non salubres decet.* Videtur enim iste non artem quandam solum perinde vt alij omnes, sed etiam eius professorem salubrem appellare, quemadmodum, vt censeo, & medicatiuæ professorem medicum vocat: vt artis corpus curantis, cuius nullum proprium apud Græcos nomen erat, in duas principes partes distributæ, sicut ipsas partes medicatiuam salubremque, ita & earum professores medicum salubremque appellemus. Eodem modo autem & plerique alij medici nominibus vsi sunt.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΛΗ'.

C *Περὶ τῶν ὄντως τῆς γυμναστικῆς τέχνης ἐπιστημόνων, καὶ ἐν τίνι τῆς ἰατρικῆς ἐστι.*

ΤΟύτους οὖν ἀποπέμψαντες, οὐ γὰρ κακοτεχνίας, ἀλλὰ τέχνας ἥκομεν ἐπισκεψόμενοι, τοὺς τῆς ὄντως γυμναστικῆς ἐπιστήμονας ἤδη καλῶμεν, Ἱπποκράτην τε καὶ Διοκλέα, καὶ Πραξαγόραν, καὶ Φιλότιμον, Ἐρασίστρατόν τε, καὶ Ἡρόφιλον. ὅσοι τ' ἄλλοι τὴν ὅλην περὶ τὸ σῶμα τέχνην ἐξέμαθον. ἤκουσας δή που ἀρτίως Πλάτωνος λέγοντος, ὡς οὐδέν ἐστιν ἴδιον ὄνομα. μὴ τοίνυν ζήτει ἓν ὄνομα, κατὰ πάσης τῆς περὶ τὸ σῶμα τέχνης. οὐ γὰρ εὑρήσεις. ἀλλ' εἴπερ ποτὲ καταστάσης ὑπὲρ αὐτῆς D εἰπεῖν, ἀρκείτω σοι Πλάτωνα μιμησαμένῳ, διελθεῖν, ὡς μιᾶς οὔσης τῆς τοῦ σώματος θεραπείας, δύο μόρια λέγω, τὴν μὲν γυμναστικὴν, τὴν δὲ ἰατρικὴν, ὑγιαινόντων μὲν δηλονότι τὴν γυμναστικὴν, νοσούντων δὲ τὴν ἰατρικὴν, ἀλλ' ἐκεῖνο μᾶλλον ἐπισκέψεως ἄξιον· ὅτι μὴ τὴν ὑγιεινὴν τέχνην ὁ Πλάτων ἀντιδιεῖλε τῇ ἰατρικῇ, καθάπερ ἐποίησαν οἱ προειρημένοι πάντες ἄνδρες, ὧν εἰ βούλει μνημονεύσωμεν ἑνὸς, ἐπειδὴ καὶ πρόχειρα πᾶσίν ἐστιν αὐτοῦ συγγράμματα. λέγει τοίνυν Ἐρασίστρατος ἐν τῷ προτέρῳ τῶν ὑγιεινῶν. οὔτε γὰρ ἰατρὸν εὑρεῖν ἐστιν ὅστις δέδωκεν αὐτὸν εἰς τὴν περὶ τῶν ὑγιεινῶν πραγματείαν. εἶτ' ἐφεξῆς. αἱ E μὲν γὰρ περί τι πάθος γιγνόμεναι ἀπεψίαι, καὶ αἱ τούτων θεραπεῖαι εἰς ἰατρικὴν, καὶ οὐκ εἰς τὴν τῶν ὑγιεινῶν πραγματείαν πίπτουσιν. εἶτ' αὖθις, ἔτι προελθών. εἰ δέ τις εἴη φαυλότης περὶ τὸ σῶμα, δι' ἣν τὰ προσφερόμενα αἰεὶ διαφθαρήσεται, καὶ οὕτως εἰς τὴν αὐτὴν κακοχυμίαν τοῖς προϋπάρχουσιν ἥξει, τὴν τοιαύτην διάθεσιν ἰατροῦ, καὶ οὐχ ὑγιεινοῦ, λύειν. εἶτ' ἐφεξῆς. τὸ λέγειν περὶ τούτων, ἢ λύειν ταύτας, ἰατροῖς καὶ οὐχ ὑγιεινοῖς ἐπιβάλλει. φαίνεται γὰρ οὗτος, οὐ μόνον ὑγιεινήν τινα ὀνομάζων τέχνην, ὁμοίως τοῖς ἄλλοις ἅπασιν, ἀλλὰ καὶ τὸν τεχνίτην αὐτῆς, ὑγιεινὸν, ὥσπερ, οἶμαι, καὶ τὸν τῆς ἰατρικῆς ἰατρόν. ἵνα τῆς F περὶ τὸ σῶμα θεραπευτικῆς τέχνης, ἧς οὐδὲν ἦν ὄνομα τοῖς Ἕλλησιν ἴδιον εἰς δύο τὰ πρῶτα τμηθείσης, ὥσπερ αὐτὰς τὰς τέχνας ἰατρικήν τε καὶ ὑγιεινὴν, οὕτως καὶ τοὺς τεχνίτας αὐτῶν ὀνομάζωμεν, ὑγιεινόν τε καὶ ἰατρόν. ὡσαύτως δὲ καὶ ἄλλοι πολλοὶ τῶν ἰατρῶν ἐχρήσαντο τοῖς ὀνόμασιν.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΛΘ'.

Διὰ τί ὁ Πλάτων τὸ ὑγιεινὸν, τὴν γυμναστικὴν ἐκάλεσε.

Ἀλλ' ὡς ἔοικεν, οὔπω κατὰ Πλάτωνα συνηθὲς ἦν τοῖς Ἕλλησιν, οὔτε ὑγιεινὴν τὴν τέχνην, οὔτε τὸν ἐπιστήμονα καλεῖν ὑγιεινόν. οὐδὲ γὰρ οὐδὲ τὸ τοῦ Ἱπποκράτους ὑγιεινὸν, ὑγιεινόν· ἀλλὰ τὸ μὲν περὶ διαίτης ἐπιγέγραπται, τὸ δὲ περὶ ὑδάτων, καὶ ἀέρων, καὶ τόπων. τάχα δ', ὡς ἔφην, οὐδὲ χρείαν εἶναι διαίτης ὁ Πλάτων ἐνόμιζεν τοῖς ὑγιαίνουσιν, ἀλλ' ἀρκεῖν μόνην γυμναστικήν. οὐδὲ γὰρ τὸ ἀναληπτικὸν μόριον, ἢ τὸ προφυλακτικὸν ἴσως ἡγεῖται προσήκειν τῇ γυμναστικῇ. μέσα γὰρ, ὡς ἔφην, αὐτὰ τεταγμένα, δυνατόν ἐστιν, ὁποτέρῳ τις βούλεται προσνέμειν. ἀλλ' εἰ καὶ ταῦτά τις ἰατροῖς ἐπιτρέψειεν, ὀλίγον ἐστὶ τὸ ὑγιεινὸν, ἀέρων τε πέρι, καὶ ὑδάτων, καὶ χωρίων, καὶ γυμνασίων, καὶ σιτίων ἐπισκοπούμενον. καίτοι γε οὐδὲ περὶ σιτίων ἁπάντων, ἀλλ' ὅσα τοῖς ὑγιαίνουσιν ἁρμόττει μόνον. τάχα δ' ἐπεὶ καὶ τὰ τῶν ἀέρων τε, καὶ χωρίων, καὶ ὑδάτων ἔφθανεν ἤδη γιγνώσκεσθαι τοῖς ἰατροῖς, ὡς ἂν καὶ πρὸ τοῦ τοῦ θεραπευτικοῦ μορίου συστάντος, οὐδὲν ἔτι προσεπιμαθεῖν αὐτῶν ἐνέλιπεν, εἰς τὸ μὴ μόνον ἰατροῖς, ἀλλὰ καὶ ὑγιεινοῖς γίγνεσθαι, πλὴν τῆς περὶ τὰ γυμνάσια τέχνης. οὐκοῦν οὐδὲ ἀπεικὸς, οὐδ' ἀπὸ μόνου τοῦ προσαγορευθέντος, ὄνομα ἀξιῶσαι τὸ σύμπαν. ἀλλὰ τοῦτο μὲν ὑπὲρ ὀνόματός ἐστιν, οὐ περὶ πράγματος σκοπεῖται.

CAPVT XXXIX.

Cur Plato salubrem medicinæ partem gymnasticam dixerit.

A Cæterùm, vt videtur, Platonis temporibus nondum Græci aut artem ipsam, aut eius professorem salubrem appellare consueuerant. Neq; enim Hippocratis liber salubris, salubris inscribitur, sed alter de ratione victus, alter de aquis, aëre, & locis inscribitur. Forsitan autem (vt proximè retuli,) neque sanis opus esse ratione victus Plato opinabatur, sed ipsis gymnasticam solam sufficere, neque enim instauratiuam partem aut præseruatiuam, ad gymnasticam fortasse pertinere existimabat: medias enim ipsas (vt dixi) collocatas vtri volueris, adiicere potes. Quòd si & ipsa medicatiuæ adiungas, exigua erit salubris portio de aëre, aqua, locis, exercitationibus, cibísque tantum considerans; atqui neque de cibis omnibus, sed de illis tantum qui ad secunda fruentes valetudine pertinent. Quin etiam fortasse, quum aëris, regionum, aquarúmque notitiam medicus præoccupasset, vtpote curatiua parte ante constituta, nihil amplius de ipsis non solùm medicis, sed etiam salubribus instituendis, præter artem exercitationum rationem tradentem discendum superat. Quamobrem neque absurdum fuit & à parte nomen habente totum appellari. Verùm hæc de nomine est, non de re disputatio.

B

C

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Μ'.

Ὅπως δεῖ τὴν ἰατρικὴν διαιρεῖν ὀρθῶς.

Καὶ εἴ τις, ὅπερ καὶ πρόσθεν εἶπον, αὐτὸ δὴ τοῦτο γιγνώσκων, ὅτι μὴ καὶ περὶ πράγματος ὁ λόγος, ἀλλ' ὀνόματός ἐστιν, ἐμὲ κελεύσειεν ἀποφαίνεσθαί τι καὶ περὶ τοῦδε, βέλτιον ὀνομάζειν ἐρῶ τοὺς δύο τὰ πρῶτα μόρια φάσκοντας τῆς ὅλης τέχνης, ὑγιεινόν τε καὶ θεραπευτικὸν, εἴ γ' ἐν ταῖς μεθόδοις ταῖς διαιρετικαῖς ἐμάθομεν ἀντιδιαιρεῖν ἀλλήλοις ὁμογενῆ πράγματα. τῷ γὰρ, εἰ τύχοι, τῶν ζώων εἰπόντι, τὰ μὲν ἀέρια, τὰ δ' ἔνυδρα, προσθεῖναι τούτοις τὰ λογικὰ, προφανῶς ἄτοπον. ἡ μὲν γὰρ προτέρα διαίρεσις, ἔμπυρά τε καὶ ἔγγεια προσδεῖσθαι ποθεῖ· ταῦτα γὰρ ἀνάλογόν ἐστι τοῖς ἐναερίοις τε καὶ ἐνύδροις. ἡ δ' αὖ δευτέρα, τοῖς λογικοῖς ἀντιδιαιρεῖσθαι βούλεται τὰ ἄλογα, κατὰ ταὐτὰ δὲ, καὶ τῷ μὲν θνητῷ, τὸ ἀθάνατον· ἀγρίῳ δὲ, τὸ ἥμερον· καὶ πεζῷ, τὸ πλωτὸν καὶ τὸ πτηνόν. ἐσχάτη γὰρ ἀτοπία τῶν ζώων, εἰ τύχοι, τὰ μὲν ἀθάνατα λέγειν εἶναι, τὰ δὲ πεζὰ, τὰ δὲ δίποδα. κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν τρόπον, ἐπὶ τῆς περὶ τὸ σῶμα τέχνης, εἴ τις ἐθέλοι τέμνων, ἐξευρίσκειν τὰ μόρια, τὸ μὲν τοὺς νοσοῦντας ἰώμενον, ἰατρικῆς τέχνης λεχθήσεται, τὸ δὲ τῶν ὑγιαινόντων, προνοούμενον ὑγιεινῆς. καὶ τούτου γ' ἔτι κάλλιον, ὡς ἡμεῖς ἔμπροσθεν ἐλέγομεν. τῆς περὶ τὸ σῶμα τέχνης ἐπανορθωτικῆς τινος οὔσης, τὸ μὲν κατὰ μεγάλα τὴν ἐπανόρθωσιν ποιούμενον, ἰατρικόν τε καὶ ἰατρικὴ ὀνομασθήσεται, τὸ δὲ κατὰ σμικρὰ, καὶ διὰ τοῦτο λανθάνον, εἰ τὴν ἀρχὴν ἐπανορθοῦται, φυλακτικόν. ἔτι δὲ κάλλιον ὀνομάσεις ἀπὸ τῶν ὑλῶν αὐτὰ, νοσερὸν μὲν τὸ ἕτερον, ὑγιεινὸν δὲ θάτερον. εἰ δ' αὖ πάλιν ἐθέλοις τέμνειν τὸ ὑγιεινὸν, ἢ φυλακτικὸν, εἴρηται γὰρ ὡς ἑκατέρως ἐγχωρήσει προσαγορεύειν, ἀπὸ μὲν τῆς ὑποκειμένης ὕλης, εἰς τρία τεμεῖς, ὡς ἔμπροσθεν εἴρηται, τό τ' ἀναληπτικὸν ὀνομαζόμενον, καὶ τὸ κατ' εἶδος ὑγιεινὸν, καὶ πρὸς τούτοις τὸ εὐεκτικόν. ὑποβέβληται γὰρ

CAPVT XL.

Quomodo sit rectè medicina partienda.

At si quispiam (quod & supra posui) id ipsum perspiciens non de re, sed de vocabulo institutum esse sermonem, me & de hoc aliquid dicere

D præcipiat, melius eos facere dixero, qui duas totius artis principes partes, salubrem curatiuámque appellant; quandoquidem in diuidendi methodis didicimus eiusdem generis res per opposita membra partiri. Exēpli namq; gratia de animalibus dicens alia esse aërea, alia aquatilia, si addat, alia rationabilia, perabsurdum euidenter faceret: nam prior partitio ignea, terrestriáque adiici postulat, hæc enim proportione aëriis aquatilibúsque respondent; rursus autem secunda in diuidendo rationalibus irrationalia opponi requirit, ac eadem ratione mortali quidem immortale; fero mansuetum; pedestri, volucre natatileque opponitur: extremæ namque ab-

E surditatis est animalium aliqua immortalia esse dicere, aliqua pedestria, aliqua bipeda. Ad eundem sanè modum in arte quæ circa corpus occupatur siquis eam partiens inuenire partes quęrat, & ægros curantem, medicatiuam; sanis consulentem, salubrem appellabit. Quinimò etiam melius, vt & nos antea dicebamus ars corporis curā habens emendatrix quum sit, qua parte magna vitia corrigit, medicatiua seu medicatrix nominabitur; qua verò exiguas noxas tollit, ideóque præ exiguitate, num etiam ab initio corrigat sensum subterfugiens, conseruatrix dicetur: quin etiam aptius à materiis,

F has partes morbidam vnam, salubrem alteram appellaueris. Quòd si rursus velis salubrem, seu conseruatiuam partiri (vtroque enim modo licere appellare dictum est) à subiecta ipsam materia in tria diduces, vt supra retulimus, in analepticen dictam, & in salubrem secundum speciem, præterea & in boni habitus effectricem; nam singulis

singulis dictis partibus propria materia subiicitur, vni secundum habitudinem valens corpus, alteri secundum habitum, tertiæ bono habitu præditum; accidit enim ipsa corpora eodem cum partibus artis nomine appellari. Quod si secundum auxiliorum materias artem hanc salutarem conseruatricémque distribuas, in quatuor partes secabitur, vna siquidem in assumptis; altera in iis quæ fiunt; tertia in iis quæ euacuantur; quarta in forinsecus occursantibus versatur; per hæc enim sanitas custoditur. Pars igitur salubris artis in iis quæ euacuantur versans, potionumque ad sanitatis custodiam pertinentium scientia est; quæ verò in iis quæ euacuantur, sudores, deiectiones, vrinas, in vniuersumque omnia quæ corpus nostrum excernere debet, considerat; quæ exterius incidentium est, aërem, aquam, salsuginem, mare, oleum, aliaque huiusmodi omnia speculatur. At quarta pars artis quæ superest, in iis quæ aguntur posita, exercitationibus, appellatisque studiis, continetur: expergefactio namque & vigilia, somnus, venus, ira, curæ, lauatio, ex hoc genere sunt. Atque singulorum enumeratorum salubrium quantitas, qualitas, occasio dignoscenda est.

A ἡ ἴδιος ἑκάστῳ τῶν εἰρημένων ὕλη, τῷ μὲν, τὸ κατὰ σχέσιν ὑγιαῖνον σῶμα, τῷ δὲ, τὸ καθ' ἕξιν, τῷ τρίτῳ δὲ, τὸ καλούμενον εὐεκτικόν. συμβέβηκε γὰρ ὁμωνύμως λέγεσθαι τοῖς μορίοις τῆς τέχνης αὐτὰ τὰ σώματα. κατὰ δὲ τὰς ὕλας τῶν βοηθημάτων, εἴπερ ἡ τομή σοι γένοιτο, τετραχῇ διαιρήσεις τὴν φυλακτικήν τε, καὶ ὑγιεινὴν ταύτην τέχνην. ἔσται γὰρ αὐτῆς, ἡ μὲν, ἐν προσφερομένοις, ἡ δὲ ἐν ποιουμένοις, ἡ δὲ ἐν κενουμένοις, ἡ δὲ ἐν τοῖς ἔξωθεν προσπίπτουσιν ἀναστρεφομένη· διὰ τούτων γὰρ ἡ ὑγίεια φυλάττεται. τὸ μὲν οὖν ἐν τοῖς προσφερομένοις, τῆς ὑγιεινῆς τέχνης μέρος, ἐδεσμάτων τ' ἐστὶ, καὶ πομάτων ἐπιστήμη, τῶν εἰς ὑγιείας φυλακὴν ἀνηκόντων, τὸ δ'
B ἐν τοῖς κενουμένοις, ἱδρώτων τε καὶ διαχωρημάτων, οὔρων τε καὶ ὅλως ἁπάντων τῶν ἐκ τοῦ σώματος ἡμῶν ἐκκενοῦσθαι δεομένων. τὸ δὲ τῶν ἔξωθεν προσπιπτόντων, ἀέρος, ὕδατος, ἅλμης, θαλάττης, ἐλαίου τῶν τε ἄλλων ἁπάντων τῶν τοιούτων. ἔτι δὲ τὸ τέταρτόν τε καὶ λοιπὸν, ὅπερ ἐν τοῖς ποιουμένοις ἐτέτακτο μέρος τῆς τέχνης, ἐν γυμνασίοις ἐστὶ, καὶ τοῖς καλουμένοις ἐπιτηδεύμασιν. καὶ γὰρ ἐγρήγορσις, καὶ ἀγρυπνία, καὶ ὕπνος, καὶ ἀφροδίσιά τε, καὶ θυμὸς, καὶ φροντὶς, καὶ λουτρὸν, ἐκ τούτου τοῦ γένους ἐστὶν, καὶ χρὴ διαγινώσκειν, τῶν ὑγιεινῶν ἑκάστου, τῶν εἰρημένων, ποσότητά τε, καὶ ποιότητα, καὶ καιρόν.
C

CAPVT XLI.

Quænam vera ars gymnastica dicenda sit, quæ vitiosa.

QVantula igitur salubris artis pars est de exercitationibus scientia? rectius enim puto gymnastica ars appellabitur, quæ omnium exercitationum facultatis cognitio est. Nam quæ ad palæstram solùm pertinent, cognoscere perquàm exiguum est, omnibúsque mortalibus minimè vtile. Quandoquidem nauigare, fodere, metere, iaculari, currere, saltare, equitare, venari, armis certare, ligna findere, baiulare, & agrum colere, omniáque alia secundum naturam facere, quàm lucta exerceri, melius est. Vnde tibi iam intueri licet non modò salubris artis portiunculam esse gymnasticam, sed etiam gymnasticæ minimam esse particulam luctandi studium, huicque cognata athletarum professio, & affectionis cuiusdam non naturalis effectiua, vitiosámque artem sibi propositam habens, optimum quidem boni habitus finem præ se ferentem, sed omnia alia potius quàm bonum habitum producentem. At huius improbæ artis isti miserè luctati repente scientissimi euaserunt; veræ autem legitimæque gymnasticæ Hippocrates, & nuper cum ipso enumeratus illustrium virorum cœtus peritus est. Quemadmodum verò ad curatiuam partem pertinentia non ritè omnia ab omnibus simul tradita sunt, perinde & de exercitationibus non vera omnia præcepta tradidere; verùm in præsentia perperam de ipsis loquutos castigare propositum non est, sed gymnasticæ nomen declarare, quòd scilicet hæc facultatum in exercitationibus positarum, quemadmodum & medicamentaria facultatum in medicamentis repertarum, scientia quædam est: ambæ enim hæ partes à materiis denominationem sortitæ sunt, sicut & aliæ quas paulò ante recensui.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΜΑʹ.

Ἥτις ὄντως γυμναστική, ἥτις κακοτεχνία τῶν γυμναστικῶν.

ΠΟλλοστὸν οὖν μέρος γίνεται τῆς ὑγιεινῆς τέχνης ἡ περὶ τῶν γυμνασίων ἐπιστήμη; δικαιότερον γὰρ, οἶμαι, καλεῖν ἐστὶ γυμναστικὴν τέχνην, ἥτις ἂν ἐπιστήμη τῆς ἐν ἅπασι τοῖς γυμνασίοις ᾖ δυνάμεως, ὡς τό γε περὶ τὴν κατὰ τὴν παλαίστραν ἐπίστασθαι μόνον, ἐλάττως πω μικρόν ἐστι, καὶ πᾶσιν ἥκιστα χρή-
D σιμον. ἐρέσσειν οὖν ἄμεινόν ἐστι, καὶ σκάπτειν, καὶ θερίζειν, καὶ ἀκοντίζειν, καὶ τρέχειν, καὶ πηδᾷν, καὶ ἱππάζεσθαι, καὶ κυνηγετεῖν, ὁπλομαχεῖν τε, καὶ σχίζειν ξύλα, καὶ βαστάζειν, καὶ γεωργεῖν, ἅπαντά τε τ' ἄλλα κατὰ φύσιν ἐργάζεσθαι κρεῖττον, ἢ κατὰ παλαίστραν γυμνάζεσθαι. καί σοι πάρεστιν ἤδη σκοπεῖν, οὐ μόνον ὅτι πολλοστόν ἐστι μόριον ὑγιεινῆς τέχνης ἡ γυμναστικὴ, ἐλάχιστον δ' αὖ πάλιν ἐστὶ τῆς γυμναστικῆς, τὸ περὶ τὴν κατὰ παλαίστραν μόριον, ὅτι τε τούτῳ παράκειται τὸ τῶν ἀθλητῶν ἐπιτήδευμα, καὶ διαθέσεώς τινος ἀπεργαστικὸν, οὐ φύσει, καὶ
E κακοτεχνίαν ἐπιστατοῦσαν ἔχον, ἀποδυομένην μὲν τέλει χρηστῷ τῆς εὐεξίας, ἄλλο δ' ἔτι μᾶλλον, ἢ εὐεξίαν ἐργαζόμενον, ἀλλὰ ὅτι τῆς μὲν τοιαύτης κακοτεχνίας οἱ δυστυχῶς ἀθλήσαντες, ἐξαίφνης ἐπιστήμονες ἀναφαίνονται. τῆς δ' ὄντως γυμναστικῆς, Ἱπποκράτης καὶ ὁ προειρημένος ἅμ' αὐτῷ χορὸς, ἐπιστήμων ἐστίν. ὥσπερ δ' ἐν τοῖς κατὰ ἰατρικὴν, οὐχ ἅπασιν ὀρθῶς ἅμα εἴρηται πάντα, κατὰ τὸν αὐτὸν τρόπον, οὐδὲ περὶ γυμνασίων. ἀλλὰ νῦν οὐ πρόκειται διελέγχειν τοὺς κακῶς ὑπὲρ αὐτῶν ἐγνωκότας, ἀλλ' ἐξηγεῖσθαι τοὔνομα τῆς γυμναστικῆς. ὡς ἔστιν ἐπιστήμη τις ἥδε τῶν ἐν γυμνασίοις δυ-
F νάμεων, ὥσπερ ἡ φαρμακευτικὴ, τῶν ἐν φαρμάκοις. ἄμφω γὰρ ταῦτα τὰ μόρια, τὴν κλῆσιν ἀπὸ τῶν ὑλῶν ἔσχηκεν, ὁμοίως τοῖς ἄλλοις, οἷς ὀλίγον ἔμπροσθεν εἶπον.

A

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΜΒ΄.

Διελέγχει τὴν κακὴν τῆς ἰατρικῆς διαίρεσιν.

Καὶ δῆλον ὡς ὅσοι τὴν γυμναστικὴν ἀντιδιαιροῦσι τῇ ἰατρικῇ, κακῶς γινώσκουσιν. ἡ μὲν γὰρ ἀπὸ τῆς ὕλης, ἡ δ᾽ ἀπὸ τῆς καθόλου τε, καὶ γενικῆς ἐνεργείας ὠνόμασται. πρῶται μὲν γάρ εἰσιν αἱ κατὰ μέρος ἐνέργειαι, καθῆραι δ᾽ ἐλλεβόρῳ, καὶ σκαμμωνίᾳ, εἰ τύχοι, καὶ τεμεῖν φλέβα, καὶ ὀστοῦν ἐκκόψαι, καὶ ἀσιτῆσαι προστάξαι, καὶ δοῦναι τροφήν. ἐπ᾽ αὐταῖς δ᾽ ἕτεραι γενικώτεραί τε, καὶ ἤδη καθόλου, φαρμακεῦσαι, καὶ χειρουργῆσαι, καὶ διαιτῆσαι, καὶ τούτων ἁπασῶν κοινὴ τὸ ἰᾶσαι, καθάπερ οἶμαι πάλιν, ἐπὶ ταῖς περὶ τὰ ὑγιαίνοντα γιγνομέναις ἐνεργείαις ἁπάσαις, κοινὴ ἡ φυλακή, καὶ ὅστις ἀντιδιαιρεῖται τῷ ἰατρικῷ τὸ φυλακτικόν, ὁμογενῶν ποιεῖται τὴν ἀντίθεσιν. ἄμφω γὰρ ἀπὸ τῆς ἐνεργείας ὠνόμασται, καθάπερ αὖ πάλιν ἀπὸ τῆς ὑποκειμένης ὕλης, τό γε νοσερόν, καὶ ὑγιεινόν. ἀπὸ δὲ τῆς τῶν βοηθημάτων ὕλης, τό τε φαρμακευτικὸν ὠνόμασται, καὶ τὸ γυμναστικόν. τὸ μὲν γὰρ τοῦ νοσεροῦ τε καὶ ἰατρικοῦ μέρος ὑπάρχει, τὸ δὲ τοῦ ὑγιεινοῦ τε, καὶ φυλακτικοῦ.

CAPVT XLII.

Reprehendit malam medicinæ diuisionem.

Atque hinc eos malè sentire constat, qui in diuidenda tota arte, gymnasticam medicatiuæ opponunt; illa namque a materia, hæc à generali communique actione appellationem habet, nam primæ actiones singulares sunt, veratro, aut scammonio, exempli causa purgare, venam aperire, os exeidere, inediam indicere, cibum exhibere; post has aliæ cōmuniores ac iam vniuersales, medicari, manus opera vti, rationem victus instituere, omnibusque istis commune mederi. Quemadmodū, vt
B puto, iterum actionibus circa sana corpora accōmodatis omnibus communis est conseruatio; ac quisquis per diuisionem medicatiuo cōseruatiuum opponit, cognatorū oppositionem facit: vtrumq; enim ab actione nominatū est; quemadmodū rursum à subiecta materia morbosum atq; salubre: ab auxiliorū autē materia medicamentarium ac gymnasticū, hoc est exercitatoriū; illud enim morbosi, & medicatiui pars est, hoc salubris & conseruatiui.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΜΓ΄.

C

Περὶ ἀναλογίας τῶν ὑπηρετουσῶν τε, καὶ τῶν ἀρχιτεκτονικῶν τεχνῶν.

Προσέχειν δ᾽ ἐνταῦθα τὸν νοῦν χρή, μή πη λάθωμεν τὸν αὐτὸν ἀποδείξαντες τῷ γυμναστικῷ, τὸν ἐπιστάτην τοῦ παλαίσματος, καὶ μόριόν τι ποιήσαντες ὅλης τῆς γυμναστικῆς, τὴν ὡς ἂν εἴποι τις παλαιστρικήν. ὁ γὰρ ἐπιστάμενος, τά τε παλαίσματα σύμπαντα, καὶ τὰς τρίψεις ἁπάσας καλῶς ἐργάζεσθαι τὰς κατὰ μέρος ἐνεργείας, ἀνάλογόν ἐστιν σιτοποιῷ, καὶ μαγείρῳ, καὶ οἰκοδόμῳ, δημιουργεῖν μὲν ἐπισταμένοις, ἄρτους τε, καὶ ὄψα, καὶ οἰκίας, οὐ μὴν ἐπαΐουσί γ᾽ οὐδέν, οὐδὲ γινώσκουσιν, ὅ, τί τε, χρηστὸν
D ἐν αὐτοῖς, καὶ μὴ χρηστόν, ἢν τινα τε δύναμιν ἔχον ἕκαστον αὐτῶν ἐστὶ πρὸς ὑγίειαν. ἡ μὲν οὖν προνοουμένη τοῦ σώματος ἡμῶν, τέχνη μία, καθάπερ εἴρηται πολλάκις. αἱ δ᾽ ἄλλαι, τὰς ὕλας ταύτῃ παρασκευάζουσιν. οὔτε γάρ, οἷς ἄμεινόν ἐστιν ὑποδεδέσθαι μέν, καὶ ἀνυποδέτοις εἶναι, σκυτοτόμος οἶδεν, οὔτ᾽ οἷς ὑποδεδέσθαι μέν, ἀλλὰ ποῖον, ἢ ποῖον ὑπόδημα. τοῦτο μὲν γὰρ Ἱπποκράτης γιγνώσκει. καὶ κελεύει γε τοῖς δέ τινι φορεῖν ἀρβύλας τὰς πηλοπατίδας, οὐ μὴν αὐτός γε δημιουργήσει τὰς ἀρβύλας, οὐ μᾶλλον, ἢ ὁ στρατηγὸς τὸ κράνος, καὶ τὸν θώρακα, καὶ τὸ δόρυ, καὶ τὴν ἀσπίδα, καὶ τὴν μάχαιραν, καὶ τὰς κνημῖδας. οὐδὲ γὰρ ὁ οἰκοδόμος
E οἶδεν, ὑψηλῆς περὶ καὶ ταπεινῆς οἰκήσεως, οὐδ᾽ ἐπὶ πρὸς ἀνατολήν, ἢ δύσιν ἐστραμμένης, οὐδέ γε τῆς πρὸς βορρᾶν τε, καὶ ψυχρᾶς, ἢ νοτίου, καὶ θερμῆς, οὐδὲ σκοτεινῆς, ἢ φωτεινῆς, οὐδὲ καταγαίου τε, καὶ ὑπερῴου, καὶ νοτερᾶς, καὶ ξηρᾶς, ἀλλ᾽ ὅλως ἀγνοεῖ, τίνα μὲν ὠφέλειαν ἕκαστον τούτων ἔχει, τίνα δὲ βλάβην, ὥσπερ γε καὶ ὁ σιτοποιός, οὐκ οἶδεν, ὅτῳ χρὴ καθαρὸν ἄρτον διδόναι, καὶ ὅτῳ συγκόμιστον, οὐδὲ ὅτῳ πολύν, ἢ ὀλίγον, οὐδ᾽ ἐν ὅτῳ καιρῷ. κατασκευάζει μέντοι καλῶς αὐτούς. ὡσαύτως δὲ καὶ ὁ μάγειρος, ἢ φακῆν, ἢ πτισάνην, ἢ χόνδρον, ἢ τεῦτλον, ἢ τι τῶν ἄλλων ἐπίσταται σκευάζειν, οὐκ εἰδὼς οὐδενὸς αὐτῶν τὴν δύναμιν, αἱ μὲν δὴ
F τοιαῦται τέχναι, τὰς ἁπάσας ὕλας παρασκευάζουσι τῇ θεραπευτικῇ τοῦ σώματος, ὥσπερ αὐταῖς ταύταις ἕτεραι, τῷ μὲν σιτοποιῷ, τοὺς πυροὺς ὁ γεωργός, καὶ κλίβανον ὁ ἰπνοπλάστης, καὶ ὁ ὑλοτόμος τὰ ξύλα, καὶ ὁ τέκτων τὴν ἄβακα, τῷ τέκτονι δ᾽ αὐτῷ πάλιν ἄλλος μὲν ἀξίνην, ἄλλος δὲ σταθμήν, ἄλλος δ᾽ αὖ τὰ ξύλα.

CAPVT XLIII.

De proportione artium seruientium, & dominantium.

Cæterùm hoc loco diligēter mētis acies exercitanda est, ne gymnasticū palæstræque præfectum eundē nos efficere; totiusq; gymnasticæ partem quandam luctatoriā (vt ita dicam) constituere nos prætereat, quandoquidem & qui luctæ & frictionum omnes singillatim actiones ritè obire valeat, iste panifici, coquo, ædificatori proportione respondet, facere quidē panes, obsonia, ædes sciētibus, minimè tamē, quod in ipsis optimū sit, quid
D non optimum intelligentibus, quámve facultatem ipsorum vnumquodque ad sanitatem habeat, non dignoscentibus. Nempe ars quæ corpus humanum curat, vt crebrò ante repetitū fuit, vna est, aliæ verò huic materias comparant; neque enim alutarij cerdones, quibus calceatis, quibus sine calceis ambulare melius sit, nouerunt; sed neque quibus calceis vti quidem melius est, quo tamē calceorum genere vti debeant, compertum habent. Id autem Hippocrati haud ignotum est: cuidam enim arbylis lutum calcantibus calceari præcepit, non tamen ipse arbylas conficeret. Quemadmodum neque imperator galeam, loricam, hastam, clypeum, gladium, aut
E ochreas conderet. Præterea neque ædificator de excelsa, aut humili domo quicquam nouit, aut de conuersa ad occidentem, aut orientem, aut ad aquilonem vergente, & frigida, aut ad austrum, & calida, aut tenebricosa, aut illustri, aut de humili eius parte, siue superiore, aut de humida, vel sicca, sed quam vtilitatem ista singula, quámve noxam afferant, prorsus ignorat. Perinde vt panifex etiam, cuinam purissimus panis, cui furfuraceus, cui multus aut paucus, quóve tempore sit dandus, ignorat, ipsos verò panes egregiè conficit. Eadem ratione & coquus lentē, hordeum, alicam, betam, aut aliorum aliquid, nullius ipsorum vires cognoscēs, esui
F tamen apta reddere peritus est. Id genus artes materias omnes arti corporis curatrici subministrant, quemadmodum his ipsis aliæ, panifici quidem frumentum agricola, furnum furnifex, arborū succisor, ligna; faber lignarius abacū, fabro lignario autē ipsi rursū alius asciā, amussim alius, item alius ligna;

at alutario cerdoni itidem cultrum fabrilis ars, coria pellium concinnatrix, pedis effigiem lignaria; ædium quoque structori sculptores lapicidæ, laterum figuli, & fabri lignarij, illi quidem lapides, isti lateres, hi verò ligna idonea præparant. Omnes igitur id genus artes mutua ope indigent, & perfectioribus materias ipsas ex quibus finem assequuntur, suppeditant; & instrumenta optima per quæ illas odornant, efficiunt.

A καὶ σκυτοτόμῳ δὲ κατὰ ταῦτα, τὴν μὲν σμίλην, ἡ χαλκευτική, τὰ σκύτη δὲ βυρσοδεψική, τὸν καλόποδα ἡ τεκτονική· καὶ οἰκοδόμῳ δὲ λατύποι τε, καὶ λιθοτόμοι, καὶ πλινθουργοὶ, καὶ τέκτονες, οἱ μὲν λίθους, οἱ δὲ πλίνθους, οἱ δ' ἐπιτήδεια ξύλα παρασκευάζουσιν. αἱ μὲν οὖν τοιαῦται τέχναι σύμπασαι, προσδέονταί τε ἀλλήλων καὶ παρασκευάζουσι ταῖς τελεωτέραις, τάς θ' ὕλας αὐτὰς ἐξ ὧν ἐργάζονται τὸ τέλος, ὄργανά τε χρηστὰ, δι' ὧν ἐκείνας κοσμοῦσιν.

CAPVT XLIV.

Quomodo aliis artibus medicina præsit.

OMnibus his autẽ, ceu quædã architectonica ars, corporis curatiua præsidet: siquidẽ ædificatoriȩ vt tales quasdam ædes extruat, præcipit; cerdonicæ, calceum; panifici, panem; culinariæ, obsonium; aliísque singulis vt quæque apta est, quid actura sit imperat. Sed huiusce artis corpus curantis, salubris appellata pars est, cuius quadripartitò diuisȩ partis vnius gymnastica pars est. Ea igitur tot artiũ veluti quædam princeps habetur, equestri sanè quando equitare oporteat, venatoriæ similiter, & vniuersim cuilibet alij animalia captanti, quum ipsarum vsus postulat, modum, occasionem, qualitatémque demonstrans; haud absimili ratione & fodientibus, & metentibus, & ligna cædentibus, & nauigantibus, & saltantibus, & quodcunque aliud agentibus præsidens ipsa dominatur, atque imperat.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΜΔ'.

B Ὅπως ταῖς ἄλλαις τέχναις ἐφέστηκεν ἡ ἰατρική.

ΑΠάσαις δ' αὐταῖς ἐφέστηκεν, οἷον ἀρχιτεκτονική τις, ἡ θεραπευτικὴ τοῦ σώματος, καὶ κελεύει τῇ μὲν οἰκοδομικῇ τοιάνδε τινὰ τὴν οἰκίαν, τῇ δὲ σκυτοτομικῇ τὸ ὑπόδημα, καὶ τῇ μὲν σιτοποιητικῇ τὸν ἄρτον, τῇ δ' αὖ μαγειρικῇ τοὔψον, ἑκάστῃ τε τῶν ἄλλων, ὡς ἑκάστη πέφυκεν. ἀλλὰ ταύτης τῆς περὶ τὸ σῶμα θεραπευτικῆς, ἡ ὑγιεινὴ μόριον ἦν, καὶ ταύτης τετραχῇ τεμνομένης, ἑνὸς τῶν μορίων ἦν γυμναστικὸν μόριον. αὕτη τοίνυν, οἷον ἀρχιτεκτονική τίς ἐστιν, τοσῶνδε τεχνῶν, ἱππευτι-
C κῆς μὲν, ὅταν ἱππάζεσθαι δέῃ, διδάσκουσα μέτρον καὶ καιρὸν καὶ ποιότητα, κυνηγετικῆς δὲ, καὶ συμπάσης θηρευτικῆς, ὅταν αὖ τούτων ἡ χρεία καλῇ, κατὰ ταῦτα δὲ ταῦτα καὶ σκαπτόντων, καὶ θεριζόντων, καὶ ὑλοτομούντων, καὶ ἐρεσσόντων, καὶ ὀρχουμένων, καὶ πάντων ὁτιοῦν ἐνεργούντων ἐπιστατεῖ τε καὶ ἄρχει καὶ προστάττει.

CAPVT XLV.

De arte Pædotribica.

VNa quædã inter id genus artes & illa est quæ in luctationibus versatur: appellemus autem eam, si lubet, Pædotribicã. Hęc enim eorum nihil intelligẽs quæ ad vtilitatem noxámque corporis faciunt, decentes, varias, sternendi vim habẽtes, facilésq; ac minimo labore apprehensiones simul ac motiones, haud minùs quàm saltatoria, comperit. Verũ hæc corporis curationẽ non vsurpat: at ista Pædotribica, nescio quomodo, præ nimia sẽsus hebetudine, veluti seruus attonitus, in optimum herum, gymnasticã scilicet insurgit. Quemadmodũ si quis grauis armaturæ miles, aut eques, aut sagittarius, aut funditor, aut iaculator, Imperatori aciẽ struenti, armanti, & in prȩliũ educenti, rursúmque receptui canẽti, pertinax aduersetur: insaniret enim & iste si Imperatorem ad priuatas actiones prouocãs atque lacessens, in iísque præstantior inuẽtus, aut communicari sibi Imperium dignum putaret, aut suam ipsius artẽ imperatoriæ partem existimaret: nihilo secius, arbitror, & Pædotriba insaniat, aut gymnasticã scire se, aut eius partẽ possidere sibi si persuaserit, quum minister tantũ sit: vt enim miles artis imperatoriæ, sic Pædotriba gymnasticæ minister est, ipsa namq; quatenus exercet, exercitatoriæ; quatenus verò luctãdi artem exercet, alterius cuiusdam professionis minister est, quam ego prostratoriam appello. Non solũ autẽ eos ita appellant qui athletas exercent, sed etiam gymnastas; nihilominus secũdum rei veritatẽ aliud est ars Pædotribica, quẽadmodum sagittatoria; prostratoria verò qualis est imperatoria; at gymnastica, qualis est medicina duabúsque artibus præpositis hæ singulæ deseruiunt.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΜΕ'.

Περὶ τῆς παιδοτριβικῆς τέχνης.

D ΜΙα τῶν τοιούτων ἐστὶ τεχνῶν καὶ ἡ περὶ τὰ παλαίσματα, καλοῦμεν δ' αὐτὴν εἰ βούλει, παιδοτριβικήν· αὕτη μὲν, οὐκ ἐπαΐουσα τῶν πρὸς ὠφέλειάν τε καὶ βλάβην τοῦ σώματος, εὐσχήμονας δὲ, καὶ πολυειδεῖς, καὶ καταβλητικὰς, καὶ ἀπόνους ἐξευρίσκουσα λαβάς τε ἅμα καὶ κινήσεις, οὐδὲν ἧττον τῆς ὀρχηστικῆς. ἀλλ' ἐκείνη μὲν οὐκ ἀντιποιεῖται τῆς περὶ τὸ σῶμα θεραπείας· ἡ δὲ παιδοτριβικὴ, οὐκ οἶδ' ὅπως ὑπ' ἀμαθίας ἐσχάτης, οἷον ἔμπληκτός τις οἰκέτης, ἐπανίσταται δεσπότῃ χρηστῷ, τῇ γυμναστικῇ, καθάπερ εἰ καί τις ὁπλίτης, ἢ ἱππεὺς, ἢ τοξότης, ἢ σφενδονήτης, ἢ ἀκοντιστὴς ἀντιλέγοι τῷ στρατηγῷ, παρατάττοντί τε καὶ ὁπλί-
E ζοντι, καὶ πρὸς τὸν πόλεμον ἐξάγοντι, καὶ αὖθις ἡσυχάζειν κελεύοντι, μαίνοιτο γὰρ ἄν που κἀκεῖνος, εἰ τὸν στρατηγὸν, εἰς τὰ κατὰ μέρος ἐνεργείας προκαλούμενος, εἶτα βελτίων εὑρισκόμενος, ἢ κοινωνεῖν ἀξιοῖ τῆς ἀρχῆς, ἢ μέρος ἀποφαίνοι τὴν αὐτοῦ τέχνην τῆς στρατηγικῆς. μαίνοιτο δ' ἂν οὐδὲν ἧττον, οἶμαι, καὶ ὁ παιδοτρίβης, ἢ κοινωνεῖν γυμναστικῆς, ἢ μέρος ἔχειν αὐτῆς οἰόμενος. ὑπηρέτης γάρ ἐστι μόνον. ὥσπερ γὰρ ὁ στρατιώτης, τῆς στρατηγικῆς, οὕτως καὶ ὁ παιδοτρίβης. αὐτὸς γὰρ ᾗ μὲν γυμνάζει, τῆς γυμναστικῆς, ᾗ δ' ἀσκεῖ τέχνην παλαισμάτων, ἑτέρας αὖ τινός ἐστιν ἐπιτηδεύσεως ὑπηρέτης,
F ἣν μὲν ἐγὼ ὀνομάζω καταβλητικήν. οὐ μόνον δ' αὐτοὺς οὕτως καλοῦσιν, οἱ τοὺς ἀθλητὰς ἀσκοῦντες, ἀλλὰ γυμναστὰς ὀνομάζουσιν. καί τοι, κατά γε τὴν ἀλήθειαν, ἑτέρα μέν ἐστιν παιδοτριβική, καθάπερ ἡ τοξευτική. καταβλητικὴ δὲ, οἵα περ ἡ στρατηγική. γυμναστικὴ δὲ οἷον ἡ ἰατρικὴ, καὶ δὴ ταῖς ὑπηρετεῖ τέχναις, ἐφεστῶσαις ἑκάστῃ τῶν τοιούτων.

οὕτω γὰρ καὶ ἡ σκυτοτομική, τὸ μὲν, ὡς στρατιώτῃ τινὶ χρηστὸν ὑπόδημα, παρὰ τῆς στρατηγικῆς ἐκδιδάσκεται, τὸ δὲ, ὡς εἰς ὑγίειαν ἐπιτήδειον, ὑπὸ τῆς περὶ τὸ σῶμα τέχνης, ἐργάζεσθαι κελεύεται. ὡσαύτως δὲ καὶ ἡ μαγειρική, τὸ μὲν εἰς ὑγίειαν ὄψον, ἰατρῷ τινι καὶ ὑγιεινῷ παρασκευάζει, τὸ δ' εἰς ἡδονὴν, τέχνῃ μὲν οὐκ ἔτι τοῦτό γε οὐδεμιᾷ, κολακείᾳ δέ τινι τὸ τέλος, οὐ τὴν ὑγίειαν, ἀλλὰ τὴν ἡδονὴν πεποιημένῃ. καὶ δὴ οὕτω καὶ παλαιστική, τὸ μὲν εἰς ὑγίειαν χρηστὸν, ὑγιεινοῖς τε καὶ γυμνασταῖς παρασκευάζει, τὸ δὲ εἰς διάθεσιν ἀθλητικὴν, ἐκείνῃ τῇ κακοτεχνίᾳ τῇ πολλάκις εἰρημένῃ, τῇ καλούσῃ μὲν ἑαυτὴν γυμναστικὴν, κάλλιον δ' ἂν ὀνομασθείη, καταβλητική. καὶ γὰρ οὕτω καὶ ὀνομάζουσιν αὐτὴν οἱ Λάκωνες καββαλικὴν, καὶ καββαλικώτερον ἑαυτόν γέ φασιν εἶναι τὸν ἐν ταύτῃ τεθραμμένον, οὐκ ἰσχυρότερον.

A Ita enim & alutaria, vt militi alicui optimum calceum paret, ab arte imperatoria docetur, vt ad sanitatē verò idoneum struat, ab arte corporis gubernatrice admonetur. Necnon & culinaria salutare obsoniū medico salubríque concinnat: quod verò ad voluptatem, non amplius id arti cuipiam, sed adulationi potius cuidam finem sibi non sanitatem, sed voluptatem proponenti. Igitur & luctatoria id quod ad sanitatem optimum est, salubribus & gymnastis vocatis præparat; quod autem ad affectionem athleticam pertinet, illi vitiosæ arti sæplus à me repetitæ, se ipsam quidem gymnasticam appellanti, rectiùs autem B prostratoriæ nuncupatæ. Lacones vtique & ipsam Cabbalicen, nominant: eúmque magis cabbalicum, non qui robustior, sed qui magis in hac arte versatus fuerit, nominant.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Μϛʹ.

Τὴν τῆς γυμναστικῆς κακοτεχνίαν ἐξελέγχει.

Ὅπου γε καὶ ἡ ὑγιαίνουσα πολιτεία, μισεῖ τοῦτο τὸ ἐπιτήδευμα, καὶ βδελύττεται, πάσης μὲν τῆς εἰς τὸν βίον ἰσχύος ἀνατρεπτικὸν ὑπάρχον, οὐκ εἰς ἀγαθὴν δὲ τοῦ σώματος ἄγον διάθεσιν. ἐγὼ γοῦν ἐπειράθην ἐμαυτοῦ, πολλάκις ἰσχυροτέρου τῶν ἀρίστων εἶναι δοκούντων, καὶ πολλοὺς στεφανίτας ἀγῶνας ἀνῃρημένων ἀθλητῶν, ἔν τε γὰρ ὁδοιπορίαις ἁπάσαις ἄχρηστοι τελέως ἦσαν, ἔν τε ταῖς πολεμικαῖς πράξεσιν, ἔτι δὲ μᾶλλον ἐν πολιτικαῖς τε, καὶ γεωργικαῖς. εἰ δέ που καὶ φίλῳ νοσοῦντι παραμεῖναι δέοι, πάντων ἀχρηστότατοι, συμβουλεῦσαί τε καὶ συσκέψασθαι, καὶ συμπρᾶξαι, ταῦτα μὲν, ἧπερ γε καὶ οἱ σύες. ἀλλ' ὅμως οἱ τούτων ἀτυχέστατοι, καὶ μηδεπώποτε νικήσαντες, ἐξαίφνης ἑαυτοὺς ὀνομάζουσι γυμναστὰς, εἶτ', οἶμαι, καὶ κεκράγασιν, οὐδὲν ἧττον τῶν συῶν, ἐκμελῆ, καὶ βαρβάρῳ φωνῇ. τινὲς δ' αὐτῶν καὶ γράφειν ἐπιχειροῦσιν, ἢ περὶ τρίψεως, ἢ εὐεξίας, ἢ ὑγιείας, ἢ γυμνασίων, εἶτα προσάπτεσθαι τολμῶσι καὶ ἀντιλέγειν, οἷς οὐδ' ὅλως ἔμαθον, οἷος ὁ πρώην μὲν Ἱπποκράτει ἐγκαλῶν, ὡς οὐκ ὀρθῶς ἀποφηναμένῳ περὶ τρίψεως, ἐπεὶ δ' ἡμᾶς ἀφικομένους ἠξίωσάν τινες τῶν παρόντων ἰατρῶν τε καὶ φιλοσόφων, ἅπαντα διηγεῖν αὐθὶς τὸν λόγον, εἶτ' ἐφαίνετο, ἁπάντων πρῶτος ὑπ' αὐτῆς Ἱπποκράτης ἀποφηνάμενος ἄριστα, προελθὼν εἰς τὸ μέσον ἐξαίφνης ὁ αὐτοδίδακτος ἐκεῖνος γυμναστὴς, ἐκδύσας παιδάριον, ἐκέλευσεν ἡμᾶς τρίβειν τε τοῦτο, καὶ γυμνάζειν, ἢ σιωπᾶν περὶ τρίψεως, καὶ γυμνασίων. εἶτ' ἐφεξῆς ἐβόα, ποῦ γὰρ Ἱπποκράτης εἰσῆλθεν εἰς σκάμμα; ποῦ δ' εἰς παλαίστραν; ἴσως οὐδ' ἀναχέασθαι καλῶς ἠπίστατο. οὗτος μὲν οὖν ἐκεκράγει τε, καὶ ἄλλως οὐδὲ σιωπῶν ἀκούειν ἐδύνατο, καὶ μανθάνειν τὰ λεγόμενα, ἡμεῖς δὲ, κατὰ σχολὴν τοῖς παροῦσιν διελέχθημεν, ὡς ὅμοιον ὁ κακοδαίμων ἐκεῖνος ἐργάζοιτο, μαγείρῳ τε καὶ σιτοποιῷ περὶ πτισάνης, ἢ ἄρτου διαλέγεσθαι τολμῶντι, κἄπειτα φάσκοντι· ποῦ γὰρ Ἱπποκράτης ἐν μαγειρείῳ διέτριψεν, ἢ ἐν μύλωνι; σκευασάτω γοῦν μοι πλακοῦντα, καὶ ἄρτον, καὶ ζωμὸν, καὶ λοπάδα, ἔπειθ' οὕτως ὑπὲρ αὐτῶν διαλεγέσθω.

CAPVT XLVI.

In vitiosam gymnasticam inuehitur.

VErumenimverò omnis benè instituta respublica hoc genus artis odit, ac detestatur, quæ C omne vitæ robur vímque prosternat, haud in bonam affectionem corpora traducens. Ego vtique plerumque multis athletis, qui præstantissimi esse videbātur, quíque multas in certaminibus coronas meriti sunt, me ipsum valétiorē esse expertus sum; quandoquidē in omnibus itineribus faciendis, in militaribus actionibus, magis præterea in ciuilibus, atque rusticis negotiis inutiles prorsus reperiebantur. Si quando verò & amico ægrotāti assistere vsu veniret, in consulendo, simul speculando, auxiliando omnium erant ignauissimi, atque hac ratione à suibus quidem minimè ingenio D differūt. Nihilominus tamē inter hos infœlicissimi, nulláq; vnquā victoria insignes repēte seipsos gymnastas nomināt: deinde, vt arbitror, incōcinna barbaráque voce nō minus quā sues, vociferātur. Nōnulli autē ipsorū & de frictione aut de bono habitu, aut de sanitate, aut de exercitationibus volumina scribere aggrediuntur; deinde de illis agere contradicereque audent, quæ nullo vnquā tēpore didicerūt; vt quidā proximè in Hippocratē inuectus, tanquā non rectè de frictione tractātem. Verùm nonnulli qui aderant medici & philosophi ad me venientes, vt totā ipsis huiusce rei rationem explicarē, à me petiuerunt: quod quum E fecissem, omniū primus Hippocrates hūc locum optimè tractasse visus est. Tūc gymnasta ille spōte nullo docente eruditus in mediū repente prodiens, puerúmque exuens, nos eum iussit fricare atque exercere, aut de frictione exercitationibúsque tacere: deinde clamans dixit. Quando enim vnquam Hippocrates in caueam ludorum, quando in palæstram descendit, qui neque forsan ritè oleum infundere sciebat? Ad hunc sanè modum iste vociferabatur, & alioqui neque tacens audire, nec quę dicebantur intelligere poterat. At nos præsentibus per otium differebamus, improbum illum hominē perinde facere, vt coquus ac F panifex de ptissana ac pane disputare audentes, deinde clamitantes, quando Hippocrates in culina aut pristino versatus est? Paret igitur mihi placentam, aut panē, aut iusculum, aut concham condiat, atque ita deinde de ipsis sermonē faciat.

CAPVT

A

CAPVT XLVII.

Cur tota ars humanum corpus regens, medicina; eiúsque professor medicus vocati sint.

IGitur fortasse dixeris, cur Hippocratem, omnémque ab ipso manantem sectam medicos nominamus, siquidem nō vniuersæ arti corporis gubernatrici, sed soli eius parti, quæ laborantibus opitulatur, id nomen indidimus? Videtur enim totam artē complecti, vt neque eam partem, quæ de exercitationibus est, negligat. B Hāc huiusce rei fuisse causam suspicor, quoniam quum prima totius artis pars curatiua, quòd & maximè necessaria esset, constituta sit, deinde post multum otium cōseruatiua salubrísque vocata ei adiecta fuerit, totam artem à parte denominari contigit, quemadmodum & in aliis plerisque solet. Quandoquidem & geometras appellamus non circa planas solum figuras, verùm etiam circa solida versantes; nullúsque his temporibus inuenitur, qui, vt geometra, sic & stereometra nominetur, sed nomen defecit. Vt etiam salubrium non corporum, non ciborum dico salubrium, sed virorum ista C scientium ab Erasistrato Medicis ex aduerso distinctorum. Pariter & trierarchas veteres triremium principes nuncupant, nunc verò iam omnes vtcunque naualis exercitus duces, etsi triremes non sint naues illæ, eo nomine appellant: Huiusce rei quoddam simile circa medicinam, atque medicos euenit; à prima enim constituta parte, vt & ipsa tota corporis gubernatrix ars, medicina; ipse artis professor, medicus nominaretur, tempore procedente effectum est. Quamobrem neque abs re nunc quispiā interrogatus, cuiusnam artis pars facultas quæ tuēdæ sanitatis notitiam tradit, medicinæ respondere poterit; latius D namque fuso & amplificato vocabulo, neque dū partem, sed integram humani corporis artē significāte, Hippocrates & omnes qui hac tempestate florent, iure Medici nomen inuenerunt, artísque ipsius duas maximas partes agnoscūt curatricem scilicet atque salubrem. Rursúsque salubris ipsius partem esse gymnasticā sciunt, quemadmodum à nobis supra dissertum est. Itaque sicut Hippocrates, Diocles, Praxagoras, Philotimus, atque Herophilus totam corporis præsidem artem, vt ipsorū testantur volumina, callebāt, ita sanè è diuerso E Theon atque Trypho vitiosam illam athletarum artem tractantes, quemadmodū item & ipsorum libri declarant, præparationem quoddam exercitium nominantes: rursum aliud partitionē, aliud verò perfectum, item aliud apotherapiam, quærentésque num secundum talem circuitum fatigare, atque exercere athletā oporteat, aut secundum alium modum, profectò & eorum me capit admiratio, qui hoc tempore athletas exercent, quando eos salubrem facultatem suæ ipsorum artis partem esse, dicere audio. Quando enim hæc neque veræ gymnasticæ pars, sed contrà salubris facultatis illa pars sit, quid opus est de vitiosa isto F rum arte dubitare? Quæ quum neque artis corpus curantis vllo modo pars esse possit, cuidam præterea exercitationi præsidet, quæ non solū à Platone atque Hippocrate, verùm etiam ab aliis omnibus Medicis atque philosophis contemnitur.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΜΖʹ.

Διὰ τί ἡ περὶ τὸ ἀνθρώπινον σῶμα τέχνη, ἰατρικὴ καὶ ὁ ταύτης ἐπιστήμων, ἰατρὸς ὠνομάσθησαν.

ΤΙ ποτ᾽ οὖν φήσεις, ἰατροὺς ὀνομάζομεν Ἱπποκράτην τε καὶ ἀπ᾽ αὐτοῦ χορὸν, εἴπερ οὐ κατὰ πάσης τῆς περὶ τὸ σῶμα τέχνης τοὔνομα φέρομεν, ἀλλὰ κατὰ μόνου τοῦ μέρους αὐτῆς, ὃ τοὺς κάμνοντας ἰᾶται; φαίνεται μὲν γὰρ ὅλην μεταχειρισάμενος τὴν τέχνην, ὡς μηδὲ τὸ περὶ τὰ γυμνάσια μέ- B ρος αὐτῆς, ἀπολιπεῖν, ὅτι πρώτου συστάντος ὅλης τῆς τέχνης μέρους τοῦ θεραπευτικοῦ, διότι καὶ μάλιστα κατέπειγεν, ὕστερον δὲ κατὰ πολλὴν σχολὴν αὐτῷ προστεθέντος τοῦ φυλακτικοῦ τε καὶ ὑγιεινοῦ προσαγορευομένου, τὴν ὅλην τέχνην ἀπὸ τοῦ μέρους ὀνομασθῆναι συνέβη, καθάπερ ἐπ᾽ ἄλλων πολλῶν ἐγένετο. καὶ γὰρ γεωμέτρας ὀνομάζομεν, οὐ τοὺς περὶ τῶν ἐπιπέδων σχημάτων μόνον, ἀλλὰ καὶ τοὺς περὶ τῶν στερεῶν ἐπισταμένους, οὐδ᾽ ἔστιν οὐδ᾽ εἷς νῦν, ὥσπερ γεωμέτρης, οὕτως καὶ στερεωμέτρης ὀνομαζόμενος, ἀλλ᾽ ἐκλέλοιπε τοὔνομα. καθάπερ καὶ τὸ τῶν ὑγιεινῶν, οὐ τῶν σωμάτων, οὐδὲ τῶν διαι- C τημάτων λέγω τῶν ὑγιεινῶν· ἀλλὰ τῶν ἐπισταμένων ἀνδρῶν ταῦτα, τῶν ὑπ᾽ Ἐρασιστράτου τοῖς ἰατροῖς ἀντιδιῃρημένων. ὡσαύτως δὲ καὶ τριηράρχας μὲν ὠνόμαζον οἱ παλαιοὶ, τοὺς ἄρχοντας τῶν τριήρων, νῦν δ᾽ ἤδη πάντας οὕτως καλοῦσι τοὺς ὁπωσοῦν ἡγουμένους στόλου ναυτικοῦ, κἂν μὴ τριήρεις ὦσιν αἱ νῆες. ὅμοιόν τι τούτῳ περὶ τὴν ἰατρικὴν ἐγένετο, καὶ τοὺς ἰατρούς. ἀπὸ γὰρ τοῦ πρώτου συστάντος μέρους, ὅλην τε τὴν περὶ τὸ σῶμα τέχνην, ὀνομασθῆναι συνέβη τοῦ χρόνου προϊόντος, ἰατρικὴν, αὐτόν τε τὸν ἐπιστήμονα τῆς τέχνης, ἰατρόν. ὥστ᾽ οὐκ ἀπεικός ἐστιν, ἐρωτηθέντα τινὰ νῦν ἧστινός D ἐστι τέχνης μέρος τὸ ὑγιεινὸν, ἀποκρίνασθαι τῆς ἰατρικῆς. ἐκταθείσης γὰρ ἐπὶ πλέον τῆς προσηγορίας, καὶ μηκέτι τὸ μέρος, ἀλλ᾽ ὅλην τὴν περὶ τὸ σῶμα τέχνην σημαινούσης, Ἱπποκράτης τε δικαίως, καὶ οἱ νῦν ἅπαντες, ἰατρὸν ὀνομάζουσιν, ἴσασί τε μόρια τῆς τέχνης αὐτῆς δύο τὰ μέγιστα, θεραπευτικόν τε καὶ ὑγιεινόν. αὐτοῦ δ᾽ αὖ πάλιν τοῦ ὑγιεινοῦ μέρους, ἴσασι τὸ γυμναστικὸν, ὡς καὶ πρόσθεν ἐπιδέδεικται, καθάπερ οὖν Ἱπποκράτης, καὶ Διοκλῆς, καὶ Πραξαγόρας, καὶ Φιλότιμος καὶ Ἡρόφιλος, ὅλης τῆς περὶ τὸ σῶμα τέχνης ἐπιστήμονες ἦσαν, ὡς δηλοῖ τὰ γράμματα αὐτῶν. οὕτως οὖν πάλιν οἱ περὶ Θέω- E να, καὶ Τρύφωνα, τὴν περὶ τοὺς ἀθλητὰς κακοτεχνίαν μεταχειρισάμενοι, καθάπερ αὖ καὶ τὰ τούτων δηλοῖ συγγράμματα, παρασκευήν τέ τινα γυμνάσιον ὀνομαζόντων, καὶ αὖθις ἕτερόν τε μερισμὸν, ἔπειτα ἄλλό τι τέλειον, ἀποθεραπείαν δ᾽ ἄλλο. καὶ ζητούντων, εἴτε κατὰ τὴν τοιαύτην περίοδον ἀσκητέον ἐστὶ, καὶ γυμναστέον τὸν ἀθλητὴν, εἴτε ἀμφισβητούντων ἀκούσω μέρος εἶναι τῆς ἑαυτῶν τέχνης τὸ ὑγιεινόν. ὅπου γὰρ οὐδὲ τῆς ὄντως γυμναστικῆς μέρος ἐστὶ, ἀλλ᾽ ἔμπαλιν, ἐκείνη μέρος ὑγιεινοῦ, τί χρὴ περὶ τῆς τούτων κακοτεχνίας ἀμφιβάλλειν, ἢ μήτε μέρος ἐστὶν ὅλως τῆς περὶ τὸ σῶμα τέχνης, F ἐπιτηδεύματός τε προέστηκεν, οὐχ ὑπὸ Πλάτωνος μόνον, ἢ Ἱπποκράτους, ἀλλὰ καὶ τῶν ἄλλων ἁπάντων ἰατρῶν τε καὶ φιλοσόφων ἀτιμαζομένου.



ΓΑΛΗΝΟΥ ΥΓΙΕΙΝΩΝ ΛΟΓΟΣ Α'.

GALENI LIBRORVM SEX DE SANITATE TVENDA LIBER PRIMVS.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΤΩΝ ΕΝ ΤΩι Α'. ΛΟΓΩι.

Κεφάλαιόν τι προτίθησι τῶν αὐτῶν πραγμάτων οἷς ἡ ὑγιεινὴ περιέχεται, καὶ τὴν δίαιταν μέχρι τῆς τρίτης ἑβδομάδος ἐτῶν κατά τι μέρος παρατάττει.

ARGVMENTVM LIBRI.

Summam quandam proponit earum rerum quibus ars sanitatis tuendæ continetur; & vitæ rationem vsque ad tertium septennium aliqua ex parte præscribit.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Α'.

Ἅτινα πρῶτά τε καὶ μέγιστα τῆς ἰατρικῆς μόρια, καὶ τί ἐστιν ὑγίεια.

ΤΗΣ περὶ τὸ σῶμα τἀνθρώπου τέχνης μιᾶς οὔσης, ὡς ἐν ἑτέρῳ δέδεικται γράμματι, δύο ἐστὸν τὰ πρῶτά τε καὶ μέγιστα μόρια· καλεῖται δὲ τὸ μὲν ἕτερον αὐτῶν, ὑγιεινόν, τὸ δὲ ἕτερον θεραπευτικόν, ἔμπαλιν ἔχοντα πρὸς ἄλληλα ταῖς ἐνεργείαις. Ἔγκειται τῷ μὲν φυλάξαι, τῷ δὲ ἀλλοιῶσαι προκεῖται τὴν περὶ τὸ σῶμα κατάστασιν. ἐπεὶ δὲ καὶ ἀξιώματι καὶ χρόνῳ προτέρα ἐστὶν ὑγεία νόσου, χρὴ δήπου καὶ ἡμᾶς ὅπως ἄν τις ταύτην φυλάξειεν, ἐπισκέψασθαι πρότερον· ἐφεξῆς δὲ καὶ ὡς ἄν τις ἄριστα τὰς νόσους ἐξιῷτο. κοινὴ δ' ἀμφοτέροις ὁδὸς τῆς εὑρέσεως, εἰ γνοίημεν ὁποία τίς ἐστι διάθεσις τοῦ σώματος, ἣν ὑγείαν ὀνομάζομεν· οὐ γάρ τοι οὔτε φυλάττειν αὐτὴν παρέσομεν, οὔτ' ἀνακτᾶσθαι διαφθειρομένην, οἷοί τ' ἂν οἱ μὲν ἀγνοοῦντες τὸ παράπαν, ἥτις ποτ' ἐστί. γέγραπται δὲ ἡμῖν ἑτέρωθι καὶ περὶ τοῦδε, καὶ δέδεικται τῶν μὲν ὁμοιομερῶν ὀνομαζομένων ἡ ὑγεία, θερμοῦ καὶ ψυχροῦ, καὶ ὑγροῦ, καὶ ξηροῦ συμμετρία τις ὑπάρχουσα· τῶν δ' ὀργανικῶν ἐκ τῆς τῶν ὁμοιομερῶν συνθέσεώς τε, καὶ ποσότητος, καὶ πηλικότητος, καὶ διαπλάσεως ἀποτελουμένη. ὥς τε καὶ ὅστις ἂν ἱκανὸς ᾖ φυλάττειν ταῦτα, φύλαξ οὗτος ἀγαθὸς ὑγείας ἔσται.

CAPVT I.

Quæ præcipuæ medicinæ partes, quid sanitas.



A QVVM vna sit ars quæ circa corpus hominis occupatur, vt in alio libro demonstratum est, eius primæ, ac maximæ partes sunt duæ; quarum altera sanitatis conseruatrix, altera curatrix appellatur; quæ contraria inter se habent officia: siquidem illi tueri, huic immutare statum corporis est propositum. Quum B verò & dignitate, & corpore sanitas morbum præcedat, vtique & nos, quemadmodum hæc seruanda sit, considerare prius oportet; deinde verò quo pacto commodissimè morbos quis abigat. Vtriusque autem inueniendæ communis via est, si cognouerimus qualis sit is corporis affectus, quem sanitatem appellamus; quandoquidem nec præsentem seruare, nec labefactatam restituere possint, qui quænam ea sit, penitus ignorant. Scripsimus de hoc alibi ostendimúsque, C similarium, quas vocant, partium sanitatem, calidi, frigidi, humidi, & sicci commoderationem quandam esse; organicarum verò ex similarium ipsarum compositione, & numero, & magnitudine, & conformatione constare. Quare quisquis hæc commodè tueri possit, is optimus sanitatis custos fuerit.

Tuebitur

Tuebitur autē si modos omnes, quibus vitiantur, cōpertos priùs habuerit. Sicuti enim si impatibile nobis corpus esset, nullam desideraret artem quæ eius tutelæ præesset, ita nunc, quum diuersis multísque affectibus expositum sit, certam sibi deposcit artem, quæ & omnes eius læsiones perspicere, & ipsum ab iis tueri possit.

A φυλάξει δὲ, πρότερον ἐξευρὼν ἁπάσας τοὺς τρόπους καθ' οὓς διαφθείρεται. ὥσπερ γὰρ εἰ καὶ παντάπασιν ἀπαθὲς ἦν ἡμῶν τὸ σῶμα, τῆς προστησομένης αὐτοῦ τέχνης οὐκ ἂν ἐδεήθημεν, οὕτω νῦν ἐπεὶ πάσχει πολυειδῶς, ἀναγκαῖον ἔσται προστήσασθαί τινα τέχνην, τὴν ἁπάσας αὐτοῦ τὰς βλάβας γινώσκουσάν τε καὶ φυλάττεσθαι δυναμένην.

CAPVT II.

De nutrimenti necessitate ex duplici causa nostræ corruptionis.

SAnè quæ corpus nostrū lædunt corrumpúntque, ea sunt genere duplicia; alia quidem necessaria & nobis congenita, quæque ex ipsis generationis principiis veluti radice oriuntur; quædam verò non necessaria quidem & quæ à nobis non procedunt, nec tamē minùs quàm illa corpus nostrū corrumpunt; vtraque iam seorsum distinguemus. Sanguis, & semen generationis nostræ principia sunt: sanguis quidē, ceu materies quædam apta concinnáque, & opifici ad quiduis sequax; semen verò, opificis rationem obtinens. Mixtum est horū vtrunque eisdē genere elementis, humido, & sicco, frigido, & calido: aut si quis velit, ab essentia sumptis nominibus, non à qualitate, nominasse, terra & aqua, aëre & igne. Sic. n. demonstratum nobis est in eo libro, quem de elementis ex Hippocratis sentētia scripsimus. Diffident autem ratione mixtionis. Siquidē in semine plus est igneæ substantiæ, atq; aëreæ, in sanguine, aqueæ, terreæque; quāquā præpollet in hoc quoque, & calidū frigido, & humidū sicco, & ob eam exuperātiam nō siccus, sicut ossa, vnguis, pilúsve, sed humidus esse dicitur. At semen sanguine siccius quidem est, cæterùm ipsum quoque humidū fluxiléque est. Atq; ita nobis vtrinque ex humida substantia principiū generationis est, hanc tamen humidam seruari conueniens nō erat, si modò ex ea nerui, arteriæ, venæ, ossa, cartilagines, mēbranulæ, & alia id genus fieri deberent. Affundi equidē statim ab initio generationis validius in tēperamento oportuit elementum id, quod siccandi vim haberet. Est verò id natura quidem maximè ignis, sed tamen & terra; est enim ea quoque res sicca. Verùm huius plus immisceri possibile non erat, quum ipsa principia esse debeāt humidiora. Ignis certè quo minùs plus sit admixtum, nec obstat quicquā; & sanè illius admixtū est tanto planè plus in vtroque principio, quantum nec iam torreat vrátve, & tamē abundè siccet; nam etiam tantus calor adhibitus facilitatem prȩstare ad motiones sat erat. Ab hoc igitur primùm cogitur, paulúmque concrescit, quod in vtero cōceptum est; mox siccius redditum, veluti lineamēta quædam, & rudimenta cuiusque partis obtinet. Vlterius verò etiam siccescens, non lineamenta, rudimentáve modò, sed etiam exactam vniuscuiusque speciem ostendit. Iam verò in lucem editum, tum siccius, tum valentius se ipso semper efficitur, donec ad florem peruenerit ætatis. Tum verò & incrementum omne sistitur, ossibus nimirum ipsis per siccitatem non vltra sequacibus: & vas vnumquodque in latum extenditur; cunctæ denique partes non solùm robustæ, sed etiam vires suas summas obtinent. In eo verò, quod sequitur, tempore, omnibus iam instrumentis plus iusto siccescentibus,

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Β'.

Περὶ ἀνάγκης τῆς τροφῆς ἐκ διπλοῦ αἰτίου τῆς διαφθορᾶς ἡμῶν.

B Εἰσὶ δὲ βλάβαι τε καὶ διαφθοραὶ τοῦ σώματος ἡμῶν, διτταὶ κατὰ γένος· αἱ μὲν γὰρ αὐτῶν, ἀναγκαῖαί τε εἰσὶ καὶ σύμφυτοι, τὴν οἷον ῥίζαν ἔχουσαι τὰς ἀρχὰς τῆς γενέσεως· ἔνιαι δὲ, οὐκ ἀναγκαῖαι μὲν, οὐδὲ ἐξ ἡμῶν αὐτῶν ὁρμώμεναι, διαφθείρουσι δ' οὐδὲν ἧττον ἐκείνων τὸ σῶμα. διαιρήσομεν ἤδη χωρὶς ἑκατέρας. αἷμα καὶ σπέρμα τῆς γενέσεως ἡμῶν εἰσιν ἀρχαί, τὸ μὲν αἷμα οἷον ὕλη τις εὔρυθμός τε καὶ εὐπειθὴς εἰς ἅπαν τῷ δημιουργῷ, τὸ σπέρμα δὲ τὸν τοῦ δημιουργοῦ λόγον ἔχει. κέκραται δὲ ἑκάτερον μὲν, ἐκ τῶν αὐ-

C τῶν στοιχείων κατὰ γένος, ὑγροῦ καὶ ξηροῦ, καὶ θερμοῦ καὶ ψυχροῦ. ἢ εἴπερ ἐθέλει τις οὐκ ἀπὸ τῶν ποιοτήτων, ἀλλὰ κατὰ τὰς οὐσίας ὀνομάζειν αὐτὰ, γῆς καὶ ὕδατος, ἀέρος τε καὶ πυρός. οὕτως γὰρ ἡμῖν ἐν τῷ περὶ τῶν καθ' Ἱπποκράτην στοιχείων ἀποδέδεικται. διαφέρουσι δὲ τῷ ποσῷ τῆς μίξεως, τῷ μὲν γὰρ σπέρματι, πλέον ὑπάρχει πυρώδους τε καὶ ἀερώδους οὐσίας, τῷ δὲ αἵματι, γεώδους τε καὶ ὑδατώδους. ἐπικρατεῖ μὴν ἔτι κἀν τούτῳ, τὸ μὲν θερμὸν τοῦ ψυχροῦ, τὸ δὲ ὑγρὸν, τοῦ ξηροῦ. καὶ διὰ τὴν ἐπικράτειαν ταύτην, οὐ ξηρὸν ὥσπερ ὀστοῦν, καὶ ὄνυξ, καὶ θρὶξ, ἀλλ' ὑγρὸν εἶναι λέγεται. τὸ δὲ σπέρμα, ξη-

D ρότερον μὲν ἐστιν, ἢ κατὰ τὸ αἷμα, ῥυτὸν μὴν ἔτι καὶ ὑγρὸν ὑπάρχει καὶ αὐτό. καὶ οὕτως ἑκατέρωθεν ἡμῖν ἡ ἀρχὴ τῆς γενέσεως, ἐξ ὑγρᾶς οὐσίας ἐστὶν, ἣν οὐχ ὑγρὰν δήπου φυλάττεσθαι προσῆκε μελλουσῶν γε νεῦρα, καὶ φλέβας, καὶ ἀρτηρίας γε καὶ ὀστᾶ, καὶ χόνδρους, καὶ ὑμένας, καὶ ὅσα τἄλλα τοιαῦτα γενήσεσθαι· συγκαταβεβλῆσθαι τοίνυν ἀναγκαῖον ἐστιν εὐθὺς ἀπὸ τῆς πρώτης γενέσεως, ἰσχυρότερον ἐν τῇ κράσει, τὸ ξηραντικὸν στοιχεῖον. ἔστι δὲ τὸ τοιοῦτον τῇ φύσει, μάλιστα μὲν τὸ πῦρ. ἤδη δὲ καὶ ἡ γῆ. ξηρὸν γάρ τι χρῆμα καὶ ἥδε. ἀλλὰ τῆς μὲν γῆς, οὐχ οἷόν τε ἦν μιγνύναι, πλέονα ὑγρῶν εἶναι δεομένων τῶν

E ἀρχῶν. τοῦ πυρὸς δ', οὐδὲν ἐκώλυε πλέον μιχθῆναι, καὶ κέκραται τοσούτῳ πλέον ἐν ἀμφοῖν, ὡς μήτε φρύγειν ἤδη καὶ καίειν, αὐτάρκως τε ξηραίνειν. καὶ γὰρ δὴ καὶ τὴν πρὸς τὰς κινήσεις ἑτοιμότητα τοσοῦτον ὑπάρχον τὸ θερμὸν ἱκανὸν ἦν παρασχεῖν. ὑπὸ τούτου δὴ, τὰ μὲν πρῶτα συνίσταταί τε, καὶ βραχεῖάν τινα πῆξιν λαμβάνει τὸ κύημα. μετὰ δὲ ταῦτα ἐπὶ μᾶλλον ἤδη ξηραινόμενον, οἷον ὑπογραφάς τινας ἴσχει, καὶ τύπους ἀμυδροὺς ἑκάστου τῶν μορίων. εἶτ' ἐπὶ πλέον ξηρανθὲν, οὐχ ὑπογραφὰς μόνον, οὐδ' ἀμυδροὺς τοὺς τύπους, ἀλλ' ἀκριβὲς ἑκάστου τὸ εἶδος ἴσχει. καὶ δὴ καὶ

F ἀποκυηθὲν, ἀεὶ καὶ μᾶλλον ἑαυτοῦ γίνεται ξηρότερόν τε καὶ ῥωμαλεώτερον, ἄχρι περ ἂν εἰς ἀκμὴν ἀφίκηται. τηνικαῦτα δὲ τά τε τῆς αὐξήσεως ἵσταται, μηκέτι ἐπιδιδόντων τῶν ὀστῶν διὰ σκληρότητα, καὶ τῶν ἀγγείων δὲ ἕκαστον, εἰς εὖρος διαφυσᾶται, καὶ συμπάντων οὕτως τὰ μόρια κρατύνεταί τε, καὶ εἰς τὴν ἀκροτάτην αὐτῶν ἰσχὺν ἀφικνεῖται,

τὸ δὲ ἀπὸ τοῦδε, περαιτέρω τοῦ προσήκοντος ἤδη ξηροτέρων ἁπάντων τῶν ὀργάνων γιγνομένων, αἵ τε ἐνέργειαι, χεῖρον ἐπιτελοῦνται, καὶ ἀσαρκότερόν τε καὶ ἰσχνότερον ἑαυτοῦ γίνεται τὸ ζῶον. ἐπὶ πλέον δὲ ἀναξηραινόμενον, οὐκ ἀσαρκότερόν τε μόνον, ἀλλὰ καὶ ῥυσσὸν ἀποτελεῖται. καὶ τὸ κῶλον ἀκρατές, καὶ σφαλερὸν ἐν ταῖς κινήσεσι. καὶ καλεῖται μὲν ἡ τοιαύτη διάθεσις, γῆρας· ἀνάλογον δ' ἐστὶ τῇ τῶν φυτῶν αὐάνσει. καὶ γὰρ αὖ κἀκείνη, γῆράς ἐστι φυτοῦ, δι' ὑπερβάλλουσαν ξηρότητα γινομένη. μία μὲν οὖν ἥδε σύμφυτος ἀνάγκη φθορᾶς, ἅπαντι τῷ γεννητῷ σώματι, δευτέρα δὲ τοῖς ζώοις μάλιστα ὑπάρχουσα, τῆς ὅλης αὐτῶν οὐσίας ἡ ῥύσις, ἐκ τῆς ἐμφύτου θερμότητος ἀποτελουμένη. ταύτας μὲν οὖν τὰς βλάβας οὐδενὶ γεννητῷ σώματι φυγεῖν ἐγχωρεῖ, τὰς δ' ἄλλας βλάβας ὅσαι ταύταις ἕπονται, δυνατὸν φυλάξασθαι προμηθουμένον. ἡ γένεσις δὲ κἀκείνων, ἐκ τοῦ τὰς ἀναγκαίας βλάβας ἐπανορθοῦσθαι πειρᾶσθαι. ῥεούσης γοῦν τῆς οὐσίας συστάσεως ἐπὶ πάντων τῶν ζώων, εἰ μή τις ἑτέρας ὁμοίας ἀντεισάγει τῷ ἀπορρέοντι, διαφορηθήσεταί τε καὶ σκεδασθήσεται σύμπαν οὕτως τὸ σῶμα. καὶ διὰ τοῦτο, οἶμαι, τὴν φύσιν, οὐ μόνον τοῖς ζώοις, ἀλλὰ καὶ φυτοῖς εὐθὺς ἐξ ἀρχῆς συμφύτους δοῦναι δυνάμεις, ἐφιεμένας τῶν ἀεὶ ἐλλειπόντων. οὔτε γὰρ ἐσθίειν, οὔτε πίνειν, οὔτε ἀναπνεῖν διδασκόμεθα πρός τινος, ἀλλ' ἐξ ἀρχῆς ἔχομεν ἁπάντων τούτων ἐν ἡμῖν αὐτοῖς τὰς δυνάμεις, ἄνευ διδαχῆς ἐπιτελούσας ἅπαντα. διὰ μὲν οὖν τῆς ἐδωδῆς, ἀναπληροῦμεν ὅσον ἀπόρρυη τῆς ξηροτέρας οὐσίας, διὰ δὲ τοῦ πόματος, τῆς ὑγροτέρας, ἀντεισάγομεν, εἰς τὴν ἀρχαίαν ἐπανάγοντες ἄμφω συμμετρίαν. οὕτω δὲ καὶ τῆς ἀερώδους τε καὶ πυρώδους οὐσίας τὴν συμμετρίαν, ἀναπνοαῖς τε καὶ σφυγμοῖς διασώζομεν. ἀποδέδεικται δὲ καὶ περὶ τούτων ἁπάντων ἰδίᾳ καθ' ἕκαστον, ἐν ἑτέροις γράμμασι, καὶ προσήκειν ἡγοῦμαι τῷ λόγῳ τῷ νῦν, ὅσα δέδεικται δι' ἐκείνων ὑποθέσεως ποιησαμένους πρὸς τὴν ὑγιεινὴν πραγματείαν, οὕτως ἔχεσθαι τῶν ἑξῆς.

A non solum cuiusque functio minus probè perficitur, sed etiam animal ipsum macilentius, graciliusque, quàm ante, redditur. Ergo plus satis siccatum non macilentius modò, verùm etiam rugosum efficitur. Artus quoque ipsi inualidi, atque ad motus suos instabiles sunt. Atque talis quidem affectus senium appellatur, ei quæ in stirpibus arefactio dicitur, proportione respondens: est enim & illa stirpis senium, siccitatis excessu proueniens. Vna igitur hæc est omni genito corpori corruptelæ interitúsque connata necessitas. Altera est, quæ etiam in animalibus præcipuè cernitur, totius substantiæ fluor, quem insitus B calor excitat. Has itaque iacturas nullum, quod genitum sit, corpus effugere potest; reliquas vero quæ has sequuntur, prouidentia, consilióque certè potest. Porrò his quoque non aliunde origo est, quam ex ipsis iam dictis necessariis iacturis corrigendis, atque sarciendis. Nam, quum tota moles animalium in perpetuò fluore sit, ni similis altera substantia pro ea, quæ defluxit, restituta sit, dissoluetur certè, atque dissipabitur vniuersum corpus. Quo factum arbitror, vt natura non animalibus modò, verùm etiam stirpibus insitas quasdam facultates C eius quod deest semper appetentes, ab initio statim dederit. Non enim vesci, bibere, aut respirare, à quoquam vsquam discimus, sed statim à principio facultates in nobis habemus, quæ hæc omnia citra docentem perficiant. Cibo igitur, quicquid siccioris substantiæ effluxit, restituimus; potu, quicquid humidioris, atque ad pristinam ita commoderationem ambo reducimus. Ita verò & aëreæ, igneæque substantiæ modum respiratione, & pulsu tuemur. De quibus omnibus etiam sigillatim dictum à nobis in aliis vo- D luminibus est, nec à præsenti disputatione alienum censemus, vt quæ ibidem monstrata sunt, ad sanitatis tuendæ artem hypotheseos loco positis, sic quæ deinceps sunt, aggrediamur.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Γ'.

Περὶ ἀνάγκης τῆς τῶν περιττωμάτων γενέσεως.

Ἐπειδὴ γὰρ ἀπορρεῖ μὲν ἁπάντων τῶν ζώων ὁσημέραι πολὺ μέρος τῆς οὐσίας διὰ τὴν ἔμφυτον θερμότητα, δεόμεθα δὲ ὑπὲρ τοῦ τὴν συμμετρίαν αὐτῆς διαφυλάττεσθαι, σιτίων τε καὶ πομάτων, ἀναπνοῆς τε καὶ σφυγμῶν, ἐξ ἀνάγκης ἀκολουθήσει τοῖσδε περιττωμάτων γένεσις. εἰ μὲν γὰρ οἷόνπερ ἦν τὸ κενωθέν, ἕτερον ἀκριβῶς τοιοῦτον εἴχομεν αὐτῷ προσφῦσαι δι' ὅλου, κάλλιστον ἂν ἦν τοῦτο, καὶ ὑγιεινότατον. ἐπεὶ δὲ τὸ μὲν ἀπορρέον ἑκάστου τῶν μορίων, τοιοῦτον τὴν φύσιν ἐστίν, οἷόνπερ αὐτὸ τὸ μόριον, οὐδὲν δὲ τῶν ἐσθιομένων, ἢ πινομένων, ἀκριβῶς ἐστι τοιοῦτον, ἀναγκαῖον ἐγένετο τῇ φύσει, προμεταβάλλειν τε, καὶ πέττειν αὐτά. καὶ ὡς ἔνι μάλιστα, προπαρασκευάζειν ὅμοια τῷ θρεψομένῳ σώματι. κἂν τούτῳ τὸ μὴ κατεργασθὲν ἀκριβῶς μηδ' ἐξομοιωθέν, οὔτε προσφύεται τῷ σώματι, καὶ ὡς περιττὸν ἀλᾶται κατὰ τὰς ἔνδον εὐρυχωρίας, ὅθεν περ αὐτῷ καὶ τοὔνομα πρὸς τῶν ἔμπροσθεν ὀρθῶς ἐτέθη περίττωμα. ἐπειδὴ οὖν τὸ μὲν ἐσθίειν καὶ πίνειν ἀναγκαῖα τοῖς ζώοις ὑπάρχει, ἀκολουθεῖ δὲ τούτοις ἡ τῶν περιττωμάτων γένεσις, ὄργανά τε πρὸς τὴν ἀπόκρισιν αὐτῶν ἡ φύσις παρεσκεύασεν, καὶ

CAPVT III.

De necessitate generationis excrementorum.

Qvum enim quotidie propter insitum ipsis calorem, cunctis animalibus multa substātiç portio defluat, indigeamus autē ad huius cō- E moderationē cōseruandā cibo, potu, respiratione & pulsu, necesse est ex iis sequi excrementorū prouētū. Nā si quale erat ipsum quod effluxit, tale prorsus adiungere ei per totum liceret; optimum id saluberrimúmque planè esset. Verùm, quum id quod à singulis partibus defluit, tale natura est, qualis est pars ipsa, nihil autem eorum quæ eduntur, bibuntúrve, eiusmodi prorsus est, necessarium naturæ fuit priùs ea mutare, & concoquere, & quàm fieri maximè potuit efficere similia corpori nutriendo. In quo opere si quid nec F confectum, nec prorsus assimilatum est, id corpori nō adnascitur, & per ipsius laxiora intus spatia tanquam superuacaneum errat; vnde nomen quoque rectè à maioribus ipsi excrementum est inditum. Quum igitur edere, bibereque necessaria animantibus sint; has autem subsequatur excrementorum generatio; natura non solùm ipsis excernendis instrumenta instituit; verùm

A verùm etiam instrumẽtis ipsis facultates inseruit; quibus incitata, quędam ad se trahunt excrementa, quędam aliis transmittunt, quędam expellunt. Atque hæc neque aliquatenus obstrui, neque ad functiones imbecilla esse oportet, quò corpus semper mundũ, atque excrementis vacuum seruetur. Atque tibi geminum iam ~~sibi~~ scopum salubris victus sermo *noster* exposuit; alterum vacuatorum repletionem; alterum, excrementorum excretionem. Tertius namque qui huc spectat, ne animal præproperè senescat, duos iam dictos necessariò comitatur. Si enim in neutro sit erratum; nec in eo quod exhaustũ est, replendo; nec in excrementis immorãdis; B & sanitate interim animal fruetur, & vigoris tenorẽ quã lõgissimè seruabit. Verũ de hoc postea procedẽte sermone dicetur.

δυνάμεις αὐτοῖς ἐνέθηκε, δι' ὧν κινούμενα τὰ μὲν, ἕλκει· τὰ δὲ ἐκπέμπει· τὰ δὲ ἐκκρίνει τὰ περιττώματα. καὶ χρὴ δήπου καὶ ταῦτα, μήτ' ἐμφράττεσθαι κατά τι, μήτε ἀρρωστεῖν κατὰ τὰς ἐνεργείας, ὑπὲρ τοῦ καθαρὸν ἀεὶ καὶ ἀπέριττον φυλάττεσθαι τὸ σῶμα, καί σοι δύο μὲν ἤδη σκοποὺς τούσδε κατὰ δίαιταν ὑγιεινὴν ὁ λόγος ὑφηγήσατο· τὸν μὲν ἕτερον ἀναπλήρωσιν τῶν κενουμένων· τὸν δ' ἕτερον, ἀπόκρισιν τῶν περιττωμάτων. ὁ γὰρ δὴ τρίτος ὁ περὶ τοῦ μὴ ταχύτερον γίνεσθαι τὸ ζῶον, ἐξ ἀνάγκης ἕπεται τοῖς εἰρημένοις. εἰ γὰρ μηδὲν ἁμαρτάνοιτο, μήτε ἐν τῷ τὸ κενούμενον ἀναπληροῦσθαι, μήτε ἐν τῷ τὰ περιττώματα μένειν ἔνδον, ὑγιαίνοι τ' ἂν ἐν τῷδε τὸ ζῶον, ἀκμάζοι τε μέχρι παμπόλλου. περὶ μὲν δὴ τοῦδε καὶ αὖθις εἰρήσεται, τοῦ λόγου προϊόντος.

CAPVT IV.

Fundamenta & hypotheses pro constituenda arte sanitatis tuendæ.

NVnc quod reliquum est eorũ quæ ab initio disserere proposuimus, adiiciam, quò sanitatis tuendæ scopos, quot qualésque sint, clariùs C distinguam. Diximus enim, si corpus nostrum impatibile esset, sicut adamas, aut quid eiusmodi, minimè artẽ requirere, quæ ei tuẽdo præsideret; sed quoniã duplices corruptionis causas, alteras internas & à se; alteras extrinsecus incidentes habet; necesse est curã prouidentiámque non paruã desiderare. Et ex se quidem duplici primo modo consumi corpus indicauimus; vno quòd vel ętatis cursu, vel assiduo substantiæ fluore, ad interitum tendat; altero qui vtique esum potionémque cõsequitur, ipso excrementorũ prouentu. Atque ex se quidẽ ita corrumpitur, eorũ verò quæ extrinsecus incidunt, vnũ certè est quod separari ab eo D non potest, quódque illi perpetuò, & (vt ita dicã) veluti connatũ adhæret, aër ipse ambiẽs. Alia nec necessariò, & incertis temporibus nobis accedũt. Ille nempe qui circumfunditur aër nos lædit, vel quòd calidos immodicè, vel quòd frigidos, vel quòd siccos, vel humidos efficiat. Hęc quòd contundant, quòd diuellãt, quòd vulnerẽt, vel quòd articulũ aliquẽ loco moueãt. Oritur hoc loco logica quædã disputatio, quæ in vtramque partem rationes habet, aliis horum omniũ curã ad eã quę corpus tuetur artẽ pertinere affirmantibus; aliis, eorũ tantũ quæ calefaciãt, refrigerent, humectẽt, E aut siccẽt: nõ enim si quid cõtusione, vulnere, aut simili quopiã affectu, à naturali habitu sit emotũ, id aut nosse, aut declinasse, vllius esse artis munus. Ego verò de problematis id genus agendũ mihi non statui; sed quod vtraque pars vltrò concedit, eo accepto, ad propositũ reuertar. Illud ergo cõfessũ vtriq; arbitror, quòd vulnere, vel contusione, vel simili aliqua ratione lædunt aut corrũpunt sanitatẽ, omnibus hominibus esse nota; quæ calefaciendo, vel refrigerando, vel humectando, vel siccando, non omnibus. Ergo ne nos quidẽ quicquam ab officio alienum fecisse videbimur, si quę F omnibus nota sunt, prætermissis, ad ea quæ paucis nota sunt, orationẽ conuertamus: nõ enim mihi propositũ est, hoc saltẽ opere sophisticos cauillos diluere; sed potiùs quo pacto quis in morbum nõ incidat, docere. Rursus igitur ad proprium initium sermonẽ reuocemus, ac diligentiùs adhuc, quæ pro hypothesi sunt habẽda, cõmemoremus.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Δ'.

Ὑποκείμενά τε καὶ ὑποθέσεις τῆς συστάσεως τῆς ὑγιεινῆς πραγματείας.

ΤΟ δ' ὑπόλοιπον, ὧν ἐξ ἀρχῆς διελέσθαι προὐθέμεθα, προσθήσομεν, ὑπὲρ τοῦ διωρίσθαι σαφῶς ἤδη τοὺς ὑγιεινοὺς σκοποὺς, ὁποῖοί γέ εἰσι καὶ ὁπόσοι. ἔφαμεν γὰρ, ὡς εἰ μὲν ἀπαθὲς ἦν ἡμῶν τὸ σῶμα, καθάπερ ἀδάμας, ἤ τι τοιοῦτον, οὐδεμιᾶς ἂν ἐδεήθη τέχνης ἐπιστατούσης αὐτοῦ· ἐπεὶ δὲ διττὰς ἔχει τῆς φθορᾶς αἰτίας, τὰς μὲν, ἔνδοθέν τε καὶ ἐξ αὐτοῦ· τὰς δὲ ἐκ τῶν ἔξωθεν προσπιπτόντων· ἀναγκαῖον αὐτῷ δεῖσθαι προνοίας οὐ μικρᾶς. ἐξ ἑαυτοῦ μὲν οὖν ἐδείχθη κατὰ διττὸν τὸν τρόπον διαφθειρόμενον, ἢ διὰ γῆρας ἐπὶ θάνατον προϊὸν, ἢ διὰ τὸ ῥεῖν ἀεὶ τὴν οὐσίαν αὐτοῦ· καθ' ἕτερον δὲ, τὸν ἑπόμενον οἷς ἐσθίει τε καὶ πίνει, τὴν ἐκ τῆς τῶν περιττωμάτων γενέσεως. ἐξ αὑτοῦ μὲν οὖν ὧδέ πως φθείρεται, τῶν δὲ ἔξωθεν αὐτῷ προσπιπτόντων ἓν μὲν ἀχώριστόν τέ ἐστι, καὶ διαπαντὸς ὁμιλοῦν αὐτῷ, καὶ ὡς ἂν εἴποι τις σύμφυτον, ὁ περιέχων ἀήρ. τὰ δ' οὔτ' ἀναγκαῖα, καὶ κατὰ χρόνους τινὰς ἀτάκτως ὁμιλοῦντα. ὁ μὲν περιέχων ἀὴρ, ἢ τῷ θερμαίνειν ἀμέτρως, ἢ τῷ ψύχειν, ἢ τῷ ξηραίνειν, ἢ τῷ ὑγραίνειν βλάπτων. τὰ δὲ, τῷ θλᾶν, ἢ διασπᾶν, ἢ τιτρώσκειν, ἢ ἐξαρθρεῖν τι ποιεῖν. ἔστι μὲν οὖν τις ἐνταῦθα λογικὴ ζήτησις εἰς ἑκάτερον ἐπιχειρεῖσθαι δυναμένη· τινῶν μὲν, τῆς περὶ τὸ σῶμα τέχνης, ἁπάντων τούτων τὴν φυλακὴν εἶναι λεγόντων· τινῶν δὲ, τῶν θερμαινόντων τε καὶ ψυχόντων, ὑγραινόντων καὶ ξηραινόντων μόνον. εἰ γάρ τι θλῶν, ἢ τιτρῶσκον, ἤ τι τοιοῦθ' ἕτερον ἐργαζόμενον ἐξίστησι τοῦ κατὰ φύσιν ἡμᾶς, οὐδεμιᾶς εἶναι τέχνης, οὔτε γινώσκειν, οὔτε φυλάττειν τὰ τοιαῦτα. ἐμοὶ δὲ περὶ μὲν τοιούτων προβλημάτων οὐ πρόκειται νῦν διαιρεῖν· ὅπερ δ' ὁμολογούμενόν ἐστι πρὸς ἀμφοῖν ἐξ ἑτοίμου λαβὼν, ἐπὶ τὸ προκείμενον ἐπάνειμι. τὸ μὲν γὰρ ἅπασι τοῖς ἀνθρώποις γινώσκεσθαι, τὰ τῷ τιτρώσκειν, ἢ θλᾶν, ἤ τι τοιοῦτον ἕτερον ἐργάζεσθαι, βλάπτοντά τε καὶ διαφθείροντα τὴν ὑγείαν· οὐχ ἅπασι δὲ ὅσα τῷ θερμαίνειν, ἢ ψύχειν, ἢ ξηραίνειν, ἢ ὑγραίνειν, ὡμολόγηται πρὸς ἀμφοῖν. οὔκουν οὐδ' ἡμεῖς αὐτοὶ ἔξω μέρους τι πράττειν δόξομεν, εἰ τὰ γινωσκόμενα ἅπασιν ὑπερβάντες, ἐπὶ τὰ μὴ γινωσκόμενα τὸν λόγον ἄγοιμεν. οὐ γάρ μοι πρόκειται, τό γε νῦν εἶναι, σοφιστικὰ ζητήματα διελθεῖν· ἀλλ' ὡς ἄν τις ἥκιστα νοσήσειεν, ὑφηγεῖσθαι. πάλιν οὖν ἐπὶ τὴν οἰκείαν ἀρχὴν ἐπαναγάγωμεν τὸν λόγον, ἀναμνήσαντες ἀκριβέστερον ἐπὶ τῶν ὑποθέσεων αὐτῶν.

τό, τε γὰρ εἶναι τὴν ὑγείαν οὐχ ἁπλῶς εὐκρασίαν ἢ συμμετρίαν τῶν στοιχείων, ἐξ ὧν ἐγενόμεθα, καθάπερ οἱ πρὸ ἡμῶν, ὀλίγου δεῖν ἅπαντες, ἐνόμιζον, ἀλλὰ μόνην τὴν τῶν ὁμοιομερῶν σωμάτων, ἀποδεδειγμένον ἡμῖν ἐν ἑτέροις, ὑπόθεσις ἔστω πρὸς τὰ παρόντα. τό, τε τῶν ὀργανικῶν σωμάτων τὴν ὑγείαν ἐν διαπλάσει, καὶ ἀριθμῷ, καὶ πηλικότητι, καὶ συνθέσει τῶν ὁμοιομερῶν συνίστασθαι, καὶ τοῦθ' ὡσαύτως ὑποκείσθω προδεδειγμένον ἑτέρωθι. καὶ μὴν καὶ ὅτι ταῖς κατὰ φύσιν ἐνεργείαις ἡ ὑγιεινὴ κατασκευὴ κρίνεται· καὶ ὅτι τῆς ὑγείας, ἡ μὲν, ἀρίστη τίς ἐστι, καὶ ὡς ἂν οὕτως τις εἴποι, τελεία τε καὶ ἄκρα. ἡ δ' ἐστὶν ἐλλιπής τε καὶ οὐκ ἀκριβής, οὐδὲ τελεία, ὥσπερ δή, καὶ πλάτος ἔχειν πάμπολυ φαμέν· ὑποκείσθω καὶ ταῦθ' ἡμῖν, ἐν τῷδε, δι' ἑτέρων τε ἤδη προαποδεδειγμένα, καὶ νῦν οὐχ ἥκιστα δειχθησόμενα. μάλιστα δ' ἀνεγνωκέναι βούλομαι τὸν ὁμιλήσοντα τοῖσδε τοῖς γράμμασι, τὸ βιβλίον ἐν ᾧ σκέπτομαι, τίνος ἐστὶ τέχνης μέρος τὸ ὑγιεινόν, ἐπιγράφεται δὲ Θρασύβουλος, ἔτι δὲ, καὶ τὸ περὶ τῆς ἀρίστης κατασκευῆς τοῦ σώματος ἡμῶν. ἔτι δὲ τὸ περὶ τῆς εὐεξίας ἐστὶν ἄμφω μικρὰ βιβλίδια, ἃ εἰ προαναγνοίη τις ἐπὶ τόνδε τὸν λόγον ἀφίκοιτο, ῥᾷστα ἂν ἀκολουθήσειε τοῖς νῦν λεγομένοις. ὅτι δὲ καὶ τὸ περὶ τῶν καθ' Ἱπποκράτη στοιχείων ἀναγκαῖόν ἐστιν εἰς τὰ παρόντα, πρόσθεν εἴρηται. καὶ γὰρ δὴ καὶ ἕπεται ἐκείνῳ, τὸ περὶ τῆς ἀρίστης κατασκευῆς, καὶ τὸ περὶ τῆς εὐεξίας.

Primũ ergo quod à nobis alibi demonstratũ est, sit ad prȩsentia hypothesis, sanitatẽ nõ esse absolutè elementorũ, ex quibus constamus, probam tẽperiem aut commoderationem, quemadmodũ omnibus ferè, qui ante nos scripserũt, visum est; sed eã duntaxat, quæ similiarium est partium. Secundo loco illud quoque, quod alibi non minùs demonstrauimus, præsumptum pro hypothesi esto, nempe instrumentalium sanitatem in conformatione, numero, magnitudine, ac compositione similarium consistere. Tertio functionibus secũdũ naturã obeũdis, sanitatis habitũ discerni. Postremo sanitatẽ quandã optimam esse, & (vt sic dicã) consummatã atq; summã, quandã ceu deficientẽ ab hac, nec planè absolutã perfectáve; atq; hãc etiã latitudinẽ habere nõ paruã; hæc quoque pro hypothesi hoc loco sint, quæ alibi nobis certissimis rationibus iã firmata, nunc quoque nihilo secius sunt demõstrãda. Maximè verò velim, qui his studere voluerit, eũ librum legat, in quo illud inuestigamus, cuius artis pars sit ea, quæ sanitatis tuendę curã profitetur; is liber inscriptus Thrasybulus est; pręterea eũ, quẽ de optimo corporis nostri statu scripsimus; itẽ, quẽ de bono corporis habitu. Sunt hi breues ambo libelli; quos si perlegerit qui ad hæc accedet, facillimè cõsequetur, quæ mox dicẽtur. Dictũ iã antea nobis est etiã eũ librũ qui de elemẽtis secundũ Hippocratẽ scriptus est, necessarium ad præsentẽ disputationẽ esse, quod opus sequũtur, tũ id quod de optima corporis cõstitutione, tũ id quod de bono habitu cõscripsimus.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ε'.

Ἐν τῇ ὑγείᾳ ἱκανὸν εἶναι τὸ πλάτος, καὶ πόθεν αὐτή τε καὶ ἡ νόσος διακρίνεται.

Ἐπὶ τούτοις ὑποκειμένοις ἔνθενδέ ποθεν ἀρκτέον ἂν εἴη τῆς ὑγιεινῆς πραγματείας. ἐπεὶ συμμετρία τίς ἐστιν ἡ ὑγεία, συμμετρία δὲ πᾶσα κατὰ διττὸν τρόπον ἀποτελεῖταί τε καὶ λέγεται, ποτὲ μὲν εἰς ἄκρον ἥκουσα, καὶ ὄντως οὖσα συμμετρία, ποτὲ δὲ ἀπολειπομένη βραχύ τι τῆς ἀκριβείας, εἴη ἂν καὶ ὑγιεινὴ συμμετρία διττή τις· ἡ μὲν γὰρ ἀκριβής τε, καὶ ἀρίστη, καὶ τελεία, καὶ ἄκρα· ἡ δὲ, ἀπολειπομένη μὲν ταύτης, οὐ μὴν ἤδη γέ πω τοσούτῳ, ὡς λυπεῖσθαι τὸ ζῷον. ἔτι δὲ κἀνταῦθα λογική τις μᾶλλον, ἢ κατὰ τὴν χρείαν τῆς τέχνης, ζήτησις· οὐ συγχωρούντων ἐνίων ἕτερον ἑτέρου μᾶλλον ὑγιαίνειν, οὐδ' εἶναι πλάτος ἱκανὸν ἐν τῇ διαθέσει τοῦ σώματος, ἣν ὑγείαν ὀνομάζομεν, ἀλλ' ἕν τι καὶ ἀπηκριβωμένον οὖσαν αὐτήν, ἄτμητον εἰς τὸ μᾶλλόν τε καὶ ἧττον ὑπάρχειν. ἐμοὶ δὲ, ὥσπερ τὸ λευκὸν σῶμα, τὸ μὲν, ἧττον λευκὸν εἶναι φαίνεται, τὸ δὲ, μᾶλλον. οὕτως καὶ τὸ ὑγιαῖνον, ἧττόν τε καὶ μᾶλλον εἶναι δοκεῖ τοιοῦτον. διττὴ δὲ ἀπόδειξις τοῦ λόγου, μία μὲν, ἐκ τῆς κατὰ τὰς ἡλικίας μεταβολῆς· ἀφ' οὗ γὰρ ἀπεκυήθη τὸ ζῷον, ἀεὶ μεταβάλλειν ἀναγκαῖον αὐτοῦ κρᾶσιν, ὡς ἔμπροσθεν ἐδείκνυμεν. ὥστ' εἴπερ ἐν μὲν τῷ ποιῷ τῆς κράσεως ἡ ὑγεία, τὸ ποιὸν δ' οὐ μένει ταὐτόν, οὐδὲ τὴν ὑγείαν ἐγχωρεῖ τὴν αὐτὴν φυλάττεσθαι. δευτέρα δ' ἀπόδειξις, ἐκ τῆς κατὰ τὰς ἐνεργείας διαφορᾶς. οὔτε γὰρ τοῖς ὀφθαλμοῖς ὡσαύτως ἅπαντες οἱ ὑγιαίνοντες ὁρῶσιν, ἀλλ' οἱ μὲν, μᾶλλον, οἱ δ' ἧττον, οὔτε τοῖς ὠσὶν ὁμοίως ἀκούουσιν, ἀλλὰ κἀνταῦθα πάμπολυ τὸ μᾶλλόν τε καὶ ἧττον.

CAPVT V.

Sanitatem magnam habere latitudinem; ac vnde ipsa & morbus dignoscatur.

AB his hypothesibus veluti fundamẽtis operis iactis, hinc alicunde sanitatis tuendæ tractatio incipienda erit. Quum sanitas commoderatio quædam sit, commoderatio verò omnis duplici ratione non solũ perficiatur, sed etiã dicatur, aliàs quæ ad summũ peruenit, & verè prorsúsque cõmoderatio est; aliàs quæ ab huius absolutione perfectionéque paulũ deficit. Vtique & sanitatis cõmoderatio duplex quędam fuerit; hęc quidem exacta, optima, absoluta, & summa; illa paulò ab hac deficiens, nõ tamẽ eatenus, vt animali sit grauis. Existit & hoc loco logica potiùs quàm ex vsu artis dubitatio quędã, negantibus quibusdã, aliũ alio magis esse sanũ, aut esse eius affectus corporis, quã sanitatem dicimus, notabilẽ vllã latitudinẽ; sed vnicã esse eã affirmantibus, & quæ ad vnguem sit exacta, nec maioris minorísque ratione diuidua. Mihi verò, sicuti album corpus aliud magis, aliud minus albũ cernitur, ita & quod sanum dicimus, magis minúsque tale esse videtur. Cuius rei duplex demonstratio est, vna quæ ex mutatione accipitur, quæ per ætatũ vices cernitur, postea namque quàm editũ animal in lucẽ est, perpetuò mutari eius temperamẽtũ (vt ante proposuimus) est necesse. Quare si in tẽperamenti qualitate sanitas cõstituitur, qualitas autẽ ipsa non permanet eadẽ, nec ipsam sanitatẽ eandẽ seruari est possibile. Altera nõ minus euidens demonstratio ab ipsa sumitur actionis differentia. Siquidẽ nec qui sani sũt oẽs oculis æquè cernũt, sed alij perspicaciùs, alij obtusiùs; nec auribus pari modo audiũt, imò hîc quoq; magna est in excessu defectúq; diuersitas.

Sed

Sed nec pedibus similiter currunt; nec manibus apprehendunt; nec reliquorum denique instrumentorum munia similiter obeũt, sed hic meliùs, ille deteriùs. Si itaque actionum diuersitas temperamenti modo respondet, cogit planè ratio, vt totidem sint temperamentorũ diuersitates, quot sunt functionum differentiæ. Quòd si quis constitutionum, potius quàm temperamentorũ, dicendum putat, quò vtique in omnem sectam ratio quadret, ita nimirum colligat, licet. Sanitas omni sectæ commoderatio quædam est nobis, humidi, sicci, calidi, & frigidi. Aliis corpusculorũ, & meatuum. Aliis insectilium, vel incompactilium, vel minimorum, similariúmve, vel denique primorum elementorum cuiuscunque. Sed secundum cuiusque sectæ opinionem, pro ipsorum commoderatione partibus operamur. Si itaque varia eduntur opera, vtique varia est & elementorũ in singulis commoderatio, quam esse sanitatẽ supra proposuimus. Quin & citra omnẽ elementi mentionẽ hoc pacto sermo quæsitus est. Si mẽbrorum cõstitutioni functiones suæ respõdent, quotquot harum varietates dabuntur, totidem nimirum & constitutiones erunt; atqui respondent constitutionibus opera: erunt ergo, necesse est, tot constitutionũ discrimina, quot sunt functionum differentiæ. Sunt vero hæ numerosæ; quare erunt, & constitutiones æquè multæ. Si ergo omnium qui sani sunt, membrorum constitutio in commoderatione consistit; constitutiones autem ipsæ variæ sunt, quandoquidẽ functiones sunt variæ; vtique multæ variæque ipsarum constitutionum cõmoderationes erunt, quare etiam sanitates multæ variæque. Atqui si inter se differũt particulares sanitates, vel secundũ communẽ in omnibus formam different, à qua sanè sanitates dicuntur; vel secundum magis, & minus inter se differunt; at non secundum communem formam, indifferẽtes enim sunt ipsæ sanitates: secundũ ergo magis, & minus inter se differunt. Sicuti enim niuis candor ab eo, qui in lacte visitur quatenus cãdor est nõ dissidet; sed maioris minorísq; ratione dissidet; ita & Achillis, v.g. sanitas ab ipsa, quæ in Thersite est nõ differt, quatenus .n. sanitas, eadẽ est; at altero quopiã ab ea differt, id verò alterum aliud planè nihil est, quàm maioris minorísq; ratio. Neque .n. est quod quisquam dicat non edi ab omnibus hominibus varias actiones, neq. aliunde dissimilitudinẽ hanc nasci, quã ex ipsa cõstitutione, vnde actio proficiscitur. Quòd si quis eos dũtaxat sanos esse cõtendat, quorũ singula mẽbra functiones suas obeunt absolutissimè; nos verò cæteros, qui minus probè sumus affecti, non esse sanos: sciat is se vniuersæ tractationis, quę de sanitate tuẽda instituitur, fundamentũ subuertere. Si .n. huic propositũ est seruare tueríq; eã quã ab initio accepit sanitatẽ; nemo autẽ nostrũ sanus est, luce clarius fit, inutilẽ irritãque fore, quã nũc de sanitate tuẽda artẽ instituimus. Itaq. nec quęrenda nobis talis vlla est, sed planè silẽtio prætereunda, sermóque iamiã finiẽdus. Omnes ergo eiusmodi difficultates submouet ipsius veritatis cognitio: nõ enim absoluta ipsa tantũ est, quę indiuisibilis simul est & dicitur sanitas, verùm etiã, quæ ab hac deficit, modò tamẽ vsibus nostris adhuc nõ sit inepta. Quippe sanitate oẽs indigemus, tũ ad vitæ functiones quas planè morbi impediunt, aut interrũpunt, atque auferũt; tũ verò vt molestia careamus. Vexamur .n. in doloribus nõ leuiter; eã verò corporis cõstitutionẽ,

A οὐ μὴν οὐδὲ τοῖς σκέλεσιν ὡσαύτως θέουσιν, οὐδὲ ἀντιλαμβάνονται ταῖς χερσίν· οὐδὲ τοῖς ἄλλοις ἅπασιν ὀργάνοις ὡσαύτως ἐνεργοῦσιν, ἀλλ' ὁ μέν τις βέλτιον, ὁ δὲ, χεῖρον. εἴπερ οὖν αἱ διαφοραὶ τῶν ἐνεργειῶν, ταῖς τῶν κράσεων διαφοραῖς ἀκολουθοῦσιν, ἀνάγκη τοσαύτας εἶναι τὰς τῶν κράσεων διαφοράς, ὅσαι περ εἰσὶ καὶ αἱ τῶν ἐνεργειῶν. εἰ δὲ μὴ κράσεων ἐθέλει τις λέγειν, ἀλλὰ κατασκευῶν, ἵν' ἐπὶ πάσας τὰς αἱρέσεις ὁ λόγος ἐκτείνοιτο, συμπεραίνοιτ' ἂν ὡσαύτως. συμμετρία γὰρ δή τις ἡ ὑγίεια κατὰ πάσας ἐστὶ τὰς αἱρέσεις, ἀλλὰ καθ' ἡμᾶς μὲν, ὑγροῦ καὶ ξηροῦ, καὶ θερμοῦ καὶ ψυχροῦ. B κατ' ἄλλους δὲ, ὄγκων καὶ πόρων. κατ' ἄλλους δὲ ἀτόμων, ἢ ἀνάρμων, ἢ ἀμερῶν, ἢ ὁμοιομερῶν, ἢ ὅτου δὴ τῶν πρώτων στοιχείων. ἀλλὰ κατὰ πάντας γε, διὰ τὴν συμμετρίαν αὐτῶν ἐνεργοῦμεν τοῖς μορίοις. εἴπερ οὖν διαφόρως ἐνεργοῦμεν, διάφορός ἐστι καὶ ἡ καθ' ἕκαστον συμμετρία τῶν στοιχείων, ὅπερ ἦν ἡ ὑγίεια. καὶ μὴν καὶ χωρὶς τοῦ στοιχείου μνημονεύειν, ὧδ' ἂν ὁ λόγος ἐρωτηθείη. εἴπερ ταῖς κατασκευαῖς τῶν μορίων ἀκολουθοῦσιν αἱ ἐνέργειαι, ὅσαι περ ἂν ὦσιν ἐν ταῖς ἐνεργείαις αἱ διαφοραὶ, τοσαῦται καὶ αἱ κατασκευαὶ ἔσονται· ἀλλὰ μὴν ἀκολουθοῦσι ταῖς κατασκευαῖς αἱ ἐνέργειαι, ἀναγκαῖον ἄρα τοσαύτας C εἶναι τῶν κατασκευῶν διαφοράς, ὅσαι περ καὶ αἱ τῶν ἐνεργειῶν. εἰσὶ δὲ τῶν ἐνεργειῶν πάμπολλαί τινες, ἄρα καὶ τῶν κατασκευῶν εἰσιν. εἴπερ οὖν ἐν ἅπασι τοῖς ὑγιαίνουσιν αἱ κατασκευαὶ τῶν μορίων ὑπάρχουσι σύμμετροι, διάφοροι δὲ εἰσιν αἱ κατασκευαὶ, διότι αἱ ἐνέργειαι διάφοροι, πάμπολλαί τινες συμμετρίαι τῶν κατασκευῶν ἔσονται, ὥστε καὶ ὑγίειαι πάμπολλαι. καὶ μὴν εἰ διαφέρουσιν ἀλλήλων αἱ κατὰ μέρος ὑγίειαι, ἤτοι κατὰ τὸ κοινὸν ἁπάσαις εἶδος, ἀφ' οὗπερ ὑγίειαι λέγονται, διοίσουσιν, ἢ κατὰ τὸ μᾶλλόν τε καὶ ἧττον ἀλλήλων διαφέρουσιν. ἀλλὰ μὴν οὐ κατὰ τὸ κοινὸν εἶδος· ἀδιάφοροι γάρ D εἰσιν αἱ ὑγίειαι· κατὰ τὸ μᾶλλον ἄρα καὶ ἧττον ἀλλήλων διαφέρουσιν. ὥσπερ γὰρ ἡ ἐν τῇ χιόνι λευκότης, τῆς ἐν τῷ γάλακτι λευκότητος, ᾗ μὲν λευκόν ἐστιν, οὐ διαφέρει, τῷ μᾶλλον δὲ καὶ ἧττον διαφέρει· κατὰ τὸν αὐτὸν τρόπον, ἡ ἐν τῷ Ἀχιλλεῖ, φέρε εἰπεῖν, ὑγίεια τῆς ἐν τῷ Θερσίτῃ ὑγιείας, καθ' ὅσον μὲν ὑγίεια, ταὐτόν ἐστιν, ἑτέρῳ δέ τινι διαφέρει· καὶ τοῦτο τὸ ἕτερον, οὐδὲν ἄλλο ἐστὶν ἢ τὸ μᾶλλόν τε καὶ ἧττον. οὔτε γὰρ ὡς οὐ διαφερόντως ἐνεργοῦμεν ἅπαντες, ἔνεστιν εἰπεῖν, οὔθ' ὡς δι' ἄλλο τι τὴν ἀνισότητα ταύτην ἔχομεν, ἢ διὰ τὴν κατασκευὴν ἐξ ἧς ἐνεργοῦμεν. Εἴ τις δὲ φήσει, μόνοις μὲν τοῖς ἅπασι τοῖς μορίοις E ἄκρως ἐνεργοῦντας ὑγιαίνειν, ἡμᾶς δὲ τοὺς ἄλλους, ὅσοι χεῖρον ἐκείνων ἔχομεν, οὐχ ὑγιαίνειν, ἴστω συμπάσης οὗτος τῆς ὑγιεινῆς πραγματείας ἀνατρέπων τὴν ὑπόθεσιν. εἰ γὰρ δὴ τὸ φυλάττειν ἣν παρελάβομεν ὑγίειαν ὁ σκοπὸς αὐτῆς ἐστιν, οὐδεὶς δὲ ἡμῶν ὑγιαίνει, πρόδηλον ὡς ἐπ' οὐδενὸς ἐνεργοῦσαν ἕξομεν, ἣν νῦν συστῆσαι βουλόμεθα τέχνην ὑγιεινήν, οὐκοῦν οὐδὲ ζητητέον αὐτήν, ἀλλὰ σιωπητέον, καὶ παυστέον ἤδη τὸν λόγον. Ἁπάσας οὖν ἐκκόπτει τὰς τοιαύτας ἀπορίας, ἡ τῆς ἀληθείας γνῶσις· οὐ γὰρ ἡ τελεία μόνον ἥτις ἐστὶν ἄτμητος ὑγίεια λέγεταί τε F καί ἐστιν, ἀλλὰ καὶ ἡ τῆσδε μὲν ἀποδέουσα, μηδέ πω δὲ τῆς χρείας ἐκπεπτωκυῖα. χρῄζομεν γὰρ ἅπαντες ἄνθρωποι τῆς ὑγιείας, εἴς τε τὰς κατὰ τὸν βίον ἐνεργείας, ἃς ἐμποδίζουσί τε, ἢ διακόπτουσι, καὶ καταπαύουσιν αἱ νόσοι, καὶ προσέτι τῆς ἀοχλησίας ἕνεκεν. ὀχλούμεθα γὰρ ἐν ταῖς ὀδύναις οὐ σμικρά· τὴν δὲ τοιαύτην κατάστασιν,

ἐν ᾗ μήτε ὀδυνώμεθα, μήτε ἐν ταῖς κατὰ τὸν βίον ἐνεργείαις ἐμποδιζόμεθα, καλοῦμεν ὑγίειαν, ἣν εἴ τις ἑτέρῳ προσαγορεύειν ὀνόματι βούλεται, πλέον οὐδὲν ἐκ τούτων χρήσει, καθάπερ οὐδ' οἱ τὴν ἀειπάθειαν εἰσάγοντες. εἰ μὲν γὰρ διὰ τοῦτ' εἰσῆγον αὐτήν, ὅτι πᾶν σῶμα γεννητόν, ὥσπερ τὰς τῆς γενέσεως αἰτίας, οὕτω καὶ τὰς τῆς φθορᾶς ἔχει συμφύτους ἐξ ἀρχῆς, ὡς ἡμεῖς ἔμπροσθεν ἐπεδείξαμεν, ἐπῃνοῦμεν ἂν αὐτούς, ὡς ἀληθῆ τε ἅμα καὶ παλαιὰ πρεσβεύοντας δόγματα. ἐπειδὴ δὲ ὁμοειδῆ τὴν τῶν ὑγιαινόντων σωμάτων κατάστασιν εἶναι βούλονται ταῖς τῶν νοσούντων, οὐκέτ' ἐπαινοῦμεν, οὐδὲ ἀποδεχόμεθα τὸ δόγμα. βέλτιον γὰρ ἦν μακρῷ, πλάτος ὑποθέσθαι συνεχὸν τὴν ὑγίειαν, ἤπερ ἅπαντας ἡμᾶς ὑπ' ἀπαύστων νοσημάτων συνέχεσθαι. καὶ γὰρ τὰ σπέρματα πασῶν τῶν νόσων ἐνυπάρχειν ἡμῖν φασιν, ἀλλά τοι συγχωροῦσί τε καὶ αὐτοί, διὰ τὴν σμικρότητα, τὴν αἴσθησιν ἡμῶν ἐκφεύγειν αὐτά. ἔστω τοίνυν, εἰ βούλονται, ὀδυνηρά τις ἐν ἡμῖν διάθεσις, ἀλλ' οὕτω σμικρὰ καὶ δυσαίσθητος, ὡς μὴ λυπεῖν τοὺς ἔχοντας. ἔστωσαν, εἰ βούλονται, καὶ πυρετοί, ἀλλ' οὕτω σμικροί, ὡς μήτ' αἴσθησιν ἡμῖν ἀπ' αὐτῶν γίνεσθαι μηδεμίαν, ἐξεῖναί τε καὶ πολιτεύεσθαι, καὶ λούεσθαι, καὶ πίνειν, ἐσθίειν τε καὶ τἄλλα πράττειν ὧν δεόμεθα. τὸ γὰρ τῆς χρείας ἀπαρεμπόδιστον, ὁρίζει μᾶλλον τὴν ὑγίειαν. οὐδὲ γὰρ ἡ τῶν ἐνεργειῶν ἀσθένεια νόσου γνώρισμά ἐστιν, ἁπλῶς οὕτως εἰπόντι, ἀλλ' ἡ παρὰ τὴν ἑκάστου φύσιν. ὡς ἅπαντές τε κακῶς ὁρῶμεν, εἰ τοῖς ἀετοῖς τε καὶ λυγκεῖ παραβαλλοίμεθα· καὶ ἀκούομεν οὐκ ὀρθῶς, εἰ Μελάμποδι· καὶ δὴ καὶ τοῖς ποσὶν ἀρρωστοῦμεν, εἴ τις ἡμᾶς Ἰφίκλῳ παραβάλλοι· καὶ ταῖς χερσὶν εἰ Μίλωνι. καὶ καθ' ἕκαστον δὴ μόριον, ἐγγὺς ἂν ἥκειν νομισθείημεν πηρώσεως, εἰ τοῖς πρωτεύουσι κατὰ τοῦτο, παραβαλλοίμεθα. τίς γ' οὖν ἡμῶν φαύλως ἔχειν οἴεται τὸν ὀφθαλμόν, εἰ μὴ βλέπει τοὺς ἀπὸ δυοῖν σταδίων μύρμηκας; ἢ τίς τῶν ὤτων εἰ μὴ κατακούοι τῶν ἀφ' ἑξήκοντα σταδίων; ἀλλ' εἰ ταῦτα τὰ γράμματα, τὰ κατὰ τουτὶ τὸ βιβλίον ἐγγεγραμμένα μὴ βλέποι τις ὀρθῶς, οὕτως ἤδη μέμψαιτο τὰς ὄψεις, οὐ μὴν οὐδ' εἰ ταῦτα, τέσσαρας πήχεις ἀποστήσας, εἰ μὴ βλέποι, δικαίως ἂν μέμφοιτο· πλὴν εἰ τῶν οὕτως τις ὀξυωπεστάτων εἴη τὴν φύσιν, ὡς καὶ ταῦτα βλέπειν. οὕτως γάρ, οἶμαι, καὶ μέμψεται, καὶ φήσει δικαίως, ὅπερ ἅπαντες ἄνθρωποι λέγουσιν, ὡς τόδε τι κατὰ τὸν ἔμπροσθεν χρόνον ἐνεργῶν, εἶτα νῦν οὐκ ἐνεργεῖ, τὸν μὲν γὰρ τοιοῦτον, ἐν νόσῳ τινὶ φήσομεν ὑπάρχειν, εἴπερ μηδὲ διὰ γῆρας τοῦτο πάσχει, καίτοι καὶ τοῦτο νόσον εἶναι λέγουσιν ἔνιοι. τοὺς δ' ἄλλους ἅπαντας οἷς φύσει μήτ' ὀξὺ βλέπειν, ἢ ἀκούειν ὑπάρχει, μήτε θέειν ὠκέως, ἤ τι τοιοῦτον ἕτερον ἐνεργεῖν ἰσχυρῶς, οὔτε νοσεῖν, οὔθ' ὅλως παρὰ φύσιν ἔχειν ὑποληψόμεθα. πᾶσαι μὲν γὰρ αἱ νόσοι παρὰ φύσιν· οὐκ ἔχουσι δ' οἱ τοιοῦτοι παρὰ φύσιν, ὥσπερ οὐδ' οἱ γέροντες. οὐκοῦν ἁπλῶς τε τῶν ἐνεργειῶν εὐρωστίᾳ τε καὶ ἀρρωστίᾳ, κριτέον ἐστὶ τοὺς ὑγιαίνοντάς τε καὶ νοσοῦντας, ἀλλὰ τὸ κατὰ φύσιν μέν, τοῖς ὑγιαίνουσι, τὸ παρὰ φύσιν δέ, τοῖς νοσοῦσι προσθετέον. ὡς εἶναι τὴν μὲν ὑγίειαν, διάθεσιν κατὰ φύσιν ποιητικὴν ἐνεργείας, τὴν δὲ νόσον, διάθεσιν παρὰ φύσιν ἐνεργείας βλαπτικήν. οὔτε γὰρ εἰ κατὰ φύσιν ἡ διάθεσις, ἤδη καὶ ὑγίεια. διάθεσις γάρ τίς ἐστι κατὰ φύσιν ἥτε τῶν Αἰγυπτίων μελανότης, ἥτε τῶν Κελτῶν λευκότης, ἥ τε τῶν Σκυθῶν πυρρότης. ἀλλ' οὐδὲν τῶν τοιούτων ὑγίεια. διό τι μηδ' ἐν χρώμασιν ὅλως ἡ ὑγίεια.

A in qua nec doloribus cruciamur, nec in vitæ actionibus impedimur, sanitatem appellamus: quam si quis alio nomine appellare malit, nihilo plus ex ea re consequetur; sicut nec qui perpetuam passionem inuehunt. Quippe si hanc propterea inueherent, quòd omne genitũ corpus sicuti generationis, sic etiã interitus causas ab initio secum natas habet, sicuti à nobis ante demonstratũ est, vtique laudati à nobis essent, tanquam & vera simul, & antiqua Dogmata professi: nunc quum iuxta sanorum ægrotantiúmque corporũ constitutiones easdem esse specie decernũt, nec authores laudo nec placitum probo: quũ longè melius existimem B satis amplam latitudinem sanitati tribuere, quàm nos omnes homines perpetuò vrgẽtibus morbis premi. Qui etsi esse in nobis omnium morborum semina dicant, tamen fatẽtur ipsi ea tam esse parua, vt sensum nostrum omninò effugiãt. Esto igitur (si velint) doloris quispiã in nobis affectus, verùm tam exiguus insensibilisque, vt minimè officiat ei, quẽ corripuit hominem. Sunto, si libet, & febres, sed adeo leues, vt neque sensum sui vllum afferant, liceátque per eas & negotiis publicis priuatisque perfungi, & balneo vti, esséque, & bibere, ac reliqua, quæ opus sunt, peragere. Quippe fa- C cultas ad necessarios vsus minimè impedita, sanitatem potius determinat. Non enim functionum imbecillitas, morbi statim nota est, absolutè ita loquenti, nisi adiectũ sit, quæ præter naturam cuiusque sit. Siquidẽ omnes (arbitror) & cernimus malè, si cum aquilis & lynce comparemur: & cõfusè obleséque audimus, si cum Melampode: & pedibus parum valemus, si cum Iphiclo: & manibus, si cum Milone conferamur. Quotiis denique mẽbro propè mutili videamur, si cum iis qui hoc ipso maximè valẽt, comparemur. Quis igitur nostrûm se non probè oculatum existimet, si formi- D cas duûm stadiorum interuallo non cernat? Aut quis auritum se parũ rectè putet, si quod sexaginta stadiis abest, non exaudiat? At si quis literas hac pagella descriptas rectè non cernat, is iam oculos meritò accuset: non tamen, si quatuor has ipsas cubitis dissitas non videat: nisi fortè ea priùs oculorũ acie fuit, qua vel has cerneret. Sic enim (arbitror) accuset, dicátque meritò, quod omnibus hominibus dici assolet, nempe hoc priùs fecisse, nunc idem facere non posse: hunc enim morbo aliquo teneri dicemus, siquidem senectutis vitio imbecillitas ea non incidit, quamuis sunt, qui E senectutem quoque ipsam morbum esse velint. Cæteros quibus natura non dedit vt acutè videant, aut audiant, aut celeriter currant, aut alia id genus validè strenuéque obeãt, neque morbo teneri, neque in totum præter naturam se habere censebimus. Omnis siquidem morbus præter naturam est, hi se præter naturam planè nõ habent, sicuti nec senes. Non igitur absolutè, sanos, ægrósque functionum firmitate infirmitatéque iudicandum: sed sanis verba illa, secundum naturam: ægris illa, præter naturam, adiici oportebit: vt sit nimirum sanitas, affectus secundum natu- F ram actionem perficiens; cõtrà, morbus, affectio præter naturam actionem lædens. Neque enim si affectus secundum naturam se habeat, continuò etiam sanitas existit. Est enim affectus secundum naturam tum Ægyptiorum nigritia, tum Celtarum candor, tum Scytharum rufus color, quorum tamen nullum est sanitas, quum ea omninò in colore non consistat.

Neque

Neque si præter naturã se habeat, protinus morbus est; quando ita vel ex Sole nigritia, vel diutina vmbratili consuetudine contractus candor, morbus sit. Sed adiecisse oportet sanitatis notioni, quòd causæ ratione ad opus edendũ obtineat; morbi verò notioni, quòd actioné lædat. Verùm de his alibi dictũ à nobis locupletiùs est. Ad præsentem disputationé illud solùm sumpsisse sufficiat, permagnã sanitatis latitudinem esse, nec eam omnibus nobis æqualiter prorsus inesse. Quòd sicui violentũ appareat probę temperiei nomine censeri, quod medio ad vnguem temperamento non sit, is, quæso, reliquorũ in vita nominũ vsum ad memoriam reuocet; vbi & potum, & balneum probè temperatum dicimus, non solùm quum alterum huic, alterum illi tale est, sed etiam quum ad eundem hominem in latitudine tale est. Nam si auerso paululum qui biberit, iniecerit quis in calicé calidæ frigidæve exiguum, nullam mediocris temperamenti mutationem deprehẽdet. Atqui si quod temperatũ est, ita exigis ad vnguem, vt omninò indiuisibile sit, haudquaquam iniecto, vel calidæ, vel gelidæ minimo, temperatũ adhuc esse videbitur. Ad eundem modum neque si quis in natationem temperatam frigidæ pusillum iniecerit, probam eius temperiem protinus corruperit. Quin ambientem quoque nos aërem temperatum dicimus, etiam si in alterutram partem paululum sit propensus. Deinde quid miri, si probam temperiem in satis amplam latitudinem extendunt vniuersi, quando, & in lyris consonantiam ipsam, quæ summa exactissimáque sit, vnicam, atque indiuisibilem esse probabile sit, quæ in vsus hominũ veniat, certè latitudinem habeat? Sæpe namque, quam percommodè temperasse videaris lyram, alter superueniens musicus exactius temperauit. Siquidem nobis ad omnia vitæ munera sensus vbique iudex est; quare ipso etiam probam temperiẽ & intemperiem iudicabimus. Pari modo actionis lęsionem cuiusque præter naturam suã malè habentis membri, non ante morbum decernemus, quàm ad sensibilem magnitudinẽ peruenerit. Nec quicquã, vt ad rem propositã, ne hîc quidẽ referat, ipsámne læsam actioné, an affectum, cuius vitio læditur, morbum dixeris; sicuti nec, siue affectus, siue constitutiones appellasse malit. Dictum à nobis alibi, & de his est, & simul euidentibus rationibus confirmatum, tum morbum, tum sanitatem in corporis affectu constitutionéque cõsistere, minimè in actione, actionísve læsione. Cæterùm ex horum morosa propensione discussionéque parum, vel ad valetudinem tuendã, vel ad morbum summouendum iuuamur; quũ illud modò nouisse satis sit, corporis cõstitutioné, quę causæ rationé respectũ actionis obtinet, vtriusque facultatis scopum esse, & eius, quæ sanitatem tuendam, & eius, quæ morbũ profligandum profitetur, quippe quum hanc, & præsenté seruare, & amissam restituere propositũ nobis sit; actiones verò constitutionem corporis necessariò sequuntur; eam, quę proba est, inculpatæ probæque; quæ contra est, culpabiles, ac vitiosæ. Quare quoniã id, quod ope nostra seruatur restituitúrque, affectus quidã corporis constitutióque est, eã verò ex necessitate functionũ sequitur integritas, ad præsentem certè disputationem parũ attinet, functionúmne, an constitutionum in genere morbus sanitásque collocanda sit, inquiras; id potius attinet, vt illud pro hypothesi sumentes,

A οὔτ᾽ εἰ παρὰ φύσιν, ἤδη καὶ νόσος. ὡς εἴη τ᾽ ἂν οὕτω, καὶ νό-
σος ἥ τ᾽ ἐξ ἡλίου μελανότης, ἥ τ᾽ ἐκ μακρᾶς σκιατρο-
φίας λευκότης. ἀλλὰ προσθεῖναι χρὴ, τῇ μὲν τῆς ὑγείας
ἐννοίᾳ, τὸ, λόγον αἰτίας ἔχειν αὐτὴν πρὸς τὴν ἐνέργειαν·
τῇ δὲ τῆς νόσου, τὸ καὶ ταύτην ἐνέργειαν βλάπτειν. ἀλλὰ
περὶ μὲν τούτων, ἐν ἑτέροις εἴρηται διὰ πλειόνων. εἰς δὲ
τὰ παρόντα, τοσοῦτον ἀποχρήσει μόνον ἐξ αὐτῶν εἰλῆφ-
θαι, τὸ πλάτος ἱκανὸν εἶναι τῆς ὑγείας, καὶ μὴ πᾶσιν ἡμῖν
ὑπάρχειν ἴσον ἀκριβῶς. εἰ δέ τῳ δοκεῖ βίαιον εἶναι, καὶ
τὴν μὴ παντάπασιν ἀπηκριβωμένην εὐκρασίαν, ὅμως
ἔτι καὶ αὐτὴν ὀνομάζεσθαι, ἐκεῖνος ἀναμνησθήτω τῶν κατὰ
τὸν βίον ἁπάντων ὀνομάτων. εὔκρατον οὖν τι καὶ πόμα
B φαμὲν εἶναι, καὶ βαλανεῖον, οὐ μόνον ὅτι, τὸ μὲν, ἄλλῳ·
τὸ δὲ, ἄλλῳ τοιοῦτόν ἐστιν, ἀλλὰ καὶ ὅτι πρὸς τὸν αὐτὸν ἄν-
θρωπον ἐν πλάτει, τοιοῦτον ὑπάρχει. ἀποστραφέντος οὖν
τοῦ πίνοντος, ἐμβαλὼν εἰς τὸ ποτήριον, ἢ θερμὸν, ἢ ψυ-
χρὸν βραχὺ, λάθοις ἂν εὔκρατον ποιήσας. καί τοί γ᾽ εἴ-
περ ἦν οὕτως ἀπηκριβωμένον τὸ εὔκρατον, ὡς ἓν εἶναι, καὶ
ἄτμητον, οὐκ ἂν ἐπιβαλόντος θερμὸν ἢ ψυχρὸν, ἔτι εὔ-
κρατον ἐφαίνετο. κατὰ δὲ τὸν τρόπον, οὐδ᾽ εἰ βραχύ τις εἰς
C τὴν εὔκρατον κολυμβήθραν ἐμβάλοι ψυχρὸν, διαφθε-
ρεῖ παραχρῆμα τὴν εὐκρασίαν αὐτῆς. οὕτω δὲ τὸν περιέ-
χοντα εὔκρατον εἶναί φαμεν, εἰ καὶ βραχείας ἐφ᾽ ἑκάτε-
ρα ῥοπὰς λαμβάνει. καὶ τί θαυμαστὸν, εἰ τὴν εὐκρασίαν
εἰς ἱκανὸν ἐκτείνουσι πλάτος ἅπαντες, ὅπου γε καὶ ἐν αὐ-
ταῖς λύραις εὐαρμοστίαν, τὴν μὲν ἀκριβεστάτην δήπου,
μίαν καὶ ἄτμητον ὑπάρχειν εἰκὸς, ἡ μέν τοί γ᾽ εἰς
χρείαν ἰοῦσα, πλάτος ἔχει; πολλάκις γ᾽ οὖν ἡρμόσθαι
δοκοῦσαν ἄριστα λύραν, ἕτερος μουσικὸς ἀκριβέστερον ἐφηρ-
μόσατο. πανταχοῦ γὰρ ἡ αἴσθησις ἡμῖν ἐστὶ κριτήριον, ὡς
D πρὸς τὰς ἐν τῷ βίῳ χρείας, ὥς τε καὶ τὴν εὐκρασίαν,
καὶ τὴν δυσκρασίαν αἰσθήσει κρινοῦμεν, ὡσαύτως δὲ, καὶ
τὴν τῆς ἐνεργείας βλάβην ἑκάστου τῶν βεβλαμμένων, πα-
ρὰ τὸ κατὰ φύσιν, ὅταν εἰς αἰσθητὸν ἥκῃ μέγεθος, ἤδη
νόσον ἡμῖν εἶναι νομιστέον. οὐδὲν ὡς πρὸς τὰ παρόντα δια-
φέροντος, οὐδ᾽ ἐνταῦθα, πότερον αὐτὰς τὰς βεβλαμμέ-
νας ἐνεργείας τὸ νόσημα εἶναι λέγει τις, ἢ τὰς διαθέσεις,
ὑφ᾽ ὧν βλάπτονται. ὥσπερ οὐδ᾽ εἰ διαθέσεις τις ἢ κα-
τασκευὰς ὀνομάζειν ἐθέλει. διήρηται γὰρ ἡμῖν ἑτέρωθι,
καὶ περὶ τῶνδε, καὶ δέδεικται κατὰ τὰς διαθέσεις τε καὶ
E κατασκευὰς τοῦ σώματος ἥ θ᾽ ὑγεία καὶ νόσος, οὐ κατὰ
τὰς ἐνεργείας τε καὶ τὰς βλάβας αὐτῶν συνιστάμεναι,
ἀλλὰ πρός γε τὸ φυλάττειν ὑγείαν, ἢ ἰᾶσθαι τὰς νόσους,
οὐδὲν ἐκ τῆς τούτων ἀκριβείας ὀνινάμεθα. μόνον γὰρ ἀρ-
κεῖ διαγινώσκειν, ὡς ἡ μὲν κατασκευὴ τοῦ σώματος, αἰ-
τίας ἔχουσα λόγον, ὡς πρὸς τὴν ἐνέργειαν, ὁ σκοπὸς τῆς
ὑγιεινῆς τε καὶ θεραπευτικῆς τέχνης ἐστί· ταύτην γὰρ ἡμῖν
φυλάττειν μὲν ὑπάρχουσαν πρόκειται, δημιουργεῖν δὲ,
ἀπολλυμένην. αἱ δὲ ἐνέργειαι κατ᾽ ἀνάγκην ἕπονται, ταῖς
μὲν χρησταῖς κατασκευαῖς, ἀμέμπτοι, ταῖς δ᾽ οὐ τοιαύ-
ταις, μοχθηραί. ὥστ᾽ ἐπειδήπερ ὃ φυλάττομεν καὶ δημι-
F ουργοῦμεν αὐτοὶ, διάθεσίς τίς ἐστι, καὶ κατασκευὴ τοῦ σώ-
ματος, ἕπεται δ᾽ ἐξ ἀνάγκης αὐτῇ ἡ τῶν ἐνεργειῶν τελειότης,
οὐδὲν ἔτι χρὴ πρὸς τὰ παρόντα, πότερον ἐν τῷ τῶν ἐνερ-
γειῶν, ἢ τῷ τῶν κατασκευῶν γένει θετέον ἐστὶν, ὑγείαν
τε καὶ νόσον, ἐπισκοπεῖσθαι. λαβόντας δ᾽ ἐξ ὑποθέσεως,

1 Hæc vox in optimis exemplaribus non reperitur, et certe tamen textu inuecta fuit. cum enim in similarium forma, positura, numero, ac magnitudine instrumentalium sanitas consistat, ut supra etiam tractatum est galenus, atque adeo sanitas actionum bonarum causa sit, igitur similarium figura, numerus &c. et non instrumentalium functionum causæ sunt. præterea a similaribus et non instrumentalibus edi actiones Galenus manifeste docet lib. 2. the. medi. c. 6. fuch.

δέον εἶναι φυλάττειν τῆς κατὰ φύσιν τοῦ σώματος ἡμῶν κατασκευῆς, ἐκεῖνα δι' ὧν ἐνεργοῦμεν, ἀναμνησάμενοί τε πάλιν, ὡς ἡ τῶν ὁμοιομερῶν εὐκρασία τε καὶ τῶν ὀργανικῶν[1] διάπλασις, καὶ θέσις, ἀριθμός τε, καὶ πηλικότης, τὰ τῶν ἐνεργειῶν ἐστιν αἴτια, καὶ ὡς ἐν πλάτει ταῦτα πάντα ἐστὶ, καὶ ὡς καθ' ἕκαστον ἄνθρωπον ἴδια, τῶν ἐφεξῆς ἐχώμεθα. μεγάλην δ' εἰς αὐτὰ χρείαν ἡ γνῶσις τοῦ πλάτους αὐτῶν παρέχεται. τῆς γὰρ εὐκρασίας διττῆς οὔσης, τῆς μὲν, ὡς πρὸς ἐπίνοιαν μᾶλλον, ἢ μόνιμον ὕπαρξιν ὥστε ἐν ζώου σώματι, τῆς δὲ ὑπαρχούσης τε, καὶ φαινομένης ἐν ἅπασι τοῖς ὑγιαίνουσιν, αὐτὴν πάλιν ἡμᾶς χρὴ τέμνειν τὴν φαινομένην. εὑρεθήσεται γὰρ οὐ μικρὰ τῶν ἐν αὐτῇ διαφορά. Μάθοις δ' ἂν ὡς ἔστιν ἀληθὲς τὸ λεγόμενον, ἐκ τῶν ἡλικιῶν μάλιστα. τῆς γὰρ τῶν μειρακίων ἡλικίας ἀρίστης οὔσης, ὡς πρὸς τὰς καθ' ὁρμὴν ἐνεργείας, ἡ τῶν βρεφῶν δι' ὑγρότητα χείρων ἐστὶν, ἡ δὲ τῶν γερόντων, διὰ ξηρότητά τε καὶ ψύξιν. ἐν μέντοι ταῖς ἄλλαις ἐνεργείαις ταῖς φυσικαῖς ὀνομαζομέναις οἷον αὐξήσεσί τε, καὶ πέψεσι, καὶ ἀναδόσεσι καὶ θρέψεσι, τὰ βρέφη τῶν κατὰ τὰς ἄλλας ἡλικίας ἁπάσας ἀμείνω. ἀλλ' ὅμως οὐδὲν κωλύονται πάντες οἱ κατὰ πάσας τὰς ἡλικίας, ὑγιαίνειν. ὡς οὖν ἐπὶ τῶν ἡλικιῶν ἔχει, κατὰ τὸν αὐτὸν τρόπον εὑρήσεις, καὶ ἐπὶ τῶν φύσεων αὐτῶν, ἀμήχανον [ἐστὶν] οὖσαν τὴν διαφορὰν ἐν ταῖς κράσεσιν. ὥς τε, εἰ οὕτως ἔτυχε, δυοῖν παίδοιν τὴν αὐτὴν ἡλικίαν ἀγόντων, τὸν μὲν ὑγρότερον εἶναι θατέρου πολλῷ, τὸν δὲ, ξηρότερον, ὡσαύτως δὲ, τὸν [μὲν] θερμότερον, τὸν δὲ ψυχρότερον. ἐν ὅσοις δὴ τοῖς σώμασιν ὑπάρχει τὸ, πολλῷ τοῦ προσήκοντος, ἤτοι θερμοτέροις, ἢ ψυχροτέροις, ἢ ὑγροτέροις, ἢ ξηροτέροις εἶναι, ἐν τούτοις οὐκ ἔστιν ἄμεμπτος ἡ κρᾶσις. ἐν ὅσοις δὲ ὑπάρχει τις διαφορὰ, [παρὰ τὸν] τοῦ κάλλιστα κεκραμένου[ς], οὐ μὴν αἰσθητὴ διὰ σμικρότητα, τοῦτο δ' ὡς πρὸς τὴν χρείαν, ἐν ἴσῃ χώρᾳ τιθέμεθα τοῖς ἀρίστοις, ὥστ' εἶναι τῆς κατὰ πλάτος ὑγιείας, τὴν μὲν εὔκρατόν τε καὶ ἄμεμπτον, ὡς πρὸς αἴσθησιν, τὴν δ' οἷον δύσκρατόν τε καὶ μεμπτήν. ἐναργέστατα δὲ τοῦ λεγομένου γνωρίσματα παρέχουσιν, αἱ κατ' ἰσχνότητα καὶ πολυσαρκίαν διαφοραὶ τῶν σωμάτων. ἀναγκαῖον γάρ που τὰς ἐναντίας ἕξεις, ἐναντίαις ἕπεσθαι κράσεσιν. ὥσπερ οὖν οὐκ ἐπαινοῦμεν οὔτε τὸ ἄγαν ἰσχνὸν, οὔτε τὸ πάνυ παχὺ σῶμα, κατὰ τὸν αὐτὸν τρόπον, οὔτε τὰς κράσεις αὐτῶν ἐπαινέσομεν· εἰ καὶ ὅτι μάλιστα βλέποιμεν ἀμφοτέρους ὑγιαίνοντας. αἱ δ' ἐν τῷ μέσῳ τούτων ἕξεις τῶν εὐσάρκων ὀνομαζομένων, ὥσπερ αὗται σύμμετροί τε καὶ ἄμεμπτοι[2] τὴν ἰδέαν εἰσὶ, ἕπονται συμμέτροις τε καὶ ἀμέμπτοις κράσεσι. τὰς τοίνυν τοιαύτας φύσεις, ὡς μὲν πρὸς τὴν ἀκριβεστάτην ἀλήθειαν, οὐδ' αὐτὰς εὐκράτους ἄν τις εἴποι, κατά γε τὴν ἁπλῶς καὶ τελείαν εὐκρασίαν. ὡς μέντοι πρὸς τὴν αἴσθησίν τε καὶ πρὸς τὴν χρείαν, ἀμέμπτους τε καὶ ἀρίστους χρὴ τίθεσθαι. τεκμήριον δὲ ἐναργέστατον, ὅτι μηδ' αὐταὶ τὴν ἀκριβεστάτην ἔχουσιν εὐκρασίαν, ἐκ τοῦ μηδέποτε μένειν αὐτὰς ὡσαύτως ἐχούσας, ἀλλὰ πρῶτον μὲν δέχεσθαι καθ' ἡλικίαν μεταβολὴν, οὐδέποτε ἐν ταὐτῷ μενούσης οὐδεμιᾶς ἡλικίας, ἀλλ' ἀεὶ πρὸς τὸ ξηρότερον [χήρεαι] ἰούσης. δευτέραν δὲ τὴν καθ' ὕπνον τε καὶ ἐγρήγορσιν, ἡσυχίαν τε καὶ κίνησιν, αὐτῶν τε τῶν κινήσεων τὰς διαφοράς· ἔτι τε πρὸς ταύταις, τὴν τοῦ πεινᾷν, ἢ διψῆν, ἢ ἐσθίειν, ἢ πίνειν, ἢ ἐμπεπλῆσθαι σιτίων, ἢ πόματος προσδεῖσθαι· καὶ πρὸς τούτοις ἔτι, καὶ λουτρὰ, καὶ θυμοὶ, καὶ φροντίδες, καὶ λῦπαι, καὶ πάνθ' ὅσα τοιαῦτα,

2 συμμετρίαν καὶ

A quòd in naturali corporis noſtri conſtitutione illa ſeruãda maximè ſũt, quorũ beneficio functiones obeamus; ac illud memoria repetentes, quod ſimilarium quidem partiũ proba temperies, inſtrumentalium, poſitus, nũmerus, & magnitudo, functionum ſunt cauſæ; propterea quòd hæc omnia in latitudine quadã ſpectantur, etiã in ſingulis hominibus ſeorſum; quæ reliqua ſunt, perſequamur. Ad quæ ſanè non paruã commoditatẽ affert latitudo horum perſpecta. Nã quum proba temperies duplex omninò ſit, altera, quæ in animan-
B tium ſaltẽ corpore cogitatione potius vſurpetur, quã ſolidè ſubſiſtat; altera, quæ in ſanis omnibus ſubſiſtit atque apparet, hanc rurſus conſpicuam à nobis diuidi par eſt, quippe in qua non parua diuerſitas inuenietur. Id quã ſit verum, vel ex ipſis ætatibus maximè deprehendas. Quum enim ad omnem voluntate ſuſceptã actionem adoleſcentium ætas ſit aptiſſima, infantium propter humiditatem, ſenũ propter ſiccitatem & frigiditatem deterior. In aliis tamen functionibus, quas naturales appellamus, veluti accretione, concoctione, di-
C ſtributione, & nutritione, infantes planè cæteris ætatibus longè præſtant. Neque tamen eo ſecius omnibus per omnes ætates licet eſſe ſanis. Ergo, quemadmodum in ætatibus ſe habet, ita etiam in naturis immenſum [quantum] eſſe temperamentorũ diſcrimen inueniẽs; vt duorum, e.g. ſimilis ætatis puerorum, hunc altero longè humidiorem, illum ſicciorem: pari modo hunc calidiorem, illum frigidiorem. Quibuſcunque igitur corporibus multò ſupra iuſtum calidis, frigidis, humidis, aut ſiccis eſſe contingit, iis [quæ reprehensionem vacet] planè optima temperies nõ eſt. In quibus autem ab eo quod abſolutiſſimè temperatum eſt, diuerſitas quædam intelligitur, mi-
D nor tamen, quàm quæ ſenſu diſcerni poſſit, hæc certè, quoad ad vſum pertinet, pro abſolutiſſimis accipimus; ita vt ſanitatis, quam in latitudine cõtemplamur, hęc quidem medij ſit temperamenti, nec vlli vitio obnoxia, quod ſaltem ſenſu percipiatur: hæc, ceu intemperata, vitióque expoſita. [eius quod dictum est] Huius ſententiæ euidentiſſima præbent indicia, corporum ſecundum gracilitatem & corpulentiã differentiæ: quippe quorum contrarias habitudines ex cõtrariis temperamentis ortas eſſe neceſſe eſt. Sicuti igitur, nec nimium gracile corpus probamus, nec quod valdè eſt obeſum, ita nec tem-
E peramenta eorũ planè laudabimus, tametſi vtrũque quàm maximè ſanum eſſe conſpicimus. Sed, quæ in medio horũ habitudines ſunt, eorum qui benè habiti nominantur, ſicuti ipſæ debitã partiũ cõmoderationem, ſpeciémque inculpatã habẽt, ita ſequũtur mediocria, & nulli vitio obnoxia tẽperamenta. Tales ergo corporũ habitus, ſi veritatem ipsã ad vnguem exigas, abſoluta ſaltẽ exactáque temperie ne ipſos quidem temperatos dixeris; verũ, quod ſenſu iudicetur, atq; ad vſum ſit ſatis, non inculpabiles ſolum, ſed etiã optimos cen-
F ſueris. Sanè indicium euidentiſſimũ eſt ne ipſos quidem exactiſſimũ temperamentum cõſecutos, ex eo, quod nunquam eodem ſtatu permaneant, ſed primùm ætatũ ipſarum mutationem recipiũt, nulla harũ eundem perpetuo tenorem ſeruante, ſed ſemper [magis ad senectutem] ad ſiccius tendente. Deinde eam, quæ ſomni, ac vigiliarũ, quietis, & motus, tum motus ipſius differentiarũ, ad hęc bibendi, ſitiendi, edẽdi, eſuriendi, ciborũ potúſque copiæ, aut inopiæ; præterea balnei, iracundiæ, curarum, moleſtiarum, omniúmque talium occaſione prouenit,

quæ

A quæ tantum non omni momento temperamentum immutant. Non igitur in tanta mutatione quærere optimum vndecumque temperamentum oportet? quippe quod, sicui vnquam optima natura prædito contigit, certè ne momento quidem durauit. Adeo mihi sanè admirari subit eorum opinionem, qui sanitatem probámque temperiem citra omnem latitudinem, vnicámque esse, & si quid ab hac paulo discessit, vtique sanitatem non esse contendunt. Qua nimirum sententia perpetuam passionem obiter imprudêtes inuehunt; disputántque de re aut nunquam planè visa in animalis corpore: aut, si quando visa est, ne minimum quidem tempus durante.

μονονουχὶ καθ' ἑκάστην ῥοπὴν ὑπαλλάττοντα τὴν κρᾶσιν. οὔκουν χρὴ ζητεῖν ἐν τοσαύτῃ μεταβολῇ, τὴν ἀκριβῶς ἀρίστην κρᾶσιν; εἰ γὰρ καὶ συνέπεσέ ποτε καθ' ὅντιναοῦν ἀρίστην φύσιν, ἀλλ' οὐκ ἔμεινέ γε οὐδ' ἀκαρῆ. ὥστε γέ μοι καὶ θαυμάζειν ἐπέρχεται τὴν δόξαν τῶν ἀνδρῶν, ὅσοι τὴν ὑγείαν τε καὶ εὐκρασίαν ἀπλατῆ τε καὶ μίαν εἶναι νομίζουσιν. εἰ δέ τι παρὰ ταύτην ἐστὶν, οὐδ' ὑγείαν εἶναί φασιν, τὴν τε ἀπάθειαν εἰσφέροντες, οὐκ αἰσθάνονται, περὶ πράγματος ἢ μηδέποτε γενομένου ἐν ζώου σώματι ποιούμενοι τὸν λόγον, ἢ μηδ' ἐλάχιστον ὑπομένοντος, εἰ καί ποτε γένοιτο.

B

CAPVT VI.

Quæ sit optima corporis constitutio.

His ergo quam somniant sanitatem, ipsis seruandam linquimus; nos interim ad eas, quæ in aperto sunt, reuertimur. Quarum quum duplicem statuamus essentiam, de qua modò verba fecimus, suum vtrique scopum reddamus; nempe ei, quam inculpatam diximus, exactam absolutámque planè, quòd vtique sensu aduerti possit, custodiam; alteri, de qua conquerare, non exa-
C ctã. Quippe intemperies, quæ intra sanitatis sunt terminos, corrigere oportebit, ita vt quæ iusto ficciores naturæ sunt, humidiores reddas; quę humidiores sunt ficciores; pari modo, quæ frigidiores sunt, vt harum excessum emendes; quæ calidiores, earum exuperantiam ad moderatius reuoces. Hæc qua salubris victus ratione fiant, procedente sermone docebimus. Prius enim tradêdum arbitror, quemadmodũ optimę naturæ conseruanda sit sanitas. Ante id verò, quænã sit optima corporis constitutio, exponemus. Est igitur ea
D secundum substantiam ipsam rei enarrantibus, & quę optimo temperamento sit, & quæ conformationem partium egregiè ad functiones comparatã habeat; ad hæc, quæ omnem tum numerũ, tum magnitudinem, tum omnium earum inter se contextum ad actiones idoneum exhibeat, si verò indicia notásque respicias, cuius corpus carnis exquisitam mediocritatem præfert; tale est, quod inter gracile, & corpulentum esse docuimus. Nec refert; si pro corpulento crassum dixeris. Idem reliquorũ quoque excessuum in medio planè est situm ita, vt nec hirsutum id dixeris, nec glabrum; sed nec molle, nec durum; nec nigrum,
E nec candidum; adde etiam, nec venis amplis, nec obscuris; nec iracundum, nec ignauum; nec somnolentum, nec peruigilem; nec hebetem, nec callidum; nec in venerẽ pronum, nec à venere alienum. Quòd si omnibus quoque corporis partibus planè medium omnis excessus teneat, pulcherrimum id visu nimirum fuerit, vtpote commoderatum. Erit non minùs ad labores omnes planè idoneum, nec reliquis boni temperamenti, cuiusque membri notis, quas in secundo de temperamentis retulimus, destitutum. Nam multos videas, verbi gratia, quibus caput tempe-
F ratum commodè sit; thorax ventérve, & genitales partes sunt intemperatæ. Quorundam verò in artubus intemperies est. Non desunt & quorum vnum aliquod viscerum, aut alia quæpiam particula vna, aut plures, præterea verò plura aliqua viscera, sint intemperata.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ϛ'.

Τίς ἡ ἀρίστη τοῦ σώματος κατασκευή.

Τούτοις μὲν οὖν, ἣν ὀνειρώττουσιν ὑγείαν, ἀπολείπωμεν φυλάττειν, ἡμεῖς δ' ἐπὶ τὰς φαινομένας ἀφικώμεθα. καὶ διττὴν αὐτῶν θέμενοι τὴν οὐσίαν, ἣν δὴ καὶ προπέπαυμαι λέγων, ἴδιον ἑκατέρας σκοπὸν ἀποδῶμεν. ἐπὶ μὲν τῆς ἀμέμπτου, τὴν ἀκριβῆ φυλακὴν, ὡς πρὸς αἴσθησιν. ἐπὶ δὲ τῆς μεμπτῆς, τὴν οὐκ ἀκριβῆ. πειρᾶσθαι γὰρ χρὴ τὰς ὑγιεινὰς δυσκρασίας, ἐπανορθοῦσθαι. τὰς μὲν ξηροτέρας τοῦ δέοντος φύσεις, ὑγροτέρας ἐργαζομένους· ὅσαι δὲ ὑγρότεραι, ξηραίνοντας, οὕτω δὲ καὶ τῶν μὲν θερμοτέρων, καθαιροῦντας τὴν ὑπερβολὴν, τῶν δὲ ψυχροτέρων, καὶ τούτων κολάζοντας τὴν ἀμετρίαν. ὁποίοις δ' ἄν τις ὑγιεινοῖς διαιτήμασιν ἐργάζοιτο ταῦτα, προϊὼν ὁ λόγος δείξει. πρότερον γάρ με χρὴ διελθεῖν ὅπως ἄν τις τῆς ἀρίστης φύσεως διαφυλάττοι τὴν ὑγείαν, ἔτι δὲ τούτου πρότερον, ἥτις ποτὲ ἐστὶν ἡ ἀρίστη κατασκευὴ τοῦ σώματος, ἀναμνήσωμεν. ἔστι δήπου κατὰ μὲν τὴν οὐσίαν αὐτὴν τοῦ πράγματος ἐξηγουμένοις, ἡ εὐκρατοτάτη τε ἅμα, καὶ τὴν διάπλασιν τῶν μορίων ἀκριβῶς ἁρμόττουσαν ταῖς ἐνεργείαις αὐτῶν ἔχουσα. καὶ πρὸς τούτοις ἔτι, τὸν ἀριθμὸν ἁπάντων, καὶ τὰ μεγέθη, καὶ τὴν πρὸς ἄλληλα σύνταξιν ἁπάντων αὐτῶν χρηστὴν ταῖς ἐνεργείαις παρεχομένη. κατὰ δὲ τὰ γνωρίσματα, τὸ ἀκριβῶς εὔσαρκον σῶμα, τοιοῦτον ἐστὶν, ὃ μέσον ἔφην ὑπάρχειν, ἰσχνοῦ τε, καὶ πολυσάρκου, παχύσαρκον, ἢ παχὺ λέγειν οὐ διοίσει. οὕτω δὲ καὶ τῶν ἄλλων ὑπερβολῶν, ἀκριβῶς μέσον ἐστὶ τὸ τοιοῦτον, ὥστε μήτε λάσιον αὐτὸ δύνασθαι εἰπεῖν τινα, μήτε ψιλὸν τριχῶν, ἀλλὰ μήτε μαλακὸν, μήτε σκληρὸν, ἢ λευκὸν, ἢ μέλαν, ἢ εὐρύφλεβον, ἢ ἄφλεβον, ἢ θυμικὸν, ἢ ἄθυμον, ἢ ὑπνῶδες, ἢ ἀγρυπνητικὸν, ἢ ἀμβλὺ τὴν διάνοιαν, ἢ πανοῦργον, ἢ ἀφροδισιαστικὸν, ἢ τοὐναντίον. εἰ δὲ πᾶσιν ᾖ τοῖς μέρεσιν, ἀκριβῶς μέσον τῶν ὑπερβολῶν ἁπασῶν, ἔστι μὲν δή που τὸ κάλλιστον ὀφθῆναι τὸ τοιοῦτον, ὡς ἂν σύμμετρον ὑπάρχον, εἰς ἅπαντάς τε τοὺς πόνους ἐπιτήδειον. ἕξει δὲ καὶ τἆλλα πάντα γνωρίσματα, τῆς καθ' ἕκαστον μόριον εὐκρασίας, ἅπερ ἐν τῷ δευτέρῳ περὶ κράσεων εἴρηται γράμματι. πολλὰ γὰρ τῶν σωμάτων, εὔκρατα μὲν, εἰ τύχοι ταῖς κεφαλαῖς ἐστι, δύσκρατα δὲ θώραξι, ἢ τοῖς κατὰ γαστρός τε καὶ τὰ γεννητικὰ μόρια. τισὶ δὲ ἐν τοῖς κώλοις ἐστὶν ἡ δυσκρασία, καὶ πολλοῖς καθ' ἕν τι τῶν σπλάγχνων, ἤ τι μόριον ἕτερον ἓν, ἢ πλείω, καθάπερ οὖν καὶ περί τινα πλείω τῶν σπλαγχνῶν, ἐνίοις ἐστὶν ἡ δυσκρασία.

A πολλοῖς δὲ ἐφώρασα, καὶ κατά τι τῶν ὀργανικῶν μορίων δύο κράσεις ὑπαρχούσας, ὥστε εἰ τύχοι, τὸ μὲν ἄλλο κύτος τῆς γαστρὸς ἅπαν, ἑτέρας εἶναι κράσεως, ἤτοι χρηστῆς ἢ μοχθηρᾶς, ἑτέρας δὲ, μόνον αὐτῆς τὸ στόμα. περὶ μὲν δὴ τούτων, ἐν ταῖς μοχθηραῖς τῶν σωμάτων κατασκευαῖς εἰρήσεται.

Ego verò in vnica instrumentalium partium duo temperamenta, idque in non paucis notaui ita vt, v.g. reliqua omnis ventriculi cauitas vno temperamento commodo, incommodóve esset, alio ipsum duntaxat ventriculi os. Cæterùm de his, vbi de vitiosis corporum constitutionibus disceptabimus, agetur.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ζ'.

Περὶ τῆς ὑγιεινῆς πραγματείας τοῦ εὐκράτου παιδίου, καὶ πρὸς τοὺς νομίζοντας δεῖσθαι ξηραίνειν τοὺς παῖδας.

B Περὶ δὲ τῆς ἀρίστης ἤδη λέγωμεν, ἧς ἕκαστον μόριον ἄμεμπτον ἔχει τὴν σύμπασαν οὐσίαν. ὁ δὴ τοιοῦτος ἄνθρωπος, ὑπὸ τὴν ὑγιεινὴν ἀγόμενος τέχνην, εὐτυχὴς μὲν ἂν εἴη τις, εἰ μετὰ τὴν πρώτην ἀποκύησιν, ἐπιτραποῖτο πρὸς αὐτῆς· οὕτω γὰρ ἄν τι καὶ εἰς τὴν ψυχικὴν ὀνίναιτο, τῆς χρηστῆς διαίτης ἤθη χρηστὰ παρασκευαζούσης. οὐ μὴν ἀλλὰ καὶ εἰ κατά τινα τῶν ἑξῆς ἡλικιῶν, εἰς χεῖρας τῆς τέχνης ἀφίκοιτο, καὶ οὕτως ὀνήσεται τὰ μέγιστα. εἰρήσεται δὲ πρῶτον μὲν, ὡς ἄν τις ἐξ ἀρχῆς παραλαβὼν ἄνθρωπον τοιοῦτον, ὑγιαίνοντα διὰ παντὸς ἀποδείξειε τοῦ βίου. πλὴν εἰ μή τι τῶν ἔξωθεν αὐτῷ συμπίπτει βίαιον. οὐδὲν γὰρ τοῦτό γε πρὸς τὸν τῆς ὑγιεινῆς τέχνης ἐπιστήμονα. C Δεύτερον δὲ, ὅπως ἄν τις, εἰ καὶ μὴ νεογνὲς εἴη τὸ παιδίον, ἀλλ' ἤδη παιδεύεσθαι δυνάμενον, ἐπιστατήσειεν αὐτοῦ. καὶ οὕτως καθ' ἑκάστην τῶν ἄλλων ἡλικιῶν. τὸ τοίνυν νεογνὲς παιδίον, τοῦτο δὴ τὸ ἄμεμπτον ἁπάσῃ τῇ κατασκευῇ, πρῶτον μὲν σπαργανούσθω, συμμέτροις ἁλσὶ περιπαττόμενον, ὅπως αὐτοῦ πυκνότερον καὶ στερρότερον εἴη τὸ δέρμα τῶν ἔνδον μορίων. ἐν γὰρ τῷ κυΐσκεσθαι, πάνθ' ὁμοίως ἦν μαλακὰ, μήτε ψαύσαντος αὐτοῦ τινος ἔξωθεν σκληροτέρου σώματος, μήτ' ἀέρος ψυχροῦ προσπεσόντος, ὑφ' ὧν συναγόμενόν τε καὶ πιλούμενον, γένοιτ' ἂν αὐτό τε καὶ τῶν ἄλλων μορίων σκληρότερόν τε καὶ πυκνότερον. D ἐπειδὰν δ' ἀποκυηθῇ, ἐξ ἀνάγκης ὁμιλεῖν μέλλει, καὶ κρύει, καὶ θάλπει, καὶ πολλοῖς σκληροτέροις ἑαυτοῦ σώμασι, προσήκει διὰ ταῦτα, τὸ σύμφυτον ἑαυτῷ σκέπασμα παρασκευασθῆναί πως ὑφ' ἡμῶν, ἄριστον εἰς δυνατὸν εἶναι. ἱκανὴ δὲ ἡ διὰ μόνων τῶν ἁλῶν παρασκευὴ, τοῖς γε κατὰ φύσιν ἔχουσι βρέφεσι. ὅσα γὰρ ἤτοι μυρσίνης φύλλων ξηρῶν περιπαττομένων, ἤ τινος ἑτέρου τοιούτου δεῖται, μοχθηρῶς δή που διάκειται. πρόκειται δ' ἡμῖν τό γε νῦν εἶναι, περὶ τῶν ἄριστα κατεσκευασμένων τὸν λόγον ποιεῖσθαι. E ταῦτ' οὖν ὡς εἴρηται σπαργανωθέντα, γάλακτί τε χρήσθω τροφῇ, καὶ λουτροῖς ὑδάτων χρηστῶν, ὑγρᾶς γὰρ χρῄζει τῆς συμπάσης διαίτης, ἅτε καὶ τὴν κρᾶσιν ὑγροτέραν ἔχοντα, τῶν ἐν ταῖς ἄλλαις ἡλικίαις. ἔοικε δὲ τοῦτο πρῶτον εὐθὺς ἥκειν σκέμμα τῶν ἀναγκαίων, εἰς δίαιταν ὑγιεινήν. εἰσὶ γάρ οἱ νομίζοντες, ἀεὶ δεῖσθαι ξηραίνεσθαι τὰς ὑγροτέρας φύσεις. ὥσπερ γε καὶ θερμαίνεσθαι μὲν, τὰς ψυχροτέρας. ὑγραίνεσθαι δὲ τὰς ξηροτέρας. ψύχεσθαι δὲ τὰς θερμοτέρας. ὑπὸ γὰρ τῶν ὁμοίων ἑκάστην τῶν ἀμετριῶν αὐξάνεσθαι, κολάζεσθαι δὲ, καὶ καθαιρεῖσθαι F πρὸς τῶν ἐναντίων. ἑνὶ δὲ λόγῳ τὰ ἐναντία, τῶν ἐναντίων ὑπάρχειν ἰάματα. ἐχρῆν δὲ αὐτοὺς μὴ τοῦτο μόνον Ἱπποκράτους ἀνεγνωκέναι τε καὶ μνημονεύειν, ὡς τὰ ἐναντία τῶν ἐναντίων ἐστὶν ἰάματα, ἀλλὰ κἀκεῖνα, δι' ὧν φησιν, αἱ ὑγραὶ πᾶσαι δίαιται τοῖς πυρεταίνουσι ξυμφέρουσι,

CAPVT VII.

De Ratione tuendæ valetudinis infantis temperati; ac aduersus eos qui infantes siccandos asserebant.

De optima verò, cuius singulę partes vniuersam substantiam inculpatam habent, nunc dicetur. Huius ergo sortis homo, quum arti sanitatis tuendæ traditur educandus, fortunatus vtique sit, si statim editus in lucē ei committatur. Ita namque ad animi quoque affectus nōnihil lucrifaciet, ipsa nimirum recta victus ratione mores quoque probos reddente. Cæterùm, si qua etiam sequentium ætatū eius se moderationi summitat, sic quoque commoda sentiet nō mediocria. Sanè primùm dicetur, quemadmodum si huiuscemodi hominem ab initio susceperis, eundē per omnem vitæ cursum sanum custodias, modò nequid violentum extrinsecus illi incidat: id quod vtique ad sanitatis tuendæ artificem nihil attinet. Secundò, quemadmodum, si nō recens natum puellum acceperis, sed qui iā præceptoribus dari sit habilis, eius quoque curam agas. Postremò, quemadmodum reliquarum ætatum cuiuslibet. Ergo recens is natus infantulus, cuius corporis cōstitutio omni noxa vacat, primum quidem fasciis deligetur; sed corpori priùs toti sale modicè inserso, quo cutis eius densior solidiórque iis, quæ intus sunt partibus, reddatur. In vtero enim æquè cum reliquis mollis erat, quū nec durius vllum externum corpus inibi contigerit, nec aër illi vsquam frigidus inciderit, quorum commercio cōtracta densatáque, & quàm ipsamet priùs, & quàm reliqua membra, densior duriórque fieret. At quoniā iam editus infans, in frigore, calore, atque inter corpora multo se duriora versetur, necesse est, ob hæc ipsa nimirum naturale eius tegmē præparari quodammodo à nobis, reddique ad dyspathiam quàm aptissimū par est. Ita verò, qui secundū naturam se habent infantes, vel solo sale præparati munitique abundè fuerint; quando, qui siccorum myrti foliorum, aut aliorum id genus inspersione egent, ij planè malè sunt affecti. Nobis verò ad præsens de iis, qui optima sunt constitutione, disserere propositū est. Ergo hi fasciis (vt dictū est) inuoluti, lacte pro alimento vtantur, & balneis salubrium aquarum. Vniuersam namque victus rationem humidam sibi adhiberi postulant, vt qui cæteris ætatibus temperamento sint humidiore. Atque ex iis, quæ ad sanorum victus rationē sunt necessaria, primum hoc se ad disquisitionē statim offert. Nā sunt, qui humidiores naturas siccandas semper putent; sicuti è diuerso, quæ frigidiores sunt, calefieri debere; humectari, quæ sicciores; refrigerari quę calidiores. Quippe similibus quęlibet excessū augescere, contrariis remitti, ac minui; vnóque verbo, contraria contrariorū esse remedia. Oportuit verò non id modò Hippocratis legisse eos, meminisseque, *quòd contraria sint contrariorū remedia*, sed & illa quoque in quibus ait *humidā omnē victus rationem febricitantibus esse vtilē*,

præcipuè verò puellis, & iis qui tali refici victu sunt A *assueti.* Videtur enim in his tria deinceps pari inter se iure posuisse, morbum, ætatem, consuetudinem. Atque à morbo quidem contrarij adhibendi indicationem accipit; ab ætate, & consuetudine, similium. Febri namque, ceu morbo calido, & sicco, humida conueniunt. Puellis, vt quibus ea ætas non morbus, sed secundum naturam sit, id maximè est vtile, quod planè est simillimum. Pari modo consuetudini, vtpotè quæ adscititiã, acquisititiámque naturam in corporibus gignit, contraria dedisse in primis est noxium. Atque hæc meritò, quæ enim corpora secundum naturam se habent, iis seruari custodirique suum habitum decet; quæ morbo ali- B quo premuntur, iis contrà alterari, & ad contrarium habitum trahi expedit. Ac seruatur quidẽ similibus vnumquodque; alteratur contrariis. Haudquaquam itaque siccãdi pueri sunt, si modò in his nulla prẹter naturam humiditas subest, qualis in raucedine, grauedine, catarrhóque conspicitur; sed pro naturæ ratione alendi, ac dulcium aquarum balneis humectandi; (quæ enim medicam facultatem aliquam præ se ferunt, omnes planè siccant, veluti quæ sulphuris aliquid, bituminis, aluminísve repræsentant) tum cibo C co, potionéque nutriendi, qui humidæ quàm maximè naturæ sint. Ad hunc modum, & natura ipsa pueris consuluit, & lac matris in humentis alimenti vsum præparauit. Atque optimum quidem est etiam reliquis fortassè omnibus infantibus ipsum lac matris, modò nullo morbo sit corruptum; maximè verò ei, qui optimo est temperamento, de quo nunc sermo instituitur, quippe cuius maternum non corpus modò totum, sed etiam lac à vitio esse alienum non sit absimile. Ac sanguine quidem, dum adhuc in vtero gestamur, ali nos constat; ex sanguine verò lac gignitur, exiguam in mamillis mutationem adepto. Quare, qui matris lacte pueri aluntur, ij iam non so- D lùm consueto; verùm etiam maximè proprio vtuntur alimento. Videtur autem non modò nutrimentum id natura infantibus præparasse, verùm etiam facultates quasdam naturales, quibus eo vtantur, ab initio protinus contulisse; quando, si modò natis papillam statim in os inseras, & sugunt lac ipsum, & deglutiũt promptissimè. Quin, sicubi fortè offenduntur plorántve, non minimum iis doloris lenimen est nutricis papilla ori indita; quippe tria hæc doloris infantium remedia nutricibus ipso vsu edoctis inuenta videmus; vnum quod modò retulimus: & altera duo, mo- E tum mediocrem; & vocis modulationem: quibus perpetuò vsæ non solùm mitigant, sed etiam somnum conciliant, vel hoc ipso testificante natura, ad musicam eos, & exercitia suoptè ingenio esse propensos. Adeò quisquis his artibus probè vti sciet, is nimirum, & corpus, & animum optimè instituet.

A μάλιστα δὲ παιδίοισι, καὶ τοῖσιν οὕτως εἰθισμένοισι διαιτᾶσθαι. φαίνεται γὰρ ἐνταῦθα, παράλληλα θεὶς ἐφεξῆς τρία, νόσημά τε, καὶ ἡλικίαν, καὶ ἔθος. ἀπὸ μὲν οὖν τοῦ νοσήματος ἔνδειξιν λαμβάνει τῶν ἐναντίων. ἀπὸ δὲ τῆς ἡλικίας τε καὶ τοῦ ἔθους, τῶν ὁμοίων. τῷ μὲν γὰρ πυρετῷ, νόσημα δὲ ἐστι τοῦτο θερμὸν καὶ αὐχμῶδες, αἱ ὑγραὶ δίαιται χρησταί. τοῖς δὲ παιδίοις, οὐ γὰρ νόσημα τούτοις γε, ἀλλὰ κατὰ φύσιν ἡ ἡλικία, τὸ ὁμοιότατον ὠφελιμώτατον. Οὕτω δὲ, καὶ τοῖς ἔθεσιν, ὡς ἂν καὶ αὐτοῖς, ἐπικτήτους τινὰς ἐν τοῖς σώμασι φύσεις ἐργαζομένοις, ἡ τῶν ἐναντίων προσφορὰ βλαβερωτάτη. καὶ δεόντως, τοῖς μὲν κατὰ φύσιν ἔχουσι σώμασι, φυ- B λάττεσθαι χρὴ τὴν οἰκείαν ἕξιν. τοῖς δὲ νοσοῦσιν, ἀλλοιοῦσθαί τε καὶ πρὸς τοὐναντίον ἐπάγεσθαι. φυλάττεται μὲν οὖν ἕκαστον, ὑπὸ τῶν ὁμοίων, ἀλλοιοῦται δὲ, ὑπὸ τῶν ἐναντίων. οὔκουν ξηραίνειν χρὴ τοὺς παῖδας, ὅτι μὴ παρὰ φύσιν αὐτοῖς ἡ ὑγρότης, ὥσπερ ἐν βράγχοις τε καὶ κορύζαις ἢ καταῤῥόοις. ἀλλ᾽ ἐν τοῖς φύσει διαιτᾶν, ὑγραίνοντά τε λουτροῖς ποτίμων ὑδάτων. (ὅσα γὰρ ἐμφαίνει τινὰ φαρμακώδη ποιότητα, ξηραίνει πάντα, καθάπερ τὰ θειώδη, καὶ ἀσφαλτώδη, καὶ στυπτηριώδη) καὶ τροφῇ, καὶ ποτῷ παρέχοντα, ὅτι μάλιστα τὰ κράσεως ὑγροτάτης. οὕτω καὶ ἡ φύσις αὐ- C τὴ προενοήσατο τῶν παίδων, τροφὴν ὑγρὰν αὐτοῖς παρασκευάσασα τὸ γάλα τῆς μητρός. ἄριστον μὲν οὖν ἴσως καὶ τοῖς ἄλλοις ἅπασι βρέφεσι τὸ τῆς μητρός ἐστι γάλα, πλὴν εἰ μὴ τύχῃ νενοσηκός. οὐχ ἥκιστα δὲ, καὶ τῷ τῆς ἀρίστης κράσεως, ὑπὲρ οὗ νῦν ὁ λόγος ἐστί. εἰκὸς γάρ που τὴν τοῦ τοιούτου μητρὸς, ἄμεμπτον εἶναι τό, τε σύμπαν σῶμα, καὶ τὸ γάλα. ἐξ αἵματος μὲν οὖν, ἔτι κυουμένοις ἡμῖν ἡ τροφή. ἐξ αἵματος δὲ, καὶ ἡ τοῦ γάλακτος γένεσις, ὀλιγίστην μεταβολὴν ἐν μαστοῖς προσλαβόντος, ὥσθ᾽ ὅσα παιδία τῷ τῆς μητρὸς γάλακτι τρέφεται, συνηθεστάτῃ τε ἅμα καὶ οἰκειο- D τάτῃ χρῆται τροφῇ. φαίνεται δὲ οὐ μόνον παρασκευάσασα τὴν τοιαύτην τροφὴν ἡ φύσις τοῖς βρέφεσιν, ἀλλὰ καὶ δυνάμεις αὐτοῖς, εὐθὺς ἐξ ἀρχῆς, συμφύτους παρασχοῦσα ἕνεκα τῆς χρήσεως αὐτοῦ. καὶ γὰρ καὶ γεννηθεῖσιν εἴ τις ἐνθείη παραχρῆμα τῷ στόματι τὴν θηλὴν τοῦ μαστοῦ, βδάλλει τε τὸ γάλα, καὶ καταπίνει προθυμότατα. καὶ ἢν ἀνιώμενά τε καὶ κλαυθμυριζόμενα τύχῃ, τῆς λύπης αὐτοῖς, οὐκ ἐλάχιστον ἴαμα, ὁ τιτθὸς τῆς τρεφούσης ἐστὶν ἐντιθέμενος τῷ (τοῖς) στόματι. τρία γὰρ οὖν ἤδη ταῦτα ταῖς τροφοῖς ἐξεύρηται, τῶν παιδίων τῆς λύπης ἰάματα, τῇ πείρᾳ διδαχθείσαις. ἓν μὲν, E τὸ νῦν δὴ λεγόμενον. ἕτερα δὲ δύο, κίνησίς τε μετρία, καὶ φωνῆς ἐμμέλειά τις, οἷς χρώμεναι διαπαντὸς, οὐ καταπραΰνουσι μόνον, ἀλλὰ καὶ εἰς ὕπνον αὐτὰ ἀπάγουσι. δηλούσης αὖ κἀν τῷδε τῆς φύσεως, ὅτι πρὸς μουσικὴν καὶ γυμναστικὴν, οἰκείως διάκειται. καὶ ὅς τις οὖν ἱκανός ἐστι καλῶς χρῆσθαι ταῖς τέχναις ταύταις, οὗτος καὶ σῶμα, καὶ ψυχὴν παιδεύσει κάλλιστα.

CAPVT VIII.

De infantium exercitatione, ac cura necessaria ad mores puerorum formandos, & vt nullus ipsis immoderatus animi motus insit.

NVtricibus igitur triplex puellis excogitata dimotio est, in cunis, in lectulis pẽdentibus,

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Η'.

F Περὶ τῶν τοῦ παιδὸς γυμνασίων τε καὶ ἐπιμελείας ἧς δεῖται τὰ παιδία πρὸς τὸ πλάττεσθαι τὰ τῆς ψυχῆς ἤθη, καὶ μηδεμίαν ἐν αὐτοῖς τῆς ψυχῆς ἄμετρον γίνεσθαι κίνησιν.

ΤΑῖς γοῦν τροφοῖς αἱ τῶν παιδίων κινήσεις, ἔν τε λίκνοις, καὶ σκίμποσι, καὶ ταῖς σφῶν αὐτῶν ἀγκάλαις

ἐξαρθροῦται. καί πως τοῦθ' ἕτερον ἡμῖν σκέμμα, πρὸς ὑγιείας τήρησιν ἀναγκαιότατον. Ἀσκληπιάδου μὲν ἄντικρυς, κἀκ τοῦ φανερωτάτου, κατεγνωκότος γυμνασίων. Ἐρασιστράτου δὲ μὲν ἀτολμότερον ἀποφηναμένου, τὴν δ' αὐτὴν Ἀσκληπιάδῃ γνώμην ἐνδεικνυμένου, τῶν δ' ἄλλων σχεδὸν ἁπάντων ἰατρῶν, ἐπαινούντων οὐ πρὸς εὐεξίαν μόνον, ἀλλὰ καὶ πρὸς ὑγίειαν αὐτά. τρία δ' ἐστὶ γένη τά γε πρῶτα τῶν γυμνασίων, ὅσαιπερ καὶ αἱ τῶν κινήσεων διαφοραί, ἢ γὰρ ἐξ ἑαυτῶν, ἢ ὑφ' ἑτέρων, ἢ διὰ φαρμάκων κινούμεθα. τὸ μὲν δὴ τρίτον εἶδος τῆς κινήσεως, οὐδαμῶς ὑγιαίνουσι πρέπον. ἡ δ' ὑφ' ἑτέρου κίνησις, ἐν τῷ πλεῖν, καὶ ἱππεύειν, καὶ ὀχεῖσθαι. καὶ ὡς ἀρτίως λέλεκται, διά τε λίκνων, καὶ σκιμπόδων, καὶ ἀγκαλῶν γίγνεται. τοῖς μὲν οὖν νεογενέσι παιδίοις οὔπω δεῖ κινήσεως τηλικαύτης, ἡλίκη διά τε τῶν ὀχημάτων, καὶ τῶν πλοίων, καὶ τοῖς ἱππαζομένοις γίγνεται. Τοῖς δ' ἤδη τὸ τρίτον, ἢ τὸ τέταρτον ἔτος ἀπὸ τῆς πρώτης γενέσεως ἄγουσιν, ἐγχωρεῖ καὶ δι' ὀχημάτων, καὶ πλοίων, κινεῖσθαι τὰ μέτρια. Ἑπταετῆ δὲ γενόμενα τὰ παιδία, καὶ τῶν ἰσχυροτέρων ἀνέχεται κινήσεων, ὥστε καὶ ἱππεύειν ἐθίζεσθαι. δι' ἑαυτῶν δὲ κινεῖσθαι τὰ παιδία τηνικαῦτα δύναται πρῶτον, ὅταν ἕρπειν ἄρξηται, καὶ μᾶλλον ἐπειδὰν βαδίζειν. μὴ βιάζεσθαι δὲ αὐτὰ πρὸ τοῦ δέοντος, ὅπως μὴ διαστραφείη τὰ κῶλα. δηλοῖ μὲν κἀν τῷδε τῆς ἡλικίας, εἰς ὅσον ἡ φύσις ἡμῖν ᾠκείωται γυμνασίοις. οὐ γὰρ ἄν, οὐδ' εἰ κατακλείσαις παιδία, οἷός τε εἴης κωλύειν διαθέειν τε καὶ σκιρτᾶν, ὡσαύτως γε τοῖς πώλοις τε καὶ τοῖς μόσχοις. ἱκανὴ γὰρ ἡ φύσις ἐν ἅπασι τοῖς ζώοις, ὁρμὰς οἰκείας ἐνθεῖναι, πρὸς ὑγίειάν τε καὶ σωτηρίαν. ἀλλ' οἱ περὶ τὸν Ἀσκληπιάδην οὐδὲν τούτων ἐννοήσαντες, ἐπὶ πολλῆς σχολῆς, σοφίσματα πλέκουσιν· ἐπιδεικνύναι πειρώμενοι, τὰ γυμνάσια μηδὲν εἰς ὑγίειαν συντελοῦντα. πρὸς ἐκείνους μὲν δὴ καὶ αὖθις εἰρήσεται τὰ εἰκότα, ὡς τῆς ἀδολεσχίας ἐπὶ τέλους εἰρησομένης. πρόκειται γάρ μοι νῦν οὐ σοφιστῶν ἀδολεσχίας ἐλέγχειν, ἀλλ' αὐτὸ τὸ χρήσιμον εἰς ὑγίειαν ἐκδιδάσκειν. ἐπὶ δὲ τοὺς παῖδας ἐπάνειμι τοὺς ἄριστα κατεσκευασμένους τὰ σώματα. τούτους δὲ εἰκὸς εἶναί που καὶ τὸ τῆς ψυχῆς ἦθος ἀμέμπτους. ὡς ὅσοι γε θυμικώτεροι τοῦ δέοντός εἰσιν, ἢ ἀθυμότεροι, ἢ διαισθητότεροι, ἢ ἀναισθητότεροί τινες, ἢ λιχνότεροι τοῦ προσήκοντος, ἀνάγκη τούτους οὐκ ὀρθῶς κεκρᾶσθαι τοῖς μέρεσιν ἐκείνοις τοῦ σώματος, οἷς ἐνεργοῦμεν ἕκαστα τῶν εἰρημένων. γέγραπται δὲ ὑπὲρ αὐτῶν ἐπὶ πλέον ἐν τοῖς περὶ τῶν Ἱπποκράτους, καὶ Πλάτωνος δογμάτων ὑπομνήμασιν. ἀλλ' ὅ γε νῦν ἡμῖν προκείμενος ἐν τῷ λόγῳ παῖς, ἄριστός ἐστι τὰ πάντα. τούτου τοίνυν ἐπανορθοῦσθαι μὲν οὐδὲν χρὴ τῶν ἠθῶν τῆς ψυχῆς, φυλάττειν δ' ὅπως μὴ διαφθαρῇ. φυλάττεται δὲ ἅπαν, ὑπὸ τῶν αὐτῶν κατὰ γένος, ὑφ' ὧν περ καὶ διαφθείρεται. διαφθείρεται δὲ, τὸ τῆς ψυχῆς ἦθος ὑπὸ μοχθηρῶν ἐθισμῶν· ἐν ἐδέσμασί τε, καὶ πόμασι, καὶ γυμνασίοις, καὶ θεάμασι, καὶ ἀκούσμασι, καὶ τῇ συμπάσῃ μουσικῇ. τούτων τοίνυν ἁπάντων ἔμπειρον εἶναι χρὴ τὸν τὴν ὑγιεινὴν μετιόντα, καὶ μὴ νομίζειν, ὡς φιλοσόφῳ μόνῳ προσήκει πλάττειν ἦθος ψυχῆς. ἐκείνῳ μὲν γὰρ, δι' ἕτερόν τι μεῖζον, τὴν αὐτῆς τῆς ψυχῆς ὑγίειαν. ἰατρῷ δὲ ὑπὲρ τοῦ μὴ ῥᾳδίως εἰς νόσους ὑποφέρεσθαι τὸ σῶμα. καὶ γὰρ θυμὸς καὶ κλαυθμὸς, καὶ ὀργὴ, καὶ λύπη, καὶ πλέον τοῦ δέοντος φροντὶς, ἀγρυπνία τε πολλὴ ἐπ' αὐτοῖς γινομένη, πυρετοὺς ἀνάπτουσι, καὶ νοσημάτων μεγάλων ἀρχαὶ καθίστανται.

A in suis ipsarum vlnis; vbi iam huc aliud quoque nobis æstimandum oritur, ad sanitatis tutelam, vel in primis necessarium; quum Asclepiades planè, apertéque exercitationes damnet, Erasistratus verecundiùs timidiúsque decernat, cæterùm idem cum Asclepiade sentiat; reliqui ferè medici non solum ad bonam corporis habitudinem, sed etiam ad sanitatem eas prædicent. Porrò exercitationum tria saltem prima notantur genera, vtique quot motionum differentiæ; quippe aut à nobis ipsis mouemur, aut ab aliis, aut medicamento. Horum tamen tertia species ad sanos nequaquam pertinet. Sed qui ab altero
B præstatur motus, nauigando, equitando, vehendo, atque, vt paulo ante dictum est, in cunis, lectulis, vlnísque obitur. Recens tamen nati puelli tam valentem motum, quàm est qui vehiculis, nauigiis, equísve præstatur, adhuc non desiderant. At qui iam tertium, aut quartum annum à natali agunt, his vehiculo nauigióque modicè agitari licet. Septennes verò etiam valentiores motus tolerant, ita vt equitare iam assuescant. Per se verò moueri tum primùm pueris licet, quum iam repere cœperunt, magísque etiam, quum ambulare. Immaturè verò cogendi non sunt, ne
C eorum artus distorqueantur. Sanè vel hac ætate facilè declaratur, quanta sit naturæ nostræ cum exercitiis societas, quum pueros, nec si concluseris loco aliquo, prohibeas, quo minùs discurrant, ac pullorum vitulorúmque ritu lasciuiant. Quippe sua cuique animanti natura satis ad proprias conuenientésque excitandas appetitiones, quibus sanitatem salutémque tueatur. Verùm Asclepiades nihil horum cogitans, per magnum otium captiunculas texit, quibus docere conetur, nihil ad bonam valetudinem exercitia conferre. Verùm huic postea quod
D par est, respondebitur, ceu garrulitate ad finem potissimum taxanda. Est enim nobis hoc loco propositum non sophistarum nugas refellere, sed, quod ad sanitatem tuendam conducat, præcipere. Itaque ad infantes redeo, qui optimo corporis habitu sunt. Porrò his animi quoque mores citra vitium esse par est. Qui enim iusto sunt ad iram procliuiores, aut animo planè demisso, aut sensiles magis, aut insensiles, aut præter modum gulosi, hos parum idoneo temperamento esse iis partibus, quibus prædictorum singula obimus necesse est. Proditum verò de his fusiùs est in
E iis libris, quos de Hippocratis Platonísque placitis scripsimus. Verùm qui nunc in nostra disputatione, propositus infans est, vndecumque absolutus est. Huius ergo sicut nullum ex animi moribus corrigere, sic eosdem seruare, ne quo vitientur oportet. Seruantur verò omnes iisdem planè genere quibus corrumpuntur. Corrumpuntur autem animi mores praua consuetudine cuiusque horum, cibi, potus, exercitationis, videndi, audiendi, totius denique musices. Itaque peritum horum omnium esse eum medicum oportet, qui sanitatis tuendæ curam suscipiet, nec ea opinione esse, quasi ad so-
F lum spectet philosophum animi mores effingere. Quippe huic ob aliud omninò maius id muneris tribuitur, nempe animi sanitatem; medico verò, ne corpus facilius in morbos incidat, quando iracundia, fletus; ira, tristitia, cura immodica, & multæ super his vigiliæ, febres accendunt, ac grauissimis morbis initia præbent; veluti

veluti è diuerso cogitationis mentísque segnitia, ac animus omninò deses, decoloratos, ac sæpe ex nutriendi defectu, graciles, ob naturalis caloris imbecillitatem reddunt. Hunc enim calorem præter cætera inter sanitatis fines seruare oportet: seruatur autem modicis tum corporis, tum animi exercitiis. Qui namque motus modum non seruant, siue ij à concupiscibili, siue à rationali, siue ab irascibili animi parte cientur, si modum nimium excesserunt, biliosum animans reddunt; Si intra modum nimium subsistunt, pituitosum frigidúmque efficiunt. Quinetiam priorem habitudinem febres, & qui calidiores affectus sunt; posteriorem iecinoris, & viscerum obstructiones, comitiales morbi, apoplexiæ, in summa destillationum, fluxionúmque morbi plerumque excipiunt. Et nos ob animi mores ægros quotannis non paucos persanauimus, solis animi motibus ad debitum modum reuocatis. Est verò nõ spernendus huius sententiæ testis, ipsum patriũ nobis numen Æsculapius, qui multas scribi cantilenas, mimósque ridicularum rerum fieri, & melodias quasdam instituit iis, quibus vehementiores irascibilis partis motus, corporis temperamentum iusto calidius efficerent. Aliis quibusdam, neque iis paucis, venari, equitare, atque armatos exercitari iussit, iisdémque statim tum motuum ipsorum speciem, vtique quibus motus iniunxit; tum armorum, quibus armatis exerceri præcepit, definiuit. Non enim quo pacto excitetur, erigatúrque irascibilis pars, quum imbecilla sit, præcipere sat habuit, nisi etiam mensuram eius ab exercitationum idea definiret. Non enim pari modo excitatur ea pars animi aduersus apros, vrsos, tauros, & alias eiusmodi feras immanes ac aduersus leporem, capram, & id genus fugaces, ac timidas. Nec similiter quum in leui armatura, & graui exercemur; nec pariter, quum citato cursu dimouemur, & quum mediocri motu agimur; nec vbi cum aliis contendimus, & vbi soli agimus. Iam clamore, an tacitus ad labores inhorteris irritésque, non parum sanè interest. Verùm de his latiùs dicetur in sequentibus. Sed infantes, qui optimum sortiti sunt temperamentum (de his enim sermo erat) non leui cura egent, ne quos animi motus immodicos incurrant. Quippe loquelæ adhuc expertes, ploratu, clamore, iracundia, & inordinato sui motu dolorem indicant. Nostrum igitur officium sit, coniectantes quid desiderent, assiduè id suppeditare priùs, quàm auctus dolor in nimium, atque inordinatum motum vnà cum corpore etiam animum ipsum vniuersum coniiciat; siquidem dentientes, aut ab externo quopiam offensi, aut aluum exonerare, aut meiere, aut esse biberéve cupientes, perinde ac discruciati plorant, atque vehementer mouentur. Fieri etiam potest, vt frigore offensi, teporem desiderent; sicuti contra æstu immodico afflicti refrigerationẽ. Est, quando multitudinem instratarum vestium non tolerant. Quippe multos offendit id quoque non minimum, maximè verò quum aut totũ corpus vertere, aut etiam artus mouere cupiunt. Quinetiam ipsa quies, si sit diuturnior, nõ parum molesta esse solet; quando nullum animans immodico vllo delectatur, sed semper medium modum expetit. Porrò medius ipse modus non vnus omnibus est, sed omnis mediocritas ex eorum semper est numero, quæ in collatione ad aliud spectantur.

A ὥσπερ ἐκ τοὐναντίου ἀργία διανοίας, καὶ ἄνοια, καὶ ψυχὴ παν-
τάπασι ῥάθυμος, ἀχροίας τε καὶ ἀτροφίας ἐργάζεται πολλάς,
ἀρρωστίᾳ τῆς ἐμφύτου θερμότητος. χρὴ μὲν γὰρ φυλάττειν
παντὸς μᾶλλον ἐν ὅροις ὑγιεινοῖς τὴν σύμφυτον ἡμῖν θερμότη-
τα. φυλάττεται δὲ ὑπὸ τῶν συμμέτρων γυμνασίων, οὐ κα-
τὰ τὸ σῶμα μόνον, ἀλλὰ κατὰ τὴν ψυχὴν γιγνομένων. αἱ δ᾽
ἄμετροι κινήσεις, ἐν διαλογισμοῖς τε καὶ ἐπιθυμίαις, καὶ θυ-
μοῖς. αἱ μὲν ὑπερβάλλουσαι, χολωδέστερον ἀποφαίνουσι τὸ
ζῶον. αἱ δ᾽ ἐλλείπουσαι, φλεγματικώτερον, καὶ ψυχρότε-
ρον. καὶ δὴ καὶ ταῖς μὲν προτέραις ἕξεσιν, οἵ τε πυρετοὶ, καὶ
B ὅσα θερμότερα παθήματα. ταῖς δ᾽ ἑτέραις, ἐμφράξεις
καθ᾽ ἧπάρ τε καὶ σπλάγχνα, ἐπιληψίαι τε, καὶ ἀποπληξίαι,
καὶ συνελόντι φάναι, τὰ καταῤῥοϊκά τε καὶ ῥευματικὰ νοσή-
ματα, συμπίπτει πάντα. καὶ οὐκ ὀλίγους δ᾽ ἡμεῖς ἀνθρώ-
πους νοσοῦντας ὅσα ἔτη, διὰ τὸ τῆς ψυχῆς ἦθος, ὑγιεινοὺς ἀπε-
δείξαμεν, ἐπανορθωσάμενοι τὴν ἀμετρίαν τῶν κινήσεων. οὐ
σμικρὸς δὲ τοῦ λόγου μάρτυς, καὶ ὁ πάτριος θεὸς ἡμῶν
Ἀσκληπιός. οὐκ ὀλίγας ᾠδάς τε γράφεσθαι, καὶ μίμους γε-
λοίων, καὶ μέλη τινὰ ποιεῖν ἐπιτάξας· οἷς αἱ τοῦ θυμοειδοῦς κι-
νήσεις σφοδρότεραι γινόμεναι, θερμοτέραν τοῦ δέοντος ἀπειρ-
C γάζοντο τὴν κρᾶσιν τοῦ σώματος. ἑτέροις δέ τισιν οὐκ ὀλί-
γοις, οὐδὲ τούτοις, κυνηγετεῖν, καὶ ἱππάζεσθαι, καὶ ὁπλο-
μαχεῖν, εὐθὺς δὲ τούτοις διωρίσατο, τό τε τῶν κινήσεων εἶ-
δος, οἷς τοῦτο προσέταξε. καὶ τὸ τῆς ὁπλίσεως, οἷς δι᾽ ὅ-
πλων ἐκέλευσε τὰ γυμνάσια ποιεῖσθαι. οὐ γὰρ μόνον ἐπε-
γείρειν αὐτῶν τὸ θυμοειδὲς ἐβουλήθη, ἀρρωστότερον ὑπάρχον,
ἀλλὰ καὶ μέτρον ὡρίσατο τῇ τῶν γυμνασίων ἰδέᾳ. οὐ γὰρ
ὡσαύτως ἐγείρεται τὸ θυμοειδὲς εἰς ἀγρίους σῦς, ἢ ἄρκτους,
ἢ ταύρους, ἢ τι τῶν οὕτως ἀλκίμων θηρίων, ἢ ἐπὶ λαγωούς,
ἢ δορκάδας, ἢ τι τῶν οὕτως δειλῶν. οὐδ᾽ ὡσαύτως ἐπί τε
D τῆς κούφης ὁπλίσεως καὶ τῆς βαρείας. ὥσπερ οὐδὲ ἐν τῷ
θέειν ὠκέως, ἢ μετρίως κινεῖσθαι. καὶ μετὰ τοῦ φιλονεικεῖν
ἑτέροις, ἢ καθ᾽ ἑαυτόν. οὕτως καὶ τὸ μὲν κεκραγότων τῶν
ἐγκελευομένων τε, καὶ παροξυνόντων ἐπὶ τοὺς πόνους, ἢ
σιωπώντων, οὐκ ὀλίγον διαφέρει. ἀλλὰ περὶ μὲν τού-
των ἐν τοῖς ἔπειτα λόγοις ἐπὶ πλέον εἰρήσεται, τὰ δὲ σμι-
κρὰ παιδία, τὰ τὴν ἀρίστην ἔχοντα κρᾶσιν, ὑπὲρ τού-
των γὰρ ὁ λόγος ἦν, οὐκ ὀλίγης ἐπιμελείας δεῖται, πρὸς
τὸ μηδεμίαν ἐν αὐτοῖς τῆς ψυχῆς ἄμετρον γίνεσθαι κίνησιν.
ἅ τε γὰρ οὐδέπω λόγῳ χρώμενα, τῷ κλαίειν τε καὶ κε-
E κραγέναι, καὶ θυμοῦσθαι, καὶ κινεῖν ἀτάκτως ἑαυτὰ, δια-
σημαίνει τὴν αἰτίαν. ἡμᾶς οὖν χρὴ στοχαζομένους ὅτου δεῖ-
ται, παρέχειν ἑκάστοτε τοῦτο, πρὶν αὐξηθεῖσαν αὐτῶν τὴν
λύπην, εἰς σφοδροτέραν τε καὶ ἄτακτον κίνησιν ὅλην ἐμ-
βαλεῖν τὴν ψυχὴν, ἅμα τῷ σώματι. ἤτοι γὰρ ἐξ ἑαυτῶν
ὀδαξούμενα, ἢ πρός τινος ἔξωθεν ἀνιώμενα, ἢ ἀποπατεῖν
ἢ οὐρεῖν, ἢ ἐσθίειν, ἢ πίνειν ἐθέλοντα, κλαίει τε καὶ κινεῖται πλημ-
μελῶς, ὥσπερ σφαδάζοντα. γένοιτο δ᾽ ἂν ποτε καὶ θάλπους
ἐπιθυμεῖν αὐτὰ κρύει ταλαιπωρούμενα, καὶ ἀναψύξεώς τι-
νος, ὑπὸ θάλπους ἀμέτρου διοχλούμενα, καί ποτε μὴ φέ-
F ροντα τὸ πλῆθος τῶν ἐπιβεβλημένων ἱματίων· ἀνιᾷ γὰρ δὴ καὶ
τοῦτο πολλὰ, οὐ σμικρὰ, καὶ μάλιστα, κατὰ τὰς ἐπιστροφὰς ὅλου
τοῦ σώματος, ἢ τὰς τῶν κώλων κινήσεις, ἀλλὰ καὶ αὐτὸ τὸ
ἡσυχάζειν ἐπὶ πλέον, οὐ σμικρῶς λυπηρόν. οὐδενὸς γὰρ ἀμε-
τρίᾳ χαίρει ζῶον οὐδέν. ἀλλ᾽ ἀεὶ τοῦ συμμέτρου χρῄζει. σύμ-
μετρον δὲ οὐχ ἓν, ἅπασιν, ἀλλ᾽ ἐν τῷ πρός τι πᾶσα συμμετρία·

διὸ χρὴ τὸν ἐπιμελούμενον ἀνατροφῆς παιδίων, στοχαστικὸν ἀκριβῶς ὑπάρχοντα, τοῦ συμμέτρου τε καὶ οἰκείου, παρέχειν ἑκάστοτε τοῦτο, πρὶν αὐξηθεῖσαν αὐτῶν τὴν λύπην, εἰς ἀμετρίαν κινήσεως ἐμβαλεῖν τό, τε σῶμα, καὶ τὴν ψυχήν. εἰ δ' ἄρα ποτὲ καὶ λάθοι τὸ λυποῦν αὐξηθὲν, ἐπανορθοῦσθαι πειρᾶσθαι τὴν λύπην αὐτῶν τε ὡς παρέχειν αὐτίκα τὸ ἐπιθυμηθὲν, ἢ ἐκκόπτειν τὸ ἀνιῶν· ἔτι τε τῇ κινήσει τῇ διὰ τῶν ἀγκαλῶν καὶ τοῖς μέλεσι τῆς φωνῆς, οἷς εἰώθασιν αἱ σοφώτεραι τῶν τροφῶν χρῆσθαι. ἐγὼ γ' οὖν ποτε δι' ὅλης ἡμέρας, παιδίου κλαίοντός τε, καὶ θυμουμένου, καὶ σφοδρῶς καὶ ἀτάκτως ἑαυτὸ μεταβάλλοντος, ἐξεῦρον τὸ λυποῦν, ἀπορουμένης τῆς τροφοῦ· ὡς γὰρ οὔτε πρὸς τὸν τιτθὸν ἐντεθέμενον, οὔτε παρειληφυίας αὐτὸ τῆς τρεφούσης, εἰ ἀποπατεῖν, ἢ οὐρεῖν ἐθέλοι, καθίσατο, παρηγορεῖτο δ' οὐδὲν, οὐδ' ὁπότ' ἂν ἐν ταῖς ἀγκάλαις ἐνθεμένη, κατακλίνειν ἐπιχειρήσειεν, ἐθεασάμην δὲ τὴν στρωμνὴν αὐτοῦ, καὶ τὰ περιβλήματά τε καὶ ἀμφιέσματα ῥυπαρώτερα, καὶ αὐτὸ τὸ παιδίον, ἤδη ῥυπῶν τε καὶ ἄλουτον, ἐκέλευσα λοῦσαί τε καὶ ἀπορρύψαι, καὶ τὴν στρωμνὴν ὑπαλλάξαι, καὶ πᾶσαν τὴν ἐσθῆτα τὴν καθαρωτέραν ἐργάσασθαι, καὶ τούτων γινομένων, αὐτίκα μὲν ἐπαύσατο τῶν ἀμέτρων κινήσεων, αὐτίκα δὲ καθύπνωσεν ἥδιστόν τε καὶ μακρότατον ὕπνον. εἰς δὲ τὸ καλῶς ἐστοχάσθαι πάντων τῶν ἀνιώντων τὸ παιδίον, οὐκ ἀγχινοίας μόνον, ἀλλὰ καὶ τῆς περὶ τὸ τρεφόμενον αὐτὸ συνεχοῦς ἐμπειρίας ἐστὶ χρεία.

A Quocirca, qui curam infantis educandi suscipiet, hûc planè, vt acrê mediocritatis cõuenientísque coniectorê esse, ita hæc semper præbere oportet priùs, quàm ex desiderio cuiusuis auctus dolor, simul cũ corpore animũ quoque in motus immodicos coniiciat. Quòd si quãdo quod infestat imprudentibus insciẽtibúsque nobis auctũ esse cõtigerit, corrigere molestiã tentabimus illico, vel oblato quod expetit, vel sublato quod offendit; etiam motu per vlnas nutricis adhibito, ac vocis modulamine, quibus vti prudẽtiores nutricũ cõsueuerunt. Ego namque puello quodam totũ diẽ nõ rarò plorante, ac immodicè se inordinatéque B iactante, nutrice ipsa omnis consilij inope, deprehẽdi quod offendit, quippe vt neque papilla in os immissa, neque à nutrice prolatus, si fortè meiere, aut aluũ exonerare vellet, lenitus est, sed nec quũ ab vlnarũ agitatu reclinari cœpisset; aduerti autẽ tũ lectũ, tũ inuolucra, tũ vestes ipsas sordidiores, præterea puellũ ipsum immundũ, atque illotum: lauare detergeréque iussi, tũ lectulum mutare, ac vestẽ omnẽ tersam mundámque præbere. Quibus peractis, protinus ab immodico agitatu conquieuit, illicóque dormiuit non suauissimũ modò, verumetiã longissimũ somnũ. Vt verò rectè cõiicias C quæ puello officiant, non modò solertia est opus, sed etiã assidua de ipso, qui nutritur, experientia.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Θ'.

Ὁποίας εἶναι δεῖ τὰς τροφούς.

Ταῦτ' οὖν ἅπαντα περὶ τὸ παιδίον εἰς τρίτον ἔτος ἀπὸ τῆς πρώτης γενέσεως ἀξιῶ πραγματεύεσθαι. καὶ πρὸ τούτων ἔτι, τῆς τρεφούσης αὐτὸ, οὐ σμικρὰν ποιεῖσθαι πρόνοιαν, ἐδεσμάτων τε πέρι, καὶ πομάτων, ὕπνων τε καὶ ἀφροδισίων, καὶ γυμνασίων, ὡς ἄριστον εἴη τὴν κρᾶσιν τὸ γάλα, γένοιτο δὲ τοιοῦτον, εἰ τὸ αἷμα χρηστότατον εἴη. ἔστι δὲ χρηστότατον, τὸ μήτε πικρόχολον, μήτε μελαγχολικὸν, μήτε φλεγματῶδες, μήτ' ὀρρώδει τινὶ μήθ' ὑδατώδει συμμιγὲς ὑγρότητι. γεννᾶται δὲ τοιοῦτον, ἐπί τε τοῖς συμμέτροις γυμνασίοις, καὶ τροφαῖς εὐχύμοις, ἅμα καὶ κατὰ καιρὸν τὸν προσήκοντα, καὶ κατὰ μέτρα τὰ δέοντα λαμβανομέναις, ὥσπερ οὖν καὶ ἐν πόμασιν εὐκράτοις τε καὶ μετρίοις. ὑπὲρ ὧν ἁπάντων ἐν τοῖς ἔπειτα λόγοις ἀκριβῶς διαιρεθήσεται. ἀφροδισίων τε παντάπασιν ἀπέχεσθαι κελεύω, τὰς θηλαζούσας παιδία γυναῖκας. αἵ τε γὰρ ἐπιμήνιοι καθάρσεις ἐρεθίζονται μιγνυμέναις ἀνδράσι, καὶ οὐκ εὐῶδες ἔτι μένει τὸ γάλα. καί τινες αὐτῶν ἐν γαστρὶ λαμβάνουσιν, οὗ βλαβερώτατον οὐδὲν ἂν εἴη παιδίῳ γάλακτι τρεφομένῳ. δαπανᾶται γὰρ ἐν τῷδε, τὸ χρηστότατον τοῦ αἵματος εἰς τὸ κυούμενον. ἅτε γὰρ ἀρχὴν ζωῆς ἐν ἑαυτῷ ἰδίαν περιέχον, ὑπὸ ταύτης τε διοικεῖται, καὶ διὰ παντὸς ἐπισπᾶται τὴν οἰκείαν τροφὴν, ὡσανεὶ ἐρριζωμένον τε τῇ μήτρᾳ, καὶ ἀχώριστον ὑπάρχον ἀεὶ, νύκτωρ τε ἅμα, καὶ μεθ' ἡμέραν. ἔλαττόν τε εἰκότως ἐν τῷδε καὶ φαυλότερον ἀποτελεῖται τὸ τῆς κυούσης αἷμα. καὶ διὰ τοῦτο καὶ τὸ γάλα μοχθηρότερόν τε καὶ ὀλίγον ἐν τοῖς τιτθοῖς ἀθροίζεται. ὥστε ἔγωγε συμβουλεύσαιμι ἂν, εἰ κυήσειεν ἡ θηλάζουσα τὸ παιδίον, ἑτέραν ἐξευρίσκειν τροφὸν, ἐπισκεπτομένους τε καὶ δοκιμάζοντας αὐτῆς ἀκριβῶς τὸ γάλα, γεύσει, καὶ ὄψει, καὶ ὀσφρήσει· καὶ γὰρ γευομένοις, καὶ ὀσμωμένοις ἡδὺ, λευκόν τε καὶ ὁμαλὸν, καὶ μέσως ἔχον ὑγρότητός τε καὶ πάχους, ὀφθήσεται τὸ ἄριστον γάλα. τὸ δὲ μοχθηρὸν, ἤτοι παχὺ, καὶ τυρωδέστατον, ἢ ὑγρὸν, καὶ ὀρρῶδες, καὶ πελιδνὸν, καὶ ἀνώμαλον ἐν συστάσει καὶ χροιᾷ,

CAPVT IX.

Quales oporteat nutrices esse.

HÆc igitur omnia vsque in tertiũ à natali annum circa puellũ peragenda censeo. In primísque de nutrice ipsa non minimã habendã esse curã, quid edat, quid bibat, quo pacto in somno, venere, exercitatione se habeat; vt videlicet lac D eius egregiè sit temperatum, quale certè erit, si sanguis eius quã optimus sit; porrò is talis est, qui nec flaua abundat bile, nec atra, nec pituitosus est, nec serosus, nec aquoso liquore permixtus. Nascitur autẽ eiusmodi sãguis ab exercitatione moderata, & cibis tũ boni succi, tũ iusto tẽpore modóque assumptis, præterea potione tẽpestiua modicéque sumpta. De quibus omnibus in iis, quæ post dicentur, diligẽter agetur. A venere omninò abstinere iubeo omnes mulieres quæ pueros lactant. Nã, & menses viri consuetudine prouocãtur, & lac odoris gratiam in deterius mutat. Quin E etiã aliquę in vtero cõcipiunt, quo nocẽtius puello adhuc lactenti nihil est. Interim enim quidquid sanguinis est optimum, in fœtum absumitur; quippe is, quũ proprium in se vitę principium contineat, & huius moderamine agitur, & assiduè conueniens sibi alimentũ trahit, vtero ipsi veluti radici adhęrens, nec vsquã ab eo nocte diéve discedẽs. Interim verò nõ minor modò, verumetiã deterior rationabiliter redditur ipsius grauidę sãguis. Quo fit vt lac ipsum tum peius, tum verò exiguũ in mammillis colligatur. Quare si quæ infantem lactat, vterum gerit, ego magnopere suaserim F aliam inueniendã nutricẽ. Cuius etiam lac gustu, odoratu, visu considerandum explorandúmque diligenter sit; siquidem quod optimum est, id gustanti olfacientíque planè suaue, intuẽti candidũ, ęquabile, ac liquidi crassíque medium apparebit. Quod vitiosum est, è diuerso, aut crassum, & caseosum, aut liquidum, & serosum ac liuidum, tum cõsistentiã ipsã, coloréque inęquabile videbitur.

Idem

Idem gustantibus amarorem, aut salsedinem, aut qualitatem quampiam extraneam exhibebit: tale verò nec olfacienti suaue erit. Atque lactis probi malíve hæc sunto indicia, quæ coniectans, quum mater, aut iam concepit, aut morbo aliquo est affecta, ad aliámque nutricem transire est necessarium lactis iudicium atque electionem facere quis posset.

A καὶ γευομένοις πικρότατον, καὶ ἅλμης ἤ τινος ἑτέρας ἀλλοκότου ποιότητος ἔμφασιν ἕξει. τὸ δὲ τοιοῦτον, οὐδὲ πρὸς τὴν ὀσμὴν ἡδύ. ταῦτα μὲν ἔστω σοι γνωρίσματα, μοχθηροῦ τε καὶ χρηστοῦ γάλακτος, οἷς τεκμαιρόμενος, ὅταν ἤτοι κύησις, ἢ καὶ νόσημά τι ἐστὶ περὶ τὴν μητέρα γινόμενον, ἐφ' ἑτέραν τροφὸν ἰέναι, τὴν κρίσιν τε καὶ τὴν αἵρεσιν ποιήσασθαι.

CAPVT X.

De cibo, frictione & balneis, quæ puello post lactis vsum conueniunt.

TVm verò puellum, quoad primores dentes emiserit, solo lacte alendum, ac tum eum solidiori quodammodo iam cibo assuefacere conueniet, quod etiam experientia planè doctæ mulieres faciunt; primùm panem, mox legumina, ac carnem, & similia, omnia prius commansa puellorum osculis immittentes. Corpus autem infantium confricare oportet oleo dulci; sicuti idipsum rectè peragunt nutrices pleræque statim ipsas corporis partes modulantes atque fingentes. Verùm in eo, quem proposuimus, puero, qui corporis statu est optimo, quod ad membrorum concinnitatem saltem attinet, nihil est, quòd curiosa nutrix sit, sed tantùm fricet quotidie mediocriter, ac lauet; idque, quàm fieri maximè potest, lacte in ventriculo minimè adhuc hærente crudo, quippe quòd periculum est, ne priùs, quàm probè sit concoctum, in totum corpus infantis distribuatur. Multò verò maximè si quis ventriculum ipsum adhuc lactis plenum infricet, tum corpus crudo alimento implebit, tum caput onerabit. Quò magis prospiciendum in primis est, ne quid nutrimenti neque ante balneum, neque ante frictionem puerulo præbeatur. Id fiet, si ad hæc administranda nutrix post longissimum somnum diligenter tempus obseruet. Id enim maximè temporis est, in quo vel inanem planè ventriculum inuenias, vel certè concoctum iam alimentum in se continentem. Quæ autem, vt hodie fit, faciunt, sanè lædunt, aliæ vnum & certum diei tempus præscribentes, aliæ, quum ipsæ à negotiis vacent, tum demum curantes. Quò fit vt sæpius lædi, quàm iuuari puellos necesse sit; quippe quod à nobis præscriptum tempus est, aliàs in aliud diei, noctísve tempus incidit. Maiorum tamen puerorum, qui videlicet plagis, minis, obiurgationi, monitis parere norunt, iis duplex quum fricandi & lauandi temporis occasio est; prior ac commodissima, quum à matutino somno surrexerint, deinde luserint, ac iam cibum petunt, tum enim maximè vocandi ad hæc sunt, ac corpus quidem ad sanitatem pariter, & bonam habitudinem, animus ad obsequium, & temperantiam exercendus; interminandúmque non aliter nos cibum ipsis præbituros, nisi, quantum ipsi velimus, frictioni, balneóque se permiserint. Atque optimum quidem tempus hoc fuerit. Quòd si qua occupatione, qui puellum alit, auocetur, modico pane exhibito, ludere permittat, quantum velit; dein quum rursus cibum petierit, tum fricet, lauétque. Minimè tamen bibere ei permittendum post cibum est, quem balneum excipit; quando ita præcipitatior eorum, quæ ventriculus continet, distributio in corpus fiet.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ι'.

Περὶ τροφῆς τε καὶ ἀνατρίψεως, καὶ λουτροῦ, οἷς χρῆσθαι προσήκει τοὺς παῖδας ἀπὸ τοῦ γάλακτος.

B ΤΡέφειν σε τὸ παιδίον γάλακτι μόνῳ· ἐπειδὰν δὲ φύσῃ τοὺς ἔμπροσθεν ὀδόντας, ἐθίζειν ἤδη πως αὐτὸ, καὶ τῆς παχυτέρας ἀνέχεσθαι τροφῆς. ὥσπερ οὖν καὶ τοῦτο αὐτὸ τῇ πείρᾳ διδαχθεῖσαι ποιοῦσιν αἱ γυναῖκες. ἄρτου μέν τοι πρῶτον· ἐφεξῆς δ' ὀσπρίων τε καὶ κρεῶν, ὅσα τἄλλα τοιαῦτα προμασώμεναι, καὶ ἐντιθεῖσαι τοῖς στόμασι τῶν παιδίων. ἀνατρίβειν δὲ χρὴ τὸ σῶμα τῶν βρεφῶν, ἐλαίῳ γλυκεῖ καθάπερ τοῦτο ποιοῦσαι ἐπιτηδείως αἱ πλεῖσται τῶν τροφῶν, εὐθὺς ῥυθμίζουσί τε C καὶ διαπλάττουσι τὰ μόρια. ἀλλ' ἐπί γε τοῦ νῦν κατὰ τὸν λόγον ὑποκειμένου παιδίου, τὴν κατασκευὴν τοῦ σώματος ἀμέμπτως ἔχοντος, οὐδὲν χρὴ περιεργάζεσθαι τὴν τροφὸν εἴς γε τὴν τῶν μελῶν εὐρυθμίαν· ἀλλ' ἀνατρίβειν τε τὰ μέτρια, καὶ λούειν ὁσημέραι καθόσον οἷόν τε. μὴ περιεχομένου γάλακτος ἀπέπτου κατὰ τὴν γαστέρα. κίνδυνος γὰρ ἀναληφθῆναι τοῦτο, πρὶν πεφθῆναι καλῶς, εἰς ὅλον τὸ σῶμα τοῦ παιδίου. πολὺ δὲ δὴ μᾶλλον, εἰ καὶ τὴν γαστέρα τις αὐτὴν ἀνατρίβοι γάλακτος μεστὴν, ἐμπλήσειέν τε τὸ σῶμα τροφῆς ἀπέπτου, πληρώσει τε D τὴν κεφαλήν. διὸ χρὴ πολλὴν πρόνοιαν πεποιῆσθαι, τοῦ μὴ λαμβάνειν τὴν τροφὴν τὸ παιδίον, μήτε πρὸ λουτρῶν, μήτε πρὸ ἀνατρίψεων. γίγνοιτο δ' ἂν τοῦτο παραφυλαττούσης τῆς τροφοῦ, τὸν ἐπὶ τοῖς μακροτέροις ὕπνοις καιρόν. ἐν τούτῳ γὰρ μάλιστα τὴν κοιλίαν, ἤτοι παντάπασι κενὴν, ἢ πεπεμμένην ἤδη τὴν τροφὴν περιέχουσαν, εὑρεῖν ἐστιν. εἰ δ' ὥσπερ νῦν ποιοῦσι, βλάπτουσιν ἔνιαι μὲν τῶν τροφῶν, ἕνα τινὰ χρόνον ἀφορίσασαι τῆς ἡμέρας, ἔνιαι δ' ὅταν σχολάσωσι, τὰ τηνικαῦτα προσνοούμεναι. διότι πολλάκις καὶ ἀναγκαῖόν ἐστι βλάπτεσθαι τὰ παιδία ἤπερ ὠφελεῖσθαι. ὁ γὰρ ὑφ' ἡμῶν ἀφοριζόμενος E καιρὸς, ἄλλοτε εἰς ἄλλον ἐμπίπτει χρόνον ἤτοι τῆς ἡμέρας, ἢ τῆς νυκτός. ἐπὶ μέν τοι τῶν μειζόνων παιδίων, ὅσα καὶ πληγαῖς, καὶ ἀπειλαῖς, ἐπιπλήξεσί τε καὶ νουθετήσεσι πείθεται, καιρὸς ἂν εἴη διττὸς, εἰς ἀνάτριψίν τε καὶ λουτρόν. ὁ μὲν πρότερός τε καὶ ἄριστος, ἐπειδὰν ἐξαναστάντα τῶν ἑωθινῶν ὕπνων, εἶτα παίξαντα, τροφὴν αἰτεῖ. τότε γὰρ ἐπιτήδεια μάλιστα τούτοις χρὴ, τὸ μὲν σῶμα, πρὸς ὑγείαν τε ἅμα καὶ εὐεξίαν ἀσκοῦντα, τὴν δὲ ψυχὴν εἰς εὐπείθειάν τε καὶ σωφροσύνην, οὐκ ἄλλως παρέξειν αὐτοῖς τὴν τροφὴν F φάσκοντα σε, εἰ μὴ προθύμως ἐπακούσαιεν εἰς ὅσον ἂν ἐθέλωμεν ἡμεῖς, ἀνατρῖψαί τε καὶ λουτροῖς. οὗτος μὲν οὖν ἄριστος καιρός. εἰ δέ τις ἀσχολία τὸν τρέφοντα τὸ παιδίον ἀπάγει, μέτριον ἄρτου δόντα, παίζειν ἐπιτρέπειν, εἰς ὅσον ἂν βούληται· κἄπειτ' αὖθις αἰτήσαν αὐτὸ, τηνικαῦτα τρίβειν τε καὶ λούειν. οὐ μὴν πίνειν γε ἐπιτρεπτέον ποτὲ αὐτοῖς, πρὸ τῶν λουτρῶν, ἐπὶ τοῖς σιτίοις. ἀθροωτέρα γὰρ ἂν οὕτως ἡ ἀνάδοσις, εἰς τὸ σῶμα, τῶν ἐν τῇ γαστρὶ περιεχομένων γίγνοιτο.

χρὴ δὲ ἐπὶ τῶν ἀμέμπτως ὑγιαινόντων σωμάτων, φυλάττεσθαι τοῦτο. μεμπταὶ γὰρ αἱ τοιαῦται διαθέσεις τε καὶ κατασκευαὶ τῶν σωμάτων εἰσὶν, ἐφ' ὧν ἄμεινόν ἐστι, πρὸ τῶν λουτρῶν διδόναι σιτία. καὶ διαιρεθήσεται περὶ αὐτῶν ἐν τοῖς ἔπειτα λόγοις· ἀλλὰ νῦν γε τῆς ὑποθέσεως μνημονευτέον ἐστὶν, ὡς τὸν ἄριστα σώματος ἔχοντα παῖδα, διαιτῶμεν ὅπως ἡμῖν φυλάττοιτο τοιοῦτος· ἐφ' οὗ βέλτιόν ἐστιν ἡγεῖσθαι τὰ λουτρὰ τῶν σιτίων. εἰ δ' ἐν τοιούτῳ χωρίῳ τρέφοιτο ὁ παῖς, ἐν ᾧ βαλανεῖον οὐκ ἔνεστιν, ἴσως μὲν οὖν, οὐδ' ὁμιλήσουσι τοῖσδε τοῖς γράμμασιν οἱ τοιοίδε, λούουσι μὲν ἐν σκάφαις αἱ τροφοὶ κἀνταῦθα τοὺς παῖδας· ἕως ἂν ἐς τὸ δεύτερον, ἢ καὶ εἰς τὸ τρίτον ἔτος ἀπὸ γενετῆς ἵκωνται. μείζονας δὲ γενομένους, εἰ καὶ μὴ καθ' ἑκάστην ἡμέραν, ἀλλὰ καὶ διὰ τριῶν γέ που καὶ τεττάρων ἀλείφουσί τε, καὶ ἀνατρίβουσιν, εἰ δὲ μὴ κωλύει τὰ τῆς ὥρας, αἵ λίμναι τε, καὶ οἱ ποταμοὶ, λουτρὰ αὐτοῖς εἰσιν, οἷόν περ ἡμῖν τὸ βαλανεῖον. παρὰ δὲ τοῖς Γερμανοῖς οὐ καλῶς τρέφεται παιδία. ἀλλ' ἡμεῖς νῦν γε, οὔτε Γερμανοῖς οὔτε ἄλλοις τισὶν ἀγρίοις, ἢ βαρβάροις ἀνθρώποις, ταῦτα γράφομεν, οὐ μᾶλλον, ἢ ἄρκτοις, ἢ κάπροις, ἢ λέουσι, ἤ τισι τῶν ἄλλων θηρίων, ἀλλ' Ἕλλησι, καὶ ὅσοι τῷ γένει μὲν ἔφυσαν βάρβαροι, ζηλοῦσι δὲ τὰ τῶν Ἑλλήνων ἐπιτηδεύματα. τίς γὰρ ἂν ἡμῶν ὑπομείνειε τῶν παρ' ἡμῖν ἀνθρώπων, εὐθὺς ἅμα τῷ γεννηθῆναι, ἔτι θερμὸν τὸ βρέφος, ἐπὶ τὰ τῶν ποταμῶν φέρειν ῥεύματα; κἀνταῦθα, καθάπερ φασὶ τοὺς Γερμανούς, ἅμα πειρᾶσθαι αὐτοῦ τῆς φύσεως, ἅμα τε καὶ κρατύνειν τὰ σώματα, βάπτοντας εἰς τὸ ψυχρὸν ὕδωρ, ὥσπερ τὸν διάπυρον σίδηρον. ὅτι μὲν γὰρ, ἐὰν ὑπομείνῃ τε καὶ μὴ βλαβῇ, καὶ τὴν ἐκ τῆς οἰκείας φύσεως ἐπεδείξατο ῥώμην, καὶ τὴν ἐκ τῆς πρὸς τὸ ψυχρὸν ὁμιλίας ἐπεκτήσατο, πρόδηλον παντί, ὅτι δ' εἰ νικηθείη πρὸς τῆς ἔξωθεν ψύξεως ἡ ἔμφυτος αὐτοῦ θερμότης, ἀναγκαῖον αὐτίκα τεθνάναι, καὶ τοῦτ' οὐδεὶς ἀγνοεῖ. τίς οὖν ἂν ἕλοιτο νοῦν ἔχων, καὶ μὴ παντάπασιν ἄγριος ὢν, καὶ Σκύθης, εἰς τὴν τοιαύτην πεῖραν ἀγαγεῖν αὐτοῦ τὸ παιδίον, ἐν ᾗ θάνατός ἐστιν ἡ ἀποτυχία, καὶ ταῦτα, μηδὲν μέγα τι μέλλων ἐκ τῆς πείρας κερδαίνειν; ὄνῳ μὲν γὰρ ἴσως, ἤ τινι τῶν ἀλόγων ζώων, ἀγαθὸν ἂν εἴη μέγιστον, οὕτω πυκνὸν καὶ σκληρὸν δέρμα ἔχειν, ὡς ἀλύπως φέρειν τὸ κρύος, ἀνθρώπῳ δὲ λογικῷ ζώῳ, τί ἂν εἴη μέγα τὸ τοιοῦτον; οὐδὲ γὰρ εἰς ὑγίειαν ἁπλῶς οὕτως λέγων ἄν τις, ἐπιτήδειον ὑπάρχειν τὸ πυκνότατον καὶ σκληρότατον δέρμα, δεόντως ἂν εἴποι, διττῆς γὰρ οὔσης βλάβης τοῖς τῶν ζώων σώμασιν, ἑτέρας μὲν, ἀπὸ τῶν ἔξωθεν αἰτίων, ἑτέρας δὲ ἀπὸ τῶν ἔνδοθεν, εὐάλωτόν ἐστι τοῖς μὲν ἔξωθεν ἅπασιν, ὧν μὲν μαλακόν ἐστι καὶ ἀραιὸν τὸ δέρμα, τοῖς δὲ ἔνδοθεν, ὧν πυκνόν τε καὶ σκληρόν. καὶ διὰ τοῦθ' Ἱπποκράτης περὶ τῶν ἀπὸ τροφῆς ἐν ἡμῖν ἐπ' ὠφελείᾳ τε καὶ βλάβῃ γινομένων διδάσκων, ἐπ' ἄλλοις πολλοῖς καὶ τοῦτ' ἔγραψεν. ἀραιότης σώματος εἰς διαπνοὴν, οἷς πλεῖον ἀφαιρέεται, ὑγιεινότερον· οἷς δ' ἔλασσον, νοσερώτερον. βέλτιον οὖν ἑκατέρας πεφυλάχθαι τὰς ὑπερβολὰς, καὶ μήτ' εἰς τοσοῦτον πυκνὸν τὸ δέρμα παρασκευάζειν, ὡς κωλύειν διαπνεῖσθαι καλῶς, μήθ' οὕτως ἀραιὸν, ὡς ὑπὸ παντὸς τοῦ αἰτίου τοῦ ἔξωθεν αὐτῷ προσπιπτόντων, βλάπτεσθαι ἑτοίμως. τοιοῦτον δὲ καὶ φύσει ἐστὶ τὸ σῶμα, τοῦ νῦν ἡμῖν προκειμένου τῷ λόγῳ παιδὸς, μέσον ἁπασῶν τῶν ὑπερβολῶν. οὕτως οὖν αὐτὸ διαιτητέον, ὡς φυλάττειν ἀεὶ τῆς κατασκευῆς τὴν ἀρετήν. φυλαχθήσεται δὲ, κατὰ μὲν τὴν πρώτην ἡλικίαν ἐν γάλακτι τρεφομένου, καὶ λουτροῖς γλυκέων ὑδάτων θερμῶν λουομένου, ὅπως ὅτι μάλιστα μέχρι πλείστου μαλακὸν αὐτῷ διαμένον τὸ σῶμα, πολλὴν ἐπίδοσιν εἰς τὴν αὔξησιν ποιῆται. μετὰ δὲ ταῦτα καθ' ὃν ἂν ἤδη χρόνον εἰς διδασκάλου δύναιτο φοι-

Id verò in corporibus prorsus sanis cauere oportet. Quippe quibus vtilius sit ante balneum cibum dedisse, horum planè vitiosi tum affectus sunt, tum corporum status. De his verò in sequentibus dicemus; nunc præstat illius hypotheseos recordari: nempe vt puellum, cui optimè affectum corpus sit, sic educemus, vt talis perpetuò seruetur; huic expedit, vt cibus balneum sequatur. Quòd si, quo loco puellus alitur, balnei copia non sit (fortasse verò nec ista vnquam legent, qui ibi habitant) in concha pueros lauant, donec alterum iam tertiúmve ætatis annum attigerint. Qui verò hos annos excesserint, eos, si non quotidie, at certè tertio quoque die quartóve vngunt, atque infricant. Quòd si anni tempus non prohibeat, stagna amnésque his lauacra sunt, veluti nobis balneum. Apud Germanos enim planè ne probè quidem nutriuntur infantes. Verùm nos neque Germanis, neque aliis agrestibus, aut barbaris hominibus hæc prodimus, non magis equidem quàm vrsis, apris, leonibus, aut aliis id genus, feris, sed Græcis, & iis qui tametsi genere sunt barbari, Græcorum tamen æmulantur studia. Nam quis, quæso, eorum hominum, qui apud nos degunt, tulerit modò editum infantulum, etiam ab vtero calentem, ad flumen deferre, ibique (sicuti Germanos aiunt) ceu candens sit ferrum, in frigidum humorem mergendo, simul de naturæ vigore periculum facere, simul corpus ipsum roborare? Quippe, si citra noxam id sustinuerit, & quòd propriæ naturæ robur ostendit, & nouum præterea robur ex frigidæ commercio comparauit, nulli non patet. Cæterùm si ab externo frigore naturalis calor sit victus, quòd protinus interire necesse sit, id quoque neminem latet. Quis igitur mentis cōpos, nec omninò ferus, Scytháve, propriū pignus in id agere discrimen eligat, in quo errorem mors sequitur, potissimum cùm ex eo periculo non magnum sit futurum, quod lucrifaciet? asino enim fortassis, aut id genus experti rationis animanti vtilissimum fuerit densū ita tergus durūmque effici, vt citra dolorē frigus sustineat, homini verò ratione prædito, cuinam, quæso, tam magno sit vsui? Nō enim si quis absolutè, citráque exceptionem pronūciet, cutem densissimam, durissimámque vtilem ad sanitatem esse, is rectè dicat. Quum namque animalis corpori duplex instet incōmodum, alterū ab externis, alterū ab internis causis; quorū certè rara, mollísque cutis est, ij ab extrinsecus imminentibus malis facilè tentantur, quorū densa, ac dura, ab internis. Itaque etiam Hippocrates, vbi de iis pręcipit, quæ in nobis ab alimento ad commodum incommodúmve cedunt, post alia multa, hæc scripsit; *Raritas corporis ad transpiratum iis, quibus plurimum aufertur, salubrius; quibus minus, insalubrius.* Præstat ergo vtrumque declinasse excessum, nec adeo, aut densam reddidisse cutem, vt corporis transpiratum prohibeat; aut raram, vt facilè à quolibet extrinsecus incidenti causa lædatur. Tale porrò natura est propositi nobis hoc loco puelli corpus, quum sit mediū omnis excessus. Est ergo id ea ratione alendum, vt constitutionis suæ integritatem perpetuò seruet. Seruabit autem, si primis quidem annis solo lacte nutrias, ac balneo dulcis aquæ, & calentis vtare; quò videlicet corpus eius molle, quàm diutissimè seruatum, ad plurimum augmenti perueniat. Ab his annis, quum iam mitti in ludum est habilis,

non necesse erit assiduis præterea balneis vti; sed interim, dum luctari condiscit, mediocriter inibi ante cibum exercitari sat erit, ac balneo plerumque abstinere. Modum verò in labore excedere, quod nonnulli Gymnasiarchæ pueros cogunt, prorsus alienum est; siquidem intempestiua duritie corporis inhibetur accretio, etiam si natura sit ad incrementum quàm maximè comparata.

CAPVT XI.

De vino puellis vitando, ac de aqua, & aëre optimo comparando.

SAnè vinum, quàm diutissimè, qui ea natura puer est, ne gustare quidem suaserim; quippe quod haustum, & humectat nimium, & calefacit corpus, tum caput halitu replet iis, qui humido, calidóque temperamento sunt, quale est eiusmodi puerorum. Atqui nec repleri his caput est vtile, nec ipsos plusquam par est, humidos calidósque fieri; quoniam eò iam caloris humorísque peruenerunt, vt si paululum vtramuis qualitatem auxeris, iam modum excesserint. Quum autem sit omnis excessus fugiendus, maximè hunc fugere expedit, ex quo non corpori modò, verumetiam animo damnum accedit. Quare neque iam adultis vinum, nisi modicè sumptum, existimandum est vtile esse; quòd videlicet ad iram præcipites, & ad iniuriam incontinentes facit, & partem animi rationalem hebetem turbidámque reddit. Cæterùm his ipsis ad bilis excrementa, vel mitiganda, vel expellenda est sanè non inutile; non minimè verò ad eam siccitatem, quæ in solidis partibus, aut ex immodicis laboribus, aut ex proprio ætatis temperamento prouenit, idoneum est vinum. Humectat namque, ac nutrit, quicquid immodicè siccatum est; tum bilis amaræ acrimoniam mitigat, ac frangit; præterea per sudores vrinásque vacuat. Pueri verò, ceu qui talem succum minimè colligunt, quíque naturalem humiditatem plurimam obtinent, vt commodorum, quæ vini potio largitur, planè non egent, ita incommoda, quæ affert, tantùm sentiunt. Nemo itaque rationis compos ea vti potione pueros sinet, quam, præterquam quòd nullum affert commodũ, immensum etiam sequitur incommodum. A frigidæ potione omninò prohibendos huiusmodi pueros non censeo, quod tamen aliqui faciunt; verùm à cibo plerumque, & per calores, quum ipsis cordi erit, vti permitto, potissimum verò (si copia eius sit) fontanæ recentis, cui nulla qualitas vitiosa aliunde sit contracta: ea si non est, reliquarum. Cauendæ verò sunt, quæ ex stagnis hauriuntur, & quæ turbidæ, & quæ maleolentes, & quæ salsæ, denique in quibus qualitas aliqua gustu deprehenditur; quando quæ optima est, ea penitus non gustui modo horum, verumetiam olfactui omnis qualitatis expers videbitur. Eadem quoque tum potui iucundissima erit, tum planè pura. Quòd si præcordia quoque celeriter transit, nihil est, quòd magis idoneam requiras; quando, si qua pura lympidáq; est, nec ingrata potui, nihil seciustamen circa præcordia hæret, hæc semiuitiosa est: atque abstinendum ab ea censeo vtique, quum prorsus est frigida; cæterùm à calefacta non deterreo. Ac tutissimum quidem sit experientia ipsa de huiusmodi aqua iudicium fieri.

A ταν, οὐκ ἀναγκαῖον ἔτι λουτροῖς χρῆσθαι συνεχέσι, ἀλλ' ἀρκεῖ διαπαλαίειν μανθάνοντα, σύμμετρά τε πονεῖν ἐν τῷ πρὸ τῶν σιτίων, ἀλουτεῖν δὲ ἤδη τὰ πλείω. τὸ δ' ὑπερπονεῖν, ὥσπερ ἔνιοι τῶν παιδοτριβῶν ἀναγκάζουσι τοὺς παῖδας, οὐδαμῶς ἀγαθόν, ἀναυξῆ γὰρ, ὑπὸ τῆς παρὰ καιρὸν σκληρότητος, ἀποτελεῖται τὰ σώματα, κἂν πλείστην ὁρμὴν ἐκ φύσεως εἰς τὴν αὔξησιν ἔχῃ.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΑ'.

B Περὶ τοῦ εἴργειν τοὺς παῖδας τοῦ οἴνου πόματος· καὶ περὶ τοῦ κατασκευάσθαι ἄριστον ἀέρα τε καὶ ὕδωρ.

ΟΙνου δὲ τὸν οὕτω πεφυκότα παῖδα, μέχρι πλείστου μηδ' ὅλως γεύειν, ὑγραίνει τε γὰρ ἱκανῶς, καὶ θερμαίνει τὸ σῶμα πινόμενος οἶνος, ἐμπίπλησί τε τὴν κεφαλὴν ἀτμῶν, ἐν ταῖς ὑγραῖς καὶ θερμαῖς κράσεσι, οἵα περ ἐστὶ καὶ ἡ τῶν τοιούτων παιδίων. ἀλλ' οὔτε ἐμπιπλᾶσθαι καλὸν αὐτοῖς τὴν κεφαλήν, οὔτε ὑγραίνεσθαι καὶ θερμαίνεσθαι περαιτέρω τοῦ προσήκοντος. εἰς τοσοῦτον γὰρ ἥκουσιν ὑγρότητός τε καὶ θερμότητος, ὡς εἰ καὶ βραχὺ παραυξήσειέ τις ὁπότερον αὐτῶν, ἐν ἀμετρίᾳ καθίσταται. C οὐσῶν δὲ πασῶν τῶν ἀμετριῶν φευκτῶν, ἡ τοιαύτη μάλιστ' ἂν εἴη φευκτή, καθ' ἣν οὐκ εἰς τὸ σῶμα μόνον, ἀλλὰ καὶ εἰς τὴν ψυχὴν ἡ βλάβη διϊκνεῖται. διό περ οὐδὲ τοῖς ἤδη τελείοις, ἄνευ τοῦ προσήκοντος μέτρου πινόμενος οἶνος, ἀγαθός, εἰς θυμούς τε γὰρ ἐκκαλεῖται προπετεῖς, καὶ εἰς ὕβριν ἀσελγεῖς, καὶ τὸ λογιζόμενον τῆς ψυχῆς, ἀμβλύ τε καὶ τεθολωμένον ἐργάζεται. ἀλλὰ τούτοις μὲν, ἑτοίμως εἰς τὴν τῶν χολωδῶν περιττωμάτων, ἐπίκρασίν τε ἅμα καὶ κένωσιν ἐπιτήδειος. οὐχ ἥκιστα δὲ καὶ εἰς τὴν ἐν αὐτοῖς τοῖς στερεοῖς ὀργάνοις τοῦ ζώου γινομένην D ξηρότητα, διά τε πόνους ὑπερβάλλοντας. ἔστιν ὅτε καὶ διὰ τὴν οἰκείαν τῆς ἡλικίας κρᾶσιν, ἐπιτήδειος οἶνος. ὑγραίνων μὲν καὶ ἀνατρέφων, ὅσ' ἀμέτρως ἐξήρανται, πραΰνων δὲ τὸ δριμὺ τοῦ πικροῦ χυμοῦ, καὶ δι' ἱδρώτων τε καὶ οὔρων ἐκκενῶν. οἱ δὲ παῖδες ἅτε μήτε τὸν τοιοῦτον ἀθροίζοντες χυμόν, οἰκείαν τε παμπόλλην ἔχοντες ὑγρότητα, τῶν μὲν ἐξ οἴνου γινομένων ἀγαθῶν, οὐδενὸς προσδέονται, μόνης δὲ ἀπολαύουσιν αὐτοῦ τῆς βλάβης. οὐκ οὖν νοῦν ἔχων οὐδείς, ἐπιτρέψει τοιούτῳ χρῆσθαι πόματι τοὺς παῖδας, ὃ πρὸς τῷ μηδὲν ἀγαθὸν ἐργάζεσθαι, βλάβην ἐξαίσιον ἐφεδρεύουσαν ἔχει. οὐ μὴν οὐδὲ E ψυχροῦ πόματος, εἰς τὸ παντελὲς εἴργειν κελεύω τοὺς τοιούτους παῖδας, ὥσπερ ἔνιοι ποιοῦσιν. ἀλλ' ἐπί γε σιτίοις τὰ πολλὰ, καὶ κατὰ τὰς θερμοτάτας ὥρας, ὅτε ἥξουσιν αὐτοὶ πρὸς τὸ ψυχρὸν, ἐπιτρέπω χρῆσθαι. μάλιστα μὲν εἰ οἷόν τε, πηγαίῳ προσφάτῳ, μηδεμίαν ἐπίκτητον ἔχοντι μοχθηρὰν ποιότητα, μὴ παρόντος δὲ τοῦ τοιούτου, τοῖς ἄλλοις. φυλάττεσθαι δὲ τὰ λιμναῖα, καὶ θολερὰ, καὶ δυσώδη, καὶ ἁλυκὰ, καὶ ἁπλῶς εἰπεῖν, ὅσα τινὰ ποιότητα κατὰ τὴν γεῦσιν ἐνδείκνυται, χρὴ γὰρ αὐτοῖς ἀποιότατον φαίνεσθαι τὸ κάλλιστον ὕδωρ, οὐ πρὸς F τὴν γεῦσιν μόνον, ἀλλὰ καὶ πρὸς τὴν ὀσμήν. εἴη δ' ἂν τὸ τοιοῦτον, ἥδιστόν τε ἅμα πίνοντι, καὶ ἀκριβῶς καθαρόν. εἰ δὲ καὶ ταχέως ὑποχωρεῖ τῶν ὑποχονδρίων, μηδὲν ζητεῖν ἕτερον τι βέλτιον· ὡς ὅσα γε καθαρὰ μέν ἐστι, καὶ λαμπρὰ, καὶ οὐκ ἀηδῆ πινόμενα, παραμένει δὲ ἐπὶ πλέον ἐν τοῖς ὑποχονδρίοις, ἡμιμόχθηρα νομιστέον· ἀπέχεσθαι δὲ τούτων κελεύω τῶν πάμπαν ψυχρῶν, οὐ μὴν θερμοῖς γε χρῆσθαι κωλύω. ἀσφαλέστατον μὲν οὖν κεκρίσθαι τῇ πείρᾳ τὸ τοιοῦτον ὕδωρ.

εἰ δὲ καὶ γνωρισμάτων τις ἐθέλοι προγινώσκειν αὐτοῦ τὴν δύναμιν, ὅσων αἱ πηγαὶ πρὸς ἄρκτον ἐρρυήκασιν, ἐκ πετρῶν θλιβόμεναι, τὸν ἥλιον ἀπεστραμμένον ἔχουσαι, ἀτέραμνά τε καὶ βραδύπορα τὰ τοιαῦτα χρὴ νομίζειν ἅπαντα· εὐθὺς δ᾽ αὖθις ὑπάρχει, καὶ τὸ θερμαίνεσθαί τε, καὶ ψύχεσθαι βραδέως. ὡς ὅσων γε πρός τε τὰς ἀνατολὰς ἐρρώγασιν αἱ πηγαὶ, καὶ διὰ πόρου τινὸς, ἢ γῆς διηθεῖται καθαρᾶς, θερμαίνεταί τε καὶ ψύχεται τάχιστα, ταῦτα ἐλπίζειν εἶναι κάλλιστα πάσαις ταῖς ἡλικίαις. οὐ γὰρ δὴ καθάπερ οἴνων τε, καὶ σιτίων, καὶ γυμνασίων, ἐγρηγόρσεώς τε καὶ ὕπνων, καὶ ἀφροδισίων ἄλλως ἄλλον ἀπολαύειν προσήκει κατὰ τὰς διαφερούσας ἡλικίας, οὕτω καὶ ὕδατος· ἀλλ᾽ ὅπερ ἄριστον εἴρηται νῦν, τούτῳ χρῆσθαι καὶ παῖδα, καὶ νεανίσκον, καὶ πρεσβύτην. ὥσπερ γε ἀέρα τὸν ἄριστον εἰσπνεῖν, ἐν ἅπασιν ὁμοίως χρηστόν. ἄριστον δὲ ἀέρα λέγω, τὸν ἀκριβῶς καθαρόν· εἴη δ᾽ ἂν τοιοῦτος ὁ μήτ᾽ ἐκ λιμνῶν, μήτ᾽ ἐξ ἑλῶν ἀναθυμιάσεως ἐπιθολούμενος, μήτ᾽ ἐκ βαράθρου δηλητήριον αὔραν ἀποπνέοντος. ὁποῖα περί τε Σάρδεις ἐστὶ, καὶ Ἱερὰν πόλιν, ἑτέρωθί τε πολλαχόθι τῆς γῆς. οὕτως δὲ, καὶ ὅς τις ἔκ τινος ὀχετοῦ τῶν καθαιρόντων, ἢ μεγάλην τινὰ πόλιν, ἢ πολυάνθρωπον στρατόπεδον ἐπιθολοῦται, μοχθηρὸς ἱκανῶς ἐστι. μοχθηρὸς δὲ καὶ ὅς ἂν ἔκ τινος σηπεδόνος, ἢ ζώων, ἢ λαχάνων, ἢ ὀσπρίων, ἢ κόπρου μιαίνηται. καὶ μὴν καὶ ὅς τις ὁμιχλώδης ἐστὶ διὰ ποταμὸν, ἢ λίμνην γειτνιῶσαν, οὐκ ἀγαθός. ὥσπερ γε καὶ ὅς τις αὖ ἐν κοίλῳ χωρίῳ πανταχόθεν ὑψηλοῖς ὄρεσι περιεχόμενος, μηδεμίαν πνοὴν δέχεται, πνιγώδης γὰρ ὅδε, καὶ σηπεδονώδης ἐστὶ, ἀνάλογον τοῖς ἀποκεκλεισμένοις ἐν οἴκοις τισὶν, ἐν οἷς εὐρὼς ὑπὸ σηπεδόνος τε καὶ ἀπνοίας ἀθροίζεται. οἱ μὲν δὴ τοιοῦτοι, ἁπάσαις ταῖς ἡλικίαις, λυμαίνονται· ὥσπερ γε καὶ ὁ καθαρὸς ἀκριβῶς, ἁπάσαις ταῖς ἡλικίαις, ἀγαθός. ἡ δὲ κατὰ θερμότητα, καὶ ψυχρότητα, καὶ προσέτι ξηρότητα καὶ ὑγρότητα διαφορὰ τῶν ἀέρων οὐχ ὁμοίως ἔχει πρὸς ἅπαντας. ἀλλὰ τοῖς μὲν εὐκράτοις σώμασιν, ὁ εὔκρατος ἄριστος. ὅσα δ᾽ αὖ ὑπό τινος ἐξεχούσης ποιότητος δυναστεύηται, τούτοις ἄριστος ὁ ἐναντιώτατος τῇ κρατούσῃ· ψυχρὸς μὲν τῇ θερμῇ· θερμὸς δὲ τῇ ψυχρᾷ. καὶ δὴ καὶ τῇ μὲν ὑγροτέρᾳ, ξηρός· τῇ δὲ αὐχμηροτέρᾳ, τοῦ προσήκοντος, εἰς τοσοῦτον ὑγρότερος, εἰς ὅσον κἀκείνη τοῦ συμμέτρου ξηροτέρα. ταυτὶ μὲν ἐν τῷδε τῷ λόγῳ γινώσκειν ἱκανά. ὅπως δ᾽ ἄν τις ἐπανορθοίη τὰς ἐκ τῶν μοχθηρῶν ὑδάτων τε καὶ ἀέρων βλάβας, ἐν ἑτέρῳ βιβλίῳ ῥηθήσεται. νυνὶ γὰρ εἶναι σκοπόν τινα καὶ κανόνα, τὴν ἀρίστην κατασκευὴν τοῦ σώματος, ἐπὶ τοῖς ἀρίστοις διαιτήμασι διελθεῖν ἔγνωκα. τὰς δὲ τῶν ἡμαρτημένων κατά τι σωμάτων ἅμα καὶ διαιτημάτων ὑπαλλάξεις, ἐν τοῖς μετὰ ταῦτα γράμμασιν ἁπάσας διαιρήσομεν.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΒʹ.

Ὑγιεινὴ πραγματεία τῆς δευτέρας τε καὶ τρίτης ἑβδομάδος ἐτῶν, καὶ περὶ τῶν πόρων τῶν ἑκάστων τοῦ σώματος περιττωμάτων.

ΠΑλιν οὖν ὁ λόγος ἐπὶ τὸν ἄριστα κατεσκευασμένον παῖδα ἐπανελθὼν, τὴν ἀπὸ τῆς πρώτης ἑβδομάδος ἡλικίαν αὐτοῦ, μέχρι τῆς δευτέρας ἐκδιηγείσθω, κατά τε τὴν κρᾶσιν, ὁποία τίς ἐστι καὶ ὧντινων χρήζει διαιτημάτων. ἡ μὲν δὴ κρᾶσις, ὡς κἀν τοῖς περὶ κράσεων ὑπομνήμασι δέδεικται, θερμὴ μέν ἐστιν ὁμοίως,

A Quòd si quis est, qui ex notis potius facultatem prænosse malit; cuius fons è petra scaturiens, contra Septentriones fluit, Solémque auersum habet, hanc ægrè concoctum iri, tardíque transitus esse putandum est; eadem nimirum calefiet, frigefiétque tardè. Contra, cuius ad orientem Solem fons erumpit, quæque per meatum aliquem mundum, aut puram colatur terram, eadémque calefit, ac refrigeratur ocyssimè, hanc omni ætati vtilissimam esse existimandum est. Non enim sicuti vino, escis, exercitatione, vigiliis, somno, ac venere, aliis aliàs vti

B pro ratione ætatis expedit, ita de aqua quoque statuendum est: sed quam nunc optimam indicauimus, hac vti puero, iuueni, seni, conducet. Idem de aëre iudicandum, quem optimum in pulmones trahere omnibus iuxta salubre est. Optimum aërem censeo, qui prorsus sit purus. Eiusmodi verò fuerit, qui nec stagni, nec paludis halitu sit obscuratus, nec ex profundo specu pestilentem spirauerit auram, qualis circa Sardes, & Hierapolin, alibique terrarum sæpenumero visitur: nec qui ex cloacis, quæ magnam aliquam vrbem, aut numerosum exercitum purgent, vitium contraxit: nec qui ex ani-

C malium, olerum, aut leguminum putredine, aut fimo coinquinatur: nec qui ob stagnum, vel flumen vicinum nebulosus est. Nec qui editis vndique montibus in cauo loco clausus, nullum recipit perflatum. Suffocans enim putrisque est, similis ei, qui in domibus quibusdam est inclusus, in quibus ob putredinem, & perflatus defectum plurimus aceruatur situs. Huiuscemodi ergo aër omni planè ætati est noxius: sicut è diuerso, qui purus omninò est, nulli non ætati est vtilis. At verò quæ ex calore, frigore, siccitate, humiditate diuersitas aëris contingit, non proin-

D de se ad omnes homines habet. Sed corporibus quæ optimo temperamento sunt, etiam optimè temperatus aër est saluberrimus. In quibus verò aliqua exuperans qualitas dominatur, iis vtilissimus aër est, qui ei qualitati maximè est aduersus, frigidus calidæ, calidus frigidæ, humidiori siccus, sicciori quàm par est, tanto humidior, quanto siccitas ipsa modum excessit. Atque hæc quidem hoc loco intellexisse sat est. Quemadmodum verò noxas, quæ ex vitiosis aëre aquísque proueniunt, corrigas, alio volumine dicetur. Nunc enim optimum corporis statum, simul cum opti-

E ma victus ratione, ceu scopum, ac regulam quandam tractare constitui. Quæ enim vitiosa in aliquo corpore sunt, horum varietates omnes vnà cum idonea ipsis victus ratione in sequentibus libris prosequemur.

CAPVT XII.

Ratio tuendæ sanitatis secundi & tertiÿ septenariÿ, ac de viis singulorum corporis excrementorum.

F QVare rursus ad optimi status puerum reuersi, eius ætatem à primo septenario vsque ad secundum explicemus, & cuius temperamenti sit, & quodnam postulet victus genus. Ergo temperamentum eius (vt in libris, quos de temperamentis scripsimus euidenter ostendimus) calidum est eodem gradu, quo prius, humidum

humidum verò non eodem. Quandoquidē omne animans ab ipso statim ortu siccius in dies efficitur; minimè tamē per omnes ætates, aut calidius, aut frigidius euadit. Sed quorū optimè se habent corpora, iis calor similis quodammodo vsque ad summum incrementum manet; quorum verò humida frigidaque supra optimæ cōditionis corpus sunt, horum calor augetur. Sed non est nunc de his sermo. Cui verò optimè constitutum corpus obtigit, is ad quartumdecimū vsque annum iam traditam victus rationem obseruet, non autē immodicè, aut violenter se exerceat; ne corporis inhibeat incrementum. Lauetur autē calida potius, quàm gelida; vt qui nondum hanc citra noxā poterit sustinere. Hac ætate, animū quoque formet, idque potissimum probis consuetudinibus, & grauibus disciplinis, quę animo modestiam pariant. Quippe ad ea, quæ sequētē ætate circa corpus eius moliri oportebit, maximo cōpendio fit animi modestia, & ad parendum facilitas. A secundo verò septennio vsque ad expletum tertiū, si quidem ad robustissimum corporis habitū prouehere hominem cupis, aut militem eū strenuum, aut luctatorē, aut aliàs viribus insignem destinās, vtique de iis animi dotibus, quæ ad scientiam sapientiámque pertinent, minùs laborabis. Quæ enim ad mores spectāt, hac maximè ætate perfici absoluique conuenit. Sin corporis membra roborare hactenus cupis, dum sanum quendam habitum & incrementum iis compares, animi verò rationalē partem adolescentis ornare cupis, non est vtrobíque eadem victus ratio ex vsu. Quanquam etiam tertiam quartámque vitæ formulam licet inuenire; aliis sordidarum cuilibet artiū deditis, idque vel ei quæ corpus exerceat, vel alienū ab exercitio id teneat; aliis ad agriculturam, vel mercaturam, vel tale quippiam se conferentibus; quæ genera tot numero sunt, vt difficilè certè videatur omnes vitæ species certo numero complecti. Ac ars quidem, quæ sanitatem tuendā profitetur; omnibus profectò hominibus sanitatis tuendæ documenta pollicetur, aut singulorū propria, aut omnium communia; aut hæc quidē propria, illa verò cōmunia. Veruntamen fieri nequit, vt de omnibus simul differatur; sed primo loco quemadmodum quis ad longissimū prolata vita, etiam bona valetudine perpetuò vtatur. (Sanè hanc vitam ab omni ex necessario negocio liberam esse oportet, ac soli corpori vacare.) Secundo loco, vt de iis, quæ cum arte aliqua, aut opere, aut vitę instituto, aut ministerio priuato, publicóve, in summa, quæ cum premente aliquo negotio coniunctæ sunt. Sic vtique fieri potest, vt de omnibus disseratur. Neque enim aliter aut dilucidus, aut memoratu facilis, aut certa methodo traditus sermo noster videatur, nisi hunc ordinē sequatur. Sed ad id, quod primo loco propositum est, reuertendum, docendúmque quemadmodum qui optimum corporis habitum est nactus, ab omnibus quæ ad publicum in vita spectant, secedens, ac sibi soli viuēs, nec morbo vno, quoad fieri potest, vnquam tentetur, nec ante longissimum vitæ tēpus occupetur. Immortale namque fieri quod genitum est, planè nō potest, tametsi nostri temporis philosophus quidā in egregio scilicet opere illo, in quo immortalitatis vitam docet, id ostendere sit aggressus. Vt verò corpus in plurimum perduret tempus, id verò fieri posse profectò conuenit; præsertim eius, qui optima sit natura.

A ὑγρὰ δὲ οὐχ ὁμοίως. ἀεὶ γὰρ ἀπὸ τῆς πρώτης γενέσεως ἅπαν ζῶον ὁσημέραι γίνεται ξηρότερον· οὐ μὴν θερμότερόν γε ἢ ψυχρότερον, ὡσαύτως ἐπὶ πάσαις ἡλικίαις. ἀλλ' ὅσα μὲν ἄριστα κατεσκεύασται σώματα, παραπλησία πως ἡ θερμότης ἐπὶ τούτων ἄχρι τῆς ἀκμῆς παραμένει· ὅσα δὲ ὑγρότερα καὶ ψυχρότερα τῶν ἀρίστων ἐστὶν, αὐξάνεται τούτων ἡ θερμότης. ἀλλ' ὅγε νῦν λόγος οὐχ ὑπὲρ ἐκείνων ἐστίν. ὁ δὲ ἄριστα κατεσκευασμένος ἐκεῖνος ἄχρι τῆς τεσσαρεσκαιδεκαετίδος ἡλικίας, ἐν τῇ προειρημένῃ διαίτῃ φυ- B λαττέσθω. γυμναζόμενός γε μήτε πάνυ πολλὰ, μήτε βίαια, μή πως αὐτοῦ τὴν αὔξησιν ἐπισχῶμεν. καὶ λουόμενος ἐν θερμοῖς μᾶλλον ἢ ψυχροῖς λουτροῖς, οὔπω γὰρ οὐδὲ τούτων ἀλύπως ἀνέχεσθαι δυνήσεται. πλαττέσθω δὲ καὶ τὴν ψυχὴν ἐν ταύτῃ τῆς ἡλικίας καὶ μάλιστα δι' ἐθισμῶν καὶ σεμνῶν μαθημάτων, ὅσα μάλιστα ψυχὴν ἐργάζεσθαι κοσμίαν ἱκανά, πρὸς γὰρ τὰ μέλλοντα, κατὰ τὴν ἑξῆς ἡλικίαν αὐτοῦ, περὶ τὸ σῶμα πραχθήσεσθαι, μέγιστον ἐφόδιόν ἐστιν ἡ εὐκοσμία τε καὶ εὐπείθεια. μετὰ δὲ τὴν δευτέραν C ἑβδομάδα, μέχρι τῆς τρίτης, εἰ μὲν εἰς τὴν ἄκραν εὐεξίαν ἄγειν αὐτὸν ἐθέλοις. ἤτοι στρατιώτην τινὰ γενναῖον, ἢ παλαιστικὸν, ἢ ὁπωσοῦν ἰσχυρὸν ἀπεργάσασθαι βουλόμενος, ἧττον τῶν τῆς ψυχῆς ἀγαθῶν, ὅσα γε εἰς ἐπιστήμην τινὰ καὶ σοφίαν ἄγει, προνοήσῃ. τὰ μὲν γὰρ εἰς ἦθος, ἐν τῷδε μάλιστα τῆς ἡλικίας ἀκριβωθῆναι προσήκει. εἰ δὲ τὰ μὲν κατὰ τὸ σῶμα, μέχρι τοῦ κρατυνθῆναι τὰ μόρια, καὶ περιποιῆσαί τινα ἕξιν ὑγιεινὴν, καὶ αὐξῆσαι προαιροῖο, τὸ δὲ λογικὸν τῆς ψυχῆς τοῦ μειρακίου κοσμῆσαι σπουδάζοις, οὐ τῆς αὐτῆς ἐπ' ἀμφοῖν διαίτης δεήσῃ. καίτοι καὶ τρίτον καὶ τέ- D ταρτον εἶδος βίου εὑρεθείη ποτέ, τῶν μὲν, ἐπί τινα βάναυσον ἀφιγμένων τέχνην, καὶ ταύτην ἤτοι γυμνάζουσαν, ἢ ἀγύμναστον φυλάττουσαν τὸ σῶμα. τῶν δὲ ἐπὶ γεωργίαις, ἢ ἐμπορείαις, ἤ τι τοιοῦτον ἕτερον. ὥστε καὶ χαλεπὸν εἶναι δοκεῖ, ἀριθμῷ τινι περιλαβεῖν πάσας τῶν βίων τὰς ἰδέας. τῆς μὲν γὰρ ὑγιεινῆς τέχνης ἐπάγγελμά ἐστιν ἅπασιν ἀνθρώποις ὑποθήκας διδόναι πρὸς ὑγείαν, ἤτοι καθ' ἕκαστον ἰδίας, ἢ κοινῇ σύμπασιν ἁρμοττούσας, ἢ τὰς μέν τινας ἰδίας αὐτῶν, τὰς δὲ κοινάς. οὐ μὴν ἐγχωρεῖ περὶ πάντων ἅμα διελθεῖν. ἀλλὰ πρῶτον μὲν, ὡς ἄν τις ἐπὶ μήκιστον ἐκτείνων τὴν E ζωὴν, ὑγιαίνῃ τὰ πάντα. χρὴ δ', οἶμαι, τὸν τοιοῦτον βίον, ἁπάσης ἀναγκαίας πράξεως ἀποκεχωρηκέναι, μόνῳ σχολάζοντα τῷ σώματι, δεύτερον δὲ, μεθ' ὑποθέσεως, ἢ τέχνης, ἢ πράξεως, ἢ ἐπιτηδεύματος, ἢ ὑπηρεσίας τινὸς, ἤτοι πολιτικῆς, ἢ ἰδιωτικῆς, ἢ ὅλως ἀναγκαίας ἀσχολίας. οὐ δὴ γὰρ ἄλλως ἂν ἢ σαφὴς ὁ λόγος, οὔτ' εὐμνημόνευτος, οὔτε μεθόδῳ περαινόμενος ἡμῖν γένοιτο, χωρὶς τῆς εἰρημένης ἄρτι τάξεως. ἐπὶ δὲ τὴν πρώτην ἀνέλθωμεν ὑπόθεσιν, ἐπιδείξωμέν τε ὅπως ἄν τις ἀρίστης τυχὼν κατασκευῆς σώματος ἀποχωρήσας ἁπάντων τῶν κατὰ τὸν βίον F εἰς τὸ κοινὸν συντελούντων, ἑαυτῷ μόνῳ ζήσεται, μήτε νοσήσας, μηδέ ποτε καθόσον οἷόν τε, μήτε ἀποθανὼν ἔμπροσθεν τοῦ μηκίστου χρόνου τῆς ζωῆς. ἄφθαρτον μὲν γὰρ ποιῆσαι, τὸ γεννητὸν, οὐχ οἷόν τε, κἂν ὅτι μάλιστα τῶν καθ' ἡμᾶς νῦν τις ἀνὴρ φιλόσοφος, ἐπειρᾶτο δεικνύναι τοῦτο, διὰ τοῦ θαυμασίου τούτου συγγράμματος, ἐν ᾧ διδάσκει τὴν ὁδὸν τῆς ἀθανασίας. ἐπὶ πλεῖστον δὲ χρόνον προσήκει ἐγχωρεῖν ποιῆσαι τὸ σῶμα, καὶ μάλιστα τοῦ κάλλιστα πεφυκότος.

ἔνια γὰρ οὕτως εὐθὺς ἐξ ἀρχῆς κατεσκεύασται κακῶς, ὡς μηδ᾽ εἰς ἑξηκοστὸν ἔτος ἀφικέσθαι δύνασθαι κἂν αὐτὸν αὐτοῖς ἐπιστήσῃς τὸν Ἀσκληπιόν. ἀλλ᾽ οὐ νῦν περὶ ἐκείνων ὁ λόγος. ἐπὶ δὲ τὸν κατεσκευασμένον ἄριστα, πάλιν ἐπανελθόντες ἀναμνήσωμεν ὧν ἐν ἀρχαῖς ἀπεδείξαμεν, ὡς ἐσθίειν μὲν καὶ πίνειν ἀναγκαῖον ἡμῖν, ἐπειδὴ διαπαντὸς ἀποῤῥεῖ τι τοῦ σώματος ἡμῶν. ἐπεὶ δὲ ἐσθίομέν τε καὶ πίνομεν, ἀναγκαῖον αὖθίς ἐστιν, τῆς τῶν περιττωμάτων προνοεῖσθαι κενώσεως. ἐπεὶ δὲ τούτων ἐστὶν εἴδη πολλὰ, τὰ μὲν, τῆς ἐν τῇ γαστρὶ πεττομένης τροφῆς· τὰ δὲ, τῆς ἐν ἥπατι, καὶ ἀρτηρίαις, καὶ φλεψί. τὰ δὲ, τῆς καθ᾽ ἕκαστον μόριόν ἐστι περιττώματα, χρὴ δή που, καὶ τὴν κένωσιν αὐτῶν ἰδίαν εἶναι καθ᾽ ἕκαστον· ὥσπερ γε καὶ ἡ φύσις αὐτὴ, φαίνεται τοῦτ᾽ ἐξ ἀρχῆς ἐργασαμένη· παρεσκεύασε γὰρ τοῖς ζώοις ὄργανα πολλά· τὰ μὲν, ἐκκαθαίροντά τε καὶ διακρίνοντα ταυτὶ τὰ περιττώματα· τὰ δὲ, παράγοντα· τὰ δὲ ἀθροίζοντα· τὰ δὲ ἐκκρίνοντα. καὶ λέλεκται μὲν ὑπὲρ ἁπάντων ἐπὶ πλέον, ἔν τε τοῖς τῶν φυσικῶν δυνάμεων ὑπομνήμασι, κἀν τοῖς περὶ χρείας μορίων. ἐν δὲ τῷ παρόντι, ἔσται καὶ ταῦθ᾽ ἡμῖν ὑπόθεσις τῶν λόγων. τὸ μὲν γὰρ πρῶτον περίττωμα, διακρίνεταί τε καὶ προπέμπεται κατὰ βραχὺ, διὰ πάντων τῶν ἐντέρων ἄχρι τῆς κατὰ τὸ καλούμενον ἀπευθυσμένον ἀξιολόγου κοιλότητος, ἧς κατὰ τὸ πέρας ἐπίκεινται μύες, εἴργοντές τε καὶ κατέχοντες ἔνδον αὐτὸ, καὶ κωλύοντες ἀκαίρως ἐκρεῖν. ἐπειδὰν δ᾽ ἱκανῶς ἀθροισθὲν, ἀνιαρὸν ᾖ τῷ ζώῳ, τηνικαῦτα παρίασιν ἔξω φέρεσθαι, συντελούντων πρὸς τὸ τάχος τῆς ἀφόδου, τῶν κατ᾽ ἐπιγάστριον μυῶν, ἅμα τῷ διαφράγματι. τὸ δ᾽ ἐν ἥπατι περίττωμα, τὸ μὲν, οἷόν περ τὸ καλούμενον ἄνθος ἐν τοῖς οἴνοις ἐστὶ, τὸ δ᾽ οἷόν περ ἡ τρύξ. ἕλκεται δὲ τὸ μὲν ἕτερον ὑπὸ τῆς ὑποκειμένης τῷ σπλάγχνῳ κύστεως, τὸ δ᾽ ἕτερον ὑπὸ τοῦ σπληνός. ἀθροισθέντα δὲ ἐν τούτοις, ἐκκρίνεται· τὸ μὲν, εἰς τὴν ἀρχὴν τῶν λεπτῶν ἐντέρων· τὸ δ᾽ εἰς αὐτὴν τὴν γαστέρα. καὶ ἀπὸ τούτων ἤδη διὰ πάντων τῶν ἐντέρων, ἅμα τῷ ξηροτέρῳ περιττώματι τῆς τροφῆς διεξέρχεται. τὸ δὲ ἐν φλεψὶ καὶ ἀρτηρίαις περίττωμα, τοιοῦτόν ἐστιν, οἷος ὀῤῥὸς ἐν τῷ πηγνυμένῳ γάλακτι, καθαίροντες δὲ καὶ τοῦτο οἱ νεφροὶ, τῇ κύστει παραπέμπουσιν. ἡ δ᾽ ἀθροίζει, τρόπον ὁμοιότατον τῷ πρόσθεν εἰρημένῳ περὶ τοῦ ξηροῦ περιττώματος (ἐπίκειται γάρ τις καὶ τῇδε κατὰ τὸ ἔκρουν, ἐπικάρσιος μῦς, κλείων οὕτως ἀκριβῶς τὸ στόμιον, ὡς μηδὲν ἔξω παραῤῥεῖν) ἐπειδὰν δὴ καὶ τοῦθ᾽ ἱκανῶς ἤδη γινόμενον ἀνιᾷ τὸ ζῶον, ἀφίσταται μὲν ὅμως τῆς φρουρᾶς, ἀνιείς τε καὶ χαλῶν ἑαυτόν· ἐκκρίνει δὲ τὸ περιττὸν ἅπαν ἡ κύστις, ἐπιβοηθούντων αὖ καὶ τῇδε πρὸς τὸ τάχος τῆς τῶν ξηρῶν περιττωμάτων ἐξόδου, μυῶν τῶν κατὰ τὸ ἐπιγάστριον. τὸ δ᾽ ὑπόλοιπον γένος τῶν περιττωμάτων γίνεται μὲν ἐν ἑκάστῳ μορίῳ ἐκ τοῦ τρέφοντος αὐτὰ χυμοῦ. τὸ μὲν, οἷον ἡμίπεπτόν τι λείψανον, ἀδυνατῆσαν ἐξομοιωθῆναι τῷ τρεφομένῳ. τὸ δ᾽ ὅσπερ τῆς ἔμπροσθεν ἀναδόσεως ὄχημα, πληρῶσαν τὴν χρείαν, ὑγρὸν καὶ λεπτὸν ὂν, οἷόν περ τὸ προειρημένον ὀῤῥῶδες ἐκ τῶν ἀγγείων εἰς τὴν κύστιν παραῤῥεῖ. τούτῳ τῷ περιττώματι, πόρος μὲν οὐδείς ἐστιν ἀποτεταγμένος ὑπὸ τῆς φύσεως, ἐκκρίνεται δὲ, διά τε τῶν μαλακῶν σωμάτων φερόμενον, εἰκόντων αὐτοῦ τῇ ῥύμῃ,

A Sunt enim qui ab ipso ortu, adeo improspero corporis sint statu, vt ne si Æsculapium quidem ipsum iis præfeceris, vel sexagesimum annum videant. Sed non est nunc de his locus. Quare ad illum hominem potius, qui optimo est habitu, reuersi, repetamus ea quæ inter initia demonstrauimus, nempe quòd comesse, bibereque nobis necesse est, propterea quòd è corpore nostro aliquid semper defluit. Quum verò edendum nobis bibendúmque sit, necesse rursus est excrementorum excernendorum curam, rationémque haberi. Horum verò quum variæ sint species, aliæ eorum, quæ in ventriculo perficiuntur, aliæ eo-
B rum, quæ in iecinore, arteriis & venis, aliæ eius, quod per singula membra distribuitur alimenti; sanè cuiusque suam esse vacuationem oportet; sicuti idipsum ab initio instituisse natura videtur, quæ instrumenta animalibus contulit, alia quæ excrementa ipsa expurgent ac separent, alia quæ deducāt, alia quæ in vnum colligant, alia quæ excernant, de quibus omnibus tractatum nobis fusiùs est in iis commentariis quos de naturalibus facultatibus, & quos de partium animalis vsu inscripsimus. Nunc hypotheseos loco hæc præsumenda sunt ad ea,
C quæ paramus. Primum namque excrementum & à sincero separatur, & paulatim impellitur per omnia intestina vsque ad satis capax spatium, quod in eo intestino visitur, quod rectum appellant; ad cuius exitum musculi quidam sunt inserti, qui ipsum coërceant, intúsque detineant, ac intempestiuè effluere vetent. Quum verò abundè congestum iam graue animali fuerit, tum foras agi sinunt, ad celeritatem emissionis etiam abdominis musculis vnà cum diaphragmate adiuuantibus. Iecinoris excrementorum aliud est, quale quod florem in vino
D appellant, aliud, quale quod fæx dicitur: Attrahitur alterum à vesicula, quæ iecinori subiicitur, alterum à liene. In his collecta excernuntur, alterum in priorem tenuis intestini partem; alterum in ventriculum: ab hísque iam per omnia intestina, vnáque cum ficciori alimenti excremento permeant. Quod autem in venis & arteriis excrementum aceruatur, eiusmodi planè est, quale in lacte concreto serum. Hoc renes à sanguine secernentes, ad vesicam transmittunt. Ea porrò id colligit, seruátque ad eundem fermè modum, quem de sicco excremento supra retu-
E limus. Quippe adnascitur hîc quoque ad exitum ipsum musculus quidam transuersus, qui osculum vesicæ ita ad vnguem comprimit, vt inde nihil effluat. Postquam verò huius quoque collecta iam copia animal vrget, illicò se remittens laxánsque statione cedit. Vesica verò omne excrementum excernit, rursus hic quoque vt ad celeritatem exitus siccorum excrementorum auxiliantibus musculis iis, qui in abdomine sunt siti. Reliquum excrementorum genus in singulis animalis nascitur partibus ex ipso vnde aluntur succo: aliud quidem ceu semicoctæ quæpiam reliquiæ, quæ assimilari nutriendæ parti nequierunt: aliud
F quod priùs transmittendi alimenti fuit vehiculum, nunc functum officio, humidum tenuéque superest: quale nimirū serosum illud iam dictum, quod ex vasis in vesicam defluit. Huic excremento nullus certus à natura præscriptus meatus est: expellitur tamen partim actum per ipsa molliora corpora, quę fluentis eius violentię cedunt,

potissimùm

potissimùm quum à spiritu maiore impetu irruente impellitur; partim etiam per exiguos omnes corporeæ molis meatus, quorum nō modò reliquum corpus vniuersum, sed etiam tota cutis plena est. Dictum autem nobis de generatione horum est in libris, quos de temperamentis edidimus. Ergo tenuissimum huius generis excrementum facilè sanè eiicitur, partim in speciem halitus ab insito calore solutum, partim violento motu confertim erumpens. Appellant verò, quod ita excernitur, sudorem. Alterum verò, cui nullum nomen est, quod videlicet nec vulgo est cognitum, vt quod conspectum præ tenuitate effugiat, qui id ratione contemplati sunt, perspiratio sensum latens vocatur. In hac insensibili perspiratione etiam crassioris excrementi nonnihil excernitur. Huic autem & vehementiore deducente calore, & impetu impellente maiore opus est; quum alioqui periculum sit, ne ante itineris finem consistat; saltem ad cutim. Ab hoc excremento, tum pilis originem esse ostensum nobis est; tum verò iis, quæ circa omnium cutim semper aceruantur, sordibus. Ac dicta fermè nobis vniuersa sunt, tum generationis, tum etiam expulsionis excrementorum necessaria capita; quæ in aliis nostris operibus, quorum proximè meminerimus, fuere demonstrata, hypòtheses opportunæ sunt iis, quæ nunc molimur. Nam quoniam excerni hæc oportet, vtpote quæ vitiosa qualitate sint, tametsi Asclepiades reclamet, conuenit (arbitror) primùm nouisse, quibus maximè causis morentur; dein rationem inire, qua nec in ipsas incidatur; ac si quando inciditur, quamprimum error corrigatur. Atque ne incidatur quidem, hinc licet assequamur, vtique si excreta abundè sint, nécne, compertum habuerimus; vt verò erratum iam corrigatur, alia quadam methodo est opus.

A καὶ μάλισθ' ὅταν ὑπὸ πνεύματος ἀθροωτέρου ὁρμήσαντος ὠθεῖται. καὶ μέντοι, καὶ διὰ τῶν σμικρῶν ἁπάντων πόρων, ὧν ἐστι πλῆρες ὅλον τε τὸ σῶμα, καὶ σύμπαν τὸ δέρμα. λέλεκται δ' ὑπὲρ τῆς γενέσεως αὐτῶν ἐν τοῖς περὶ κράσεων. τὸ μὲν δὴ λεπτότατον περίττωμα, ῥᾳδίως ἐκκρίνεται, πρός τε τῆς ἐμφύτου θερμότητος εἰς ἰδέαν ἀτμοῦ λυόμενον, ὑπό τε βιαίας κινήσεως ἀθρόως ἐκρηγνύμενον. ὀνομάζεται δὲ τὸ μὲν οὕτως ἐκκριθὲν, ἱδρώς. τὸ δὲ ἕτερον, οὐδὲν ἔχον ὄνομα, ὅτι οὐδὲ γινώσκεται τοῖς πολλοῖς, ἅτε τὴν ὄψιν ἐκφεῦγον ὑπὸ λεπτότητος, ἄδηλος αἰσθήσει διαπνοὴ κέκληται πρὸς B αὐτῶν τῶν φωρασάντων αὐτὸ τῷ λογισμῷ. κατὰ ταύτην δὲ τὴν ἄδηλον αἰσθήσει διαπνοὴν ἐκκρίνεταί τι καὶ τοῦ παχυτέρου περιττώματος. ἰσχυροτέρας δὲ δεῖ τῷδε καὶ τῆς ἀγούσης θερμότητος, καὶ τῆς ὠθούσης ῥύμης, ἢ κίνδυνος αὐτῷ στῆναι κατά γε τὸ δέρμα, πρὶν ἐξαφικέσθαι πρὸς τὸ πέρας. ἐκ τούτου τοῦ περιττώματος, ἥ τε τῶν τριχῶν ἐδείκνυτο γένεσις, οὐχ ἥκιστα δὲ, καὶ ὁ περὶ τοῖς δέρμασιν ἀθροιζόμενος ἅπασι ῥύπος. Εἴρηταί μοι σχεδὸν τὰ ἀναγκαῖα ἅπαντα τοῦ λόγου κεφάλαια τῆς τῶν περιττωμάτων γενέσεώς τε ἅμα καὶ κενώσεως. ἀποδεδειγμένα μὲν ἐν ἑτέραις πραγματείαις, ὧν ὀλί- C γον ἔμπροσθεν ἐμνημόνευσα, μελλήσοντα δ' ὑποθέσεις ἀναγκαῖα γενήσεσθαι τοῖς νῦν ἐνεστηκόσι λόγοις. ἐπεὶ γὰρ ἐκκενοῦσθαι χρὴ ταῦτα, μοχθηραῖς ταῖς ποιότησιν ὑπάρχοντα, κἂν Ἀσκληπιάδης μὴ βούληται, χρὴ πρῶτον μὲν ἐπίστασθαι τὰς αἰτίας αὐτῶν τῆς ἐπισχέσεως· ἐφεξῆς δὲ πειρᾶσθαι μήτε περιπίπτειν αὐταῖς, εἰ δὲ καὶ περιπέσοιμεν ποτὲ, διὰ ταχέων ἐπανορθοῦσθαι τὸ σφάλμα πειρᾶσθαι. τὸ μὲν δὴ μὴ περιπίπτειν, ἐκ τοῦ γινώσκειν πότερον αὐτάρκως ἀποκρίνεται, ἢ μὴ, περιγίνεται· τὸ δ' ἐπανορθοῦσθαι, μεθόδου τινὸς ἑτέρας προσδεῖται.

D

CAPVT XIII.

Causæ retentionis singulorum corporis excrementorum.

DICAMVS itaque primùm à quibus maximè remorentur dictorum excrementorum singula; mox quo pacto quod retentum est, extrudatur. Ergo iis quæ in ventriculo continentur excrementis mora contingit, aut ipsius cibi potúsque vitio, aut ipsius ventriculi vnà cum intestinis. Et cibi quidem potúsque vitio, aut propter qualitatem eorum, aut quantitatem; ad hæc ordinem, vtendíque modum. Et propter qualitatem quidem, si acerba, austera, aut siccæ naturæ fuerint. Propter quantitatem, si iusto plura, aut pauciora sunt assumpta. Ordinis errore, si quæ sicca adstringentiáve sunt, primo; quæ humida, pinguia & dulcia, secundo loco sunt sumpta. Modi vsus ratione, si quum bis fuit edendum, totum semel sumpserit alimentum. Quæ verò ventriculi intestinorúmve vitium sequitur excrementi mora, vel ob naturalem eorum affectum accidit, vel certè acquisititium. Ac quæ quidem naturæ eorum vitio causæ proueniunt, ex prauis corporis habitibus sunt; sicuti vbi de his agemus, dicetur. De acquisititiis hoc loco agemus. Lædentium ventris affectuum octo sunt differentiæ, singulæ ipso genere intemperies; & quatuor quidem simplices, calor, frigiditas, siccitas, humiditas;

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΓ'.

Τὰ τῆς ἐπισχέσεως ἑκάστων τοῦ σώματος περιττωμάτων αἴτια.

Λεγέσθω δὴ πρῶτον μὲν, ὑφ' ὧν ἴσχεται τῶν εἰρημένων ἐκκρίσεων ἑκάστη· δεύτερον δὲ, ὅπως ἄν τις ἐπεχομένην αὐτὴν προτρέψειεν. ἡ μὲν δὴ τῶν περὶ τὴν γαστέρα περιττωμάτων ἐπίσχεσις, ἤτοι διὰ τὰ λαμβανόμενα σιτία τε καὶ ποτὰ γίγνοιτ' ἂν, ἢ διὰ τὴν γαστέρα μετὰ τῶν ἐντέρων. διὰ τὰ μὲν E σιτία καὶ ποτὰ, παρά τε τὴν ποιότητα καὶ ποσότητα τῶν ληφθέντων, ἔτι τε πρὸς τούτοις τάξιν τε καὶ τὸν τρόπον τῆς χρήσεως· περὶ μὲν τὴν ποιότητα, στρυφνῶν, ἢ αὐστηρῶν, ἢ ξηρῶν ταῖς συστάσεσιν ὑπαρχόντων. περὶ δὲ τὴν ποσότητα, τοῦ προσήκοντος πλειόνων, ἢ ἐλαττόνων· παρὰ δὲ τὴν τάξιν, εἰ τὰ μὲν ξηρὰ καὶ στύφοντα πρότερον, τὰ δὲ ὑγρὰ, καὶ λιπαρὰ, καὶ γλυκέα, δεύτερα προσενέγκαιτο. παρὰ δὲ τὸν τρόπον τῆς χρήσεως, εἰ δέον δὶς σιτεῖσθαι, πᾶσαν εἰς ἅπαξ προσενέγκαιτο τὴν τροφήν. ἡ δὲ περὶ τὴν γαστέρα τε, καὶ τὰ ἔντερα τῆς ἐπισχέσεως τῶν περιττωμάτων αἰτία, διά τε τὴν φύσιν αὐτῶν, ἢ διὰ τὴν ἐπίκτη- F τον γίνεται διάθεσιν. αἱ μὲν δὴ περὶ τὴν φύσιν αὐτῶν, αἰτίαι μοχθηραὶ εἰσὶ τοῦ σώματος κατασκευαὶ, ὡς ἐν τῷ περὶ ἐκείνων εἰρήσεται λόγῳ· περὶ δὲ τῶν ἐπικτήτων ἐν τῷδε ῥητέον. ὀκτὼ διαφοραὶ τῶν τῆς γαστρὸς προσφάτων εἰσὶ διαθέσεων, ἅπασαι δυσκρασίαι κατὰ γένος ὑπάρχουσαι, τέτταρες μὲν ἁπλαῖ, θερμότης, ψυχρότης, ξηρότης, καὶ ὑγρότης·

τέσσαρες δὲ ἄλλαι σύνθετοι. θερμότης τε ἅμα καὶ ξηρότης· A
καὶ θερμότης ἅμα ὑγρότητι. καὶ ψυχρότης ἅμα καὶ ξηρότης,
καὶ ψυχρότης ἅμα ὑγρότητι. χρὴ δὲ εἰς τοσοῦτον ἥκειν με-
γέθους ἑκάστην τῶν δυσκρασιῶν, ὡς ἀσθενῆ φανερῶς ἐργά-
σασθαι τὴν προωστικὴν δύναμιν, ἤτοι τῆς γαστρὸς μόνης, ἢ
τῶν λεπτῶν ἐντέρων, ἢ τῶν παχέων, ἢ καὶ συμπάντων ἅμα
τῶν εἰρημένων, ἢ τινων ἐν αὐτοῖς. συνίστανται δ' αἱ τοιαῦται
δυσκρασίαι, ποτὲ μὲν ἀπὸ τῶν εἴσω τοῦ σώματος λαμβανο-
μένων. ἔστι δ' ὅτε καὶ ἀπὸ τῶν ἔξωθεν προσπιπτόντων. ἀπὸ
μὲν εἴσω τοῦ σώματος, ὁπότ' ἐν ταῖς τροφαῖς, ἢ τοῖς πόμασι
φαρμακωδεστέρα τις ᾖ δύναμις, ἢ θερμαινόντων, ἢ ψυ- B
χόντων, ἢ ξηραινόντων, ἢ ὑγραινόντων, ἢ θερμαινόντων τε
ἅμα καὶ ξηραινόντων, ἢ καὶ κατ' ἄλλην τινὰ συζυγίαν
ἐνεργούντων. ἀπὸ δὲ τῶν ἔξωθεν προσπιπτόντων, ἤτοι τοῦ
περιέχοντος ἡμᾶς ἀέρος ἀμέτρως θερμαίνοντος, ἢ ξηραίνον-
τος, ἢ ὑγραίνοντος, ἢ κατὰ συζυγίαν τινὰ τούτων ἐνεργοῦν-
τος, ἢ ἀπὸ τινος ὕδατος, ἐν ᾧ τις ἔτυχε λουσάμενος, ἢ
ἀλείμματός τινος, ἢ ἁπλῶς ὅτου δή τινος ἑτέρου προσπε-
σόντος ἔξωθεν τῇ γαστρὶ, θερμαίνειν, ἢ ψύχειν, ἢ ξηραίνειν, ἢ
ὑγραίνειν ἀμέτρως δυναμένου, διὰ ταύτας μὲν δὴ τὰς αἰ-
τίας, ἐπέχεται γαστήρ. τὸ δὲ πικρόχολον περίττωμα διά τε C
τὴν ἀρρωστίαν τῆς ἑλκούσης, ἢ ἐκκρινούσης αὐτὸ δυνά-
μεως, καὶ διὰ στενοχωρίαν τῶν παραγόντων τε καὶ ἐκ-
κρινόντων ὀργάνων. ἀλλ' ἡ μὲν ἀρρωστία τῆς τε κύστεως ὅλης
τῆς ἐπὶ τῷ ἥπατι, καὶ τῶν ἀπ' αὐτῆς εἰς τὸ σπλάγχνον
ἀγόντων στομάτων, καὶ τῶν εἰς τὸ ἔντερον ἐξερευγομένων
πόρων, ἐπὶ προσφάτῳ δυσκρασίᾳ γίγνοιτ' ἄν, ἐφ' ἧσπερ
καὶ ἡ προωστικὴ δύναμις ἐλέγετο βλάπτεσθαι, τῶν ἐντέ-
ρων τε καὶ τῆς γαστρός. ἡ δὲ στενοχωρία, ἢ διὰ φλεγμο-
νὴν, ἢ σκίρρον, ἢ ἔμφραξιν, ἢ τὴν ἐκ τῶν περιεχόντων
αὐτὰ θλῖψιν, ἢ μύσιν τῶν στομάτων. αὗται δ' αἱ θλίψεις ἐκ D
τῶν περιεχόντων, ἢ διὰ πλῆθος ἄμετρον τῶν ἐν δὲ αὐτοῖς
περιεχομένων, ἢ διὰ φλεγμονὴν, ἢ σκίρρον, ὥσπερ γε καὶ
ἡ μύσις, διά τι τούτων, ἢ ξηρότητα. τῆς ξηρότητος δ' αὐ-
τῆς αἰτίαι, τά τε στύφοντα σφοδρῶς ἐστι, καὶ τὰ θερμαίνοντα
μετὰ τοῦ ξηραίνειν. τὰ μὲν γὰρ ἐκθλίβοντά τε τὴν ὑγρότητα,
καὶ αὐτὰ τὰ κεχηνότα, συνάγοντά τε καὶ σφίγγοντα, καὶ πι-
λοῦντα· τὰ δὲ διαφοροῦντα τὰς ὑγρότητας, τὴν ξηρό-
τητα ἐργάζεται. φλεγμονὴ γὰρ, καὶ σκίρρος, ἤδη γε νοσή-
ματα φανερῶς ἐστιν· ὡς ἐκπέπτωκεν τῆς ὑγιεινῆς πραγ-
ματείας. ἄλλως τε καὶ περὶ αὐτῶν εὐκαιρότερον εἰρήσεται· E
κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν τρόπον, οὐδὲ τὸ μελαγχολικὸν ἐκκαθαρ-
θήσεταί ποτε περίττωμα, τοῦ μὲν σπληνὸς ἀνάλογον ἔχον-
τος τῇ χοληδόχῳ κύστει. τῆς δ' εἰς αὐτὸν τεταγμένης φλε-
βὸς, ἀπὸ πυλῶν τοῦ ἥπατος, τοῖς ἕλκουσιν ἀγγείοις τὸ χολῶ-
δες περίττωμα. τῆς δ' ἐκ τοῦ σπληνὸς εἰς τὴν γαστέρα φε-
ρομένης φλεβὸς, τῷ τὴν χολὴν ἐξερευγομένῳ πόρῳ. τὸ δὲ
καθ' ἕκαστον τῶν τρεφομένων τὴν τοῦ ζώου μορίων περίτ-
τωμα, διά τε πλῆθος καὶ πάχος αὐτοῦ, καὶ προσέτι καὶ γλι-
σχρότητα, ἢ δι' ἀρρωστίαν τῆς λυούσης αὐτὸ θερμότητος, καὶ
διὰ στενοχωρίαν τῆς διεξόδου κωλυθήσεται. πλῆθος μὲν δὴ, F
καὶ πάχος, καὶ γλισχρότης, ἤτοι γ' ἐκ τῆς τῶν πομάτων τε
καὶ ἐδεσμάτων γίνεται φύσεως, ἢ ἐκ προσφάτου τινὸς ἀρ-
ρωστίας τῆς ἀλλοιωτικῆς ἐν τῷ τρεφομένῳ δυνάμεως. ἡ δ'
ἀσθένεια τῆς οὐ λυούσης αὐτὸ θερμότητος, ἀγυμνασίας ἔκ-
γονος ὑπάρχει. καὶ ἡ στενοχωρία δὲ τῆς διεξόδου, διὰ σκίρρον,

quatuor compositæ, calor vnà cum siccitate, idem cum humiditate; frigus adiunctum siccitati, idem cum humiditate. Sanè eo creuisse magnitudinis harum quamlibet oportet, vt iam imbecillam reddiderit expultricem vim, aut ventriculi tantum, aut gracilium intestinorum, aut crassiorum, aut etiam omnium simul, aut ex his quorundam. Creantur porrò eiusmodi intemperies modò ab iis, quæ intrò in corpus sumuntur; modò ab iis, quæ foris incidunt. Et ab iis, quæ in corpus sumuntur, quum in cibo, vel potu vis quæpiam medicinalis est immixta ex earum genere, quæ vel calefaciunt, vel refrigerant, vel siccant, vel humectant, vel vnà calefaciunt, & siceant, aliáve quapiam connexione harum qualitatum afficiunt. Ab iis, quæ foris incidunt, vel ambientis nos aëris vitio (quum is immodicè calefacit, aut refrigerat, aut siccat, aut humectat, aut coniugatione quauis harum qualitatum afficit) vel aquæ, qua lauerimus, vel vnctionis, qua vncti simus, vel denique alterius cuiusquam, quod quum foris ventriculo adhæserit, aut calefaciendi immodicè hunc, aut refrigerandi, aut siccandi, aut humectandi facultatem habuit. His igitur de causis supprimitur excrementum ventris. At flauæ bilis excrementum moratur, aut propter attrahentis, expellentisve facultatis infirmitatem, aut propter vasorum, quibus deducitur, atque excernitur, angustiam. Porrò infirmitas, tum vesiculæ totius, quæ iecinori subiicitur, tum eorum meatuum, qui ab ea in iecur subeunt, tum eorum quibus in intestinum bilis euomitur, ex lædenti intemperie prouenire potest, tali vtique, quali intestinorum ventrisque expultricem facultatem lædi diximus. Angustia verò vasorum, aut phlegmones vitio fit, aut propter scirrhos, aut obstructionem, aut circumiacentium partium compressionem, aut osculorum conniuentiam. Iam ipsa à proximis partibus compressio, aut propter immodicam copiam eorum quæ in se continent, aut propter phlegmonem, aut schirrum accidit, æquè ac oscillorum conniuentia, aut propter horum quippiam, aut etiam siccitatem. Porrò siccitatem accidere faciunt, & quæ valenter astringunt, & quæ pariter calefaciunt, & siccant. Illa namque humorem exprimendo, & quæ patebant, contrahendo constringendóque, ac densando; hæc eliciendo per halitum humorem, siccitatem inducunt. Phlegmone namque & scirrhus, quoniam morbi planè sunt, ad præsentem disputationem non pertinent, & alioqui de ipsis commodiùs agetur in sequentibus. Pari ratione atræ bilis excrementum aliquando supprimetur, si lien eo se modo habeat, quo bilis vesica; vena verò quæ ad illum à porta iecinoris pertinet, eodem modo quo vascula illa, quæ biliosum excrementum attrahunt, quæ verò ex liene in ventriculum fertur, eodem modo quo meatus ille, qui bilem egerit. At excrementum, quod per singulas animalis, quæ nutriuntur, partes congeritur, & copia sua, & crassitudine, & præterea lentore retardatur; ad hæc, ob imbecillitatem caloris, qui id incidat soluátque, præterea transitus angustiam. Ac copia quidem, crassitudo, & lentor vel ex cibi potionisque natura prouenit, vel lædenti quapiam alteratricis facultatis in ea parte, quæ nutritur, infirmitate. Imbecillitas verò caloris, qui non id excrementum resoluat ac tenuet, ab exercitationis defectu prouenit. Angustia transitus, aut ob scirrhum,

aut

A aut phlegmonē, aut obstrusionē, aut compressionem alicuius, aut cōniuentiam euenit. Quorū cuiusque originis rationē paulò ante retulimus. Sūt tamē partes, quę pręter latentes hos meatus, alios quosdā apertos & conspicuos obtinent, sicuti cerebrū, & oculus; Id autē institutū à natura est, aut propter præstantiā partis, aut propter actionē exquisitius obeundā, aut propter cōtinentiū corporū densitatē. Est namque cerebrū rationalis animæ, ceu domiciliū; quod cū osse solido vndique sit septū, plurimis maximísque canalibus expurgatur; primùm per nares, & palatum; secundò per vtramque aurē; tertiò per caluæ suturas. B Nec absimile est etiā aliquid ab eo confluere ad oculos. Oculus verò ipse non tanquam primatum aliquē inter partes obtinens, sed velut qui purus esse omninò postulet, quo videlicet probè munus suum obeat, per euidentes meatus eiicit, quicquid in eo excrementi gignitur, nēpe per nares palpebrásq;

A καὶ φλεγμονὴν, ἐμφράξιν τε, καὶ θλίψιν, καὶ μύσιν γίνεται. τούτων δὲ ἑκάστου τὴν γένεσιν, ὀλίγῳ πρόσθεν εἰρήκαμεν. Ἔνια δὲ μέν τοι μόρια πρὸς τοῖς ἀδήλοις τούτοις πόροις, ἑτέρους τινὰς ἔχει σαφεῖς καὶ αἰσθητοὺς, ὥσπερ ἐγκέφαλός τε καὶ ὀφθαλμός. καὶ τοῦτο γέγονε πρὸς τῆς φύσεως, ἢ διὰ τὸ κύριον τοῦ μέρους, ἢ διὰ τὴν ἀκρίβειαν τῆς ἐνεργείας, ἢ διὰ πυκνότητα τῶν περιεχόντων σωμάτων. ὁ μὲν γὰρ ἐγκέφαλος, οἶκός τις ἐστὶ τῆς λογικῆς ψυχῆς, καὶ στεγανῷ περιλαμβανόμενος ὀστῷ, διὰ μεγίστων τε καὶ πλείστων ὀχετῶν ἐκκαθαίρεται. πρώτων μὲν, τῶν κατὰ τὰς ῥῖνάς τε καὶ τὴν ὑπερῴαν. δεύτερον δὲ τῶν καθ᾽ ἑκάτερον οὖς. καὶ τρίτων, τῶν κατὰ τὰς τοῦ κρανίου B ῥαφάς. οὐκ ἀπεικὸς δὲ ἐστὶ εἰς τοὺς ὀφθαλμοὺς τι συῤῥεῖν, ἐξ αὐτοῦ. ὁ δὲ ὀφθαλμὸς οὐχ ὡς κύριος ἐπὶ τοῦτός γε, ἀλλ᾽ ὡς ἀκριβῶς καθαρὸς εἶναι δεόμενος, εἰς τὴν τῆς ἐνεργείας ἀκρίβειαν, αἰσθητοῖς τε ἐκκενοῦται πόροις· ἅπαν ὅσον ἐν αὐτῷ περίττωμα γίνεται, κατά τε τὴν ῥῖνα καὶ κατὰ βλέφαρα.

CAPVT XIV.

Quo pacto educenda sint singula corporis excrementa.

C Ergo excrementorum tum causas, tum instrumenta iam diximus. Quæ quemadmodū quis retenta vacuet, deinceps dicendum: initio rursus à ventre sumpto. Ergo illud commune omnium excrementorum documentum sit, vt retentionis causę contrariam causam semper admoueas: speciale verò per singulas, hoc, si comestorum paucitate, & siccitate restricta aluus sit, vt tum plura, tum humidiora exhibeas. Si siccitate, plura quidē nō offeras, sed humidiora. Si austeritate, & acerbitate, dulcibus, & pinguibus cibes. Quòd si in ordine sumptorum erratum sit, vt eū errorem corrigas. Si quū bis edendū erat, semel comedit, D vt nō bis modò, sed etiam sæpius pascas. Eodem planè modo & recens contractas intēperies contrariis remediis sarcias: nempe, quod siccatū est, humectans, quod refrigeratum est, calefaciens, ac reliquos affectus simili ratione corrigens. Quibus verò hæc fiant, in iis, quæ de medicamentis scripsimus, proditę materiæ sunt. At flaua bile retenta, siquidem obstructionis culpa id accidat, eo qui extenuet victu vtēdum est; cuius materia singulari volumine à nobis est tradita. Sin ex compressu id eueniat corporū, quæ & eius bilis meatibus vicina sunt, & immodicè sunt referta; siquidem ex crassitudine succi id incidit, extenuante E victu est vtendum: sin ex multitudine, præsidiis, quę vacuent. Quòd si ob phlegmonem, scirrhúmve id contigit, iam res sanitatis tuendæ professionem excessit. Sin propter recens contractam intemperiem, quæcunque victa qualitas est, hanc restituere tentandum. Ad eandem formulā, cōniuentiam osculorū aperire conueniet. Si ab austeris facta est, pinguibus, & dulcibus assumi iussis. Sin iis, quæ calefaciunt & siccant, successit, adhibitis quæ refrigerent & humectent. Dicetur & talium materia in sequentibus libris. Idem expurgandi modus etiam tertio excrementorū genere retento, & quod per singulas animalis partes col F ligi diximus, conueniat. Nam si contracta sint, & tanquā conniueant meatuum ora, per aduersa iis, quæ sic affecerunt, succurrendū est: nēpe quæ ex frigidis causis ortę coarctationes cōstipationésq; carneæ molis sunt, veluti quæ ex ambientis frigore corporibus nostris inciderūt, eas calefaciēdo.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΔ΄.

Ὅπως ἕκαστον τοῦ σώματος περίττωμα κενοῦσθαι δεῖ.

C ΤΑ μὲν οὖν τῶν περιττωμάτων αἴτιά τε καὶ ὄργανα λέλεκται. ὅπως δ᾽ ἄν τις ταῦτα κατεχόμενα κενώσῃ, ἐφεξῆς λεκτέον, ἀρξαμένοις αὖθις ἀπὸ τῶν κατὰ τὴν γαστέρα. κοινὸν μὲν οὖν ἐπὶ πάντων παράγγελμα, τὴν ἐναντίαν τῇ τὴν βλάβην ἐργασαμένῃ προσάγειν. ἴδιον δὲ καθ᾽ ἑκάστην, εἰ μὲν ὀλιγώτερα ἢ ξηρότερα προσαράμενος, ἐπισχεθῇ τὴν γαστέρα, πλείω τε ἅμα προσφέρειν καὶ ὑγρότερα. εἰ δὲ ξηρότερα, πλείω μὲν μὴ προσφέρειν, ὑγρότερα δέ. εἰ δ᾽ αὐστηρὰ καὶ στρυφνὰ, γλυκέσι τε καὶ λιπαροῖς εὐωχεῖν. εἰ δὲ τῇ τάξει πλημμελῶς, εἰς ὃ δέον ἐπανά- D γειν. εἰ δὲ ἅπαξ ἀντὶ τοῦ δὶς, οὐ μόνον δὶς, ἀλλὰ καὶ πολλάκις προσφέρειν. κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν τρόπον τὰς προσφάτους δυσκρασίας ἐξιᾶσθαι τοῖς ἐναντίοις. ὑγραίνοντα μὲν, εἰ ξηρανθείη. θερμαίνοντα δὲ, εἰ ψυχθείη κἀπὶ τῶν ἄλλων ποιοτήτων ἀναλόγως· αἱ δ᾽ ὗλαι τούτων ἐν ταῖς περὶ τῶν φαρμάκων ἡμῖν γεγραμμέναις πραγματείαις εἴρηνται. Ἐπισχεθείσης δὲ τῆς ξανθῆς χολῆς, ἐπὶ μὲν ἐμφράξει, τῇ λεπτυνούσῃ διαίτῃ χρηστέον. εἴρηται δ᾽ ἡ ὕλη τῆς τοιαύτης διαίτης, ἑτέρωθι δι᾽ ἑνὸς γράμματος. ἐπὶ δὲ θλίψεσι, ταῖς μὲν διὰ τὴν τῶν ὁμιλούντων τοῖς χοληδόχοις πόροις E σωμάτων ἄμετρον πλήρωσιν· εἰ μὲν διὰ πάχος χυμῶν, τῇ λεπτυνούσῃ διαίτῃ χρηστέον. εἰ δὲ διὰ πλῆθος, τῇ κενώσει. εἰ δὲ διὰ φλεγμονὴν ἢ σκίῤῥον, ἐκπέπτωκεν ἤδη τὰ τοιαῦτα τῆς ὑγιεινῆς πραγματείας. εἰ δὲ διὰ δυσκρασίαν πρόσφατον, ἀντεισακτέον τὴν ἡττημένην ποιότητα. κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν τρόπον, ἰᾶσθαι χρὴ τὴν μύσιν τῶν στομάτων, ἐπὶ μὲν τοῖς αὐστηροῖς γενομένην, τὰ λιπαρὰ καὶ γλυκέα κελεύοντα λαμβάνειν, ἐπὶ δὲ τοῖς θερμαίνουσι καὶ ξηραίνουσιν, ὅσα ψύχει καὶ ὑγραίνει. λεχθήσεται δὲ ἡ τῶν τοιούτων ὕλη, ἐν τοῖς ἑξῆς ὑπομνήμασιν. Ὁ αὐτὸς δὲ τρό- F πος ἐστὶ τῆς καθάρσεως, ἐπί τε τῷ τρίτῳ γένει τῶν περιττωμάτων, ὃ καθ᾽ ἕκαστον τοῦ ζώου μόριον ἔφαμεν συνίστασθαι. εἰ μὲν γὰρ μύσει ἔχει τὰ στόματα τῶν πόρων, ἐπανορθοῦσθαι χρὴ διὰ τῶν ἐναντίων τοῖς βλάψασι. τὰς μὲν ἐπὶ τοῖς ψύχουσιν αἰτίοις στεγνώσεις, ἐκθερμαίνοντα, καθάπερ ὅσαι πυκνωθέντων ἡμῶν ὑπὸ κρύους γίνεται· τὰς

τὰς δὲ ἐπὶ θερμότητι καὶ ξηρότητι, ἐμψύχοντά τε καὶ ἀνυγραίνοντα, καθάπερ ὅσαι δι᾽ ἐγκαύσεις, οὕτω δὲ καὶ ὅσαι διά τε τῶν στυφόντων προσέπεσον, ὥσπερ ὅσα τῶν ὑδάτων ἐστὶ στυπτηριώδη, λιπαραῖς τε καὶ μαλακαῖς τρίψεσιν ἅμα τοῖς τῶν γλυκέων ὑδάτων λουτροῖς. Εἰ δὲ ἐμφραχθεῖεν οἱ πόροι διὰ πάχος, ἢ πλῆθος, ἢ γλισχρότητα περιττωμάτων, ἡ λεπτύνουσα δίαιτα τούτοις ἁρμόσει, καὶ ὅσα τέμνει καὶ θερμαίνει φάρμακα, τὰ μὲν, εἴσω τοῦ σώματος λαμβανόμενα, τὰ δὲ, ἔξωθεν ἐπιτιθέμενα, καὶ πρὸ τούτων ἁπάντων γυμνάσια. καὶ γὰρ καὶ ταῦτα λύειν τε δύναται τὰ περιττώματα, καὶ διὰ τῶν πόρων ἐκκενοῦν, καὶ τοσούτῳ πλεονεκτεῖ τῶν λεπτυνόντων ἐδεσμάτων τε καὶ φαρμάκων, ὅσῳ βέλτιόν ἐστι μηδὲν βλαπτομένην εἰς τὴν τῶν σωμάτων ἕξιν ἐκκενοῦσθαι τὰ περιττὰ τοῦ σώματος, τοῦ, σὺν τῷ τάς τε σάρκας συντήκεσθαι καὶ ἰσχνοῦσθαι τὰ στερεά. αὗται μὲν γὰρ αἱ βλάβαι τοῖς θερμοῖς τε καὶ λεπτύνουσιν ἐφεδρεύουσι φαρμάκοις. ἐπὶ δὲ τοῖς γυμνασίοις, οὐ μόνον οὐδὲν τοιοῦτον, ἀλλὰ καὶ ῥώμη τοῖς ὀργάνοις ἐγγίνεται, τῆς θερμότητος ἀναζωπυρουμένης αὐτῆς, κἀκ τῆς πρὸς ἄλληλα τῶν σωμάτων παρατρίψεως, σκληρότητός τέ τινος, καὶ δυσπαθείας ἐγγιγνομένης. ὡς δ᾽ ἄν τις ἐν καιρῷ γυμνάζοιτο, καὶ μέτρῳ τῷ προσήκοντι χρῷτο, καὶ τάξει, καὶ ποιότητι τῶν κατὰ μέρος ἐνεργειῶν τῇ δεούσῃ, νυνὶ μὲν οὐ πρόκειται λέγειν. ὥσπερ οὐδὲ περὶ τροφῆς, καὶ καιροῦ, καὶ μέτρου, καὶ τάξεως, καὶ ποιότητος. οὐδὲ περὶ τῶν λεπτυνόντων ἐδεσμάτων, καὶ πομάτων, οὐδὲ περὶ τῶν ἀλλοιούντων κατὰ ποιότητα φαρμάκων. οὐδενὸς γὰρ αὐτῶν οὐδέπω, τὴν κατὰ μέρος εἴπομεν χρῆσιν. ἀλλ᾽ ἠρκέσθημεν ἐπὶ κεφαλαίων μόνον διελθεῖν. ἐν δὲ τοῖς ἑξῆς ὑπομνήμασι, περὶ ἁπάντων ἐπὶ πλέον εἰρήσεται.

A Rursus eas, quæ calori siccitatíque superuenerunt, veluti quæ feruoribus solis euenerunt, refrigerando, & humectando. Pari modo, & quæ astringentium vitio prouenere, cuius generis sunt, aluminosæ aquæ, has pingui, ac molli frictione vnà cum dulcis aquæ balneo reparando. Quòd si vel crassitudinis, vel abundantiæ, vel lentoris excrementorum vitio obstructi meatus sunt, attenuans victus ratio his apta erit, præterea medicamenta, quæ calefaciunt, ac dissecant, quædam intrò assumpta, quædam foris admota: antéque hæc omnia exercitatio. B Nam ea quoque tum soluere excrementa potest, tum per sudoris meatus eiicere, tantóque tam cibis, quàm medicamentis tenuantibus præstat, quantò satius est nullo corporis nostri habitu & incommodo exigi, quæ redundant, quàm pariter & carne liquanda, & solidis extenuandis. Hæc namque incommoda calidis attenuantibúsque medicamentis succedunt. Exercitationibus verò adeò nihil tale succedit, vt etiam firmitas quædam membris accedat, quum & naturalis ipse calor accenditur, & ex partium inter se attritu durities quædá & firmitas comparatur. C Quemadmodum verò se aliquis debito tempore mensuráque exercitet, ac singularum actionum ordine decenti, qualitatéque vtatur, nunc equidem exequi non statui; sicut nec de alimenti ipsius tempore, modo, ordine, qualitate; sed nec de attenuantibus cibis ac potibus, nec de iis medicamentis, quæ qualitatē immutant; nullius enim horum hactenus particularem vsum diximus, contenti summatim & per capita tantum attigisse. Verùm in sequentibus libris de omnibus fusiùs agetur.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΕ.

D

CAPVT XV.

Κεφάλαιον τῶν πρώτων γενῶν ἐν οἷς ἐστιν ἡ ὑγιεινὴ πραγματεία.

Compendium primorum generum quibus ars sanitatis tuendæ continetur.

Νυνὶ μὲν γὰρ εἰς σύνοψιν ἀναγαγεῖν ἠβουλήθην ἅπασαν τὴν πραγματείαν, ὡς μηδεμίαν ὕλην λαθεῖν, ἧς ἔμπειρον εἶναι χρὴ τὸν ὑγιεινόν. οὐδὲν γὰρ χεῖρον, ὑγιεινὸν ὀνομάσαι τὸν ἐπιστήμονα καὶ ὑγιεινῆς ἁπάσης τέχνης, ὥσπερ τὸν μόνης τῆς περὶ τὰ γυμνάσια, γυμναστήν. αὐτὰρ οὖν καὶ ὠνόμασεν Ἐρασίστρατος οὕτως αὐτόν. ἐν δὲ τοῖς ἑξῆς ὑπομνήμασιν, ἑκάστης τῶν εἰρημένων ὑλῶν ἐπισκεψόμεθα, τόν τε καιρὸν, καὶ τὴν ποιότητα, καὶ τὴν ποσότητα καὶ τὸν τρόπον τῆς χρήσεως. ὡς μηκέτι ὕλην μόνον, ἀλλ᾽ ὑγιεινὸν αἴτιον γίνεσθαι. ἐν τρισὶ γὰρ τούτοις γένεσι πρώτοις, ἐστὶν ἡ ὑγιεινὴ πραγματεία, καθάπερ καὶ ἡ θεραπευτική. σώμασί τε, καὶ αἰτίοις, καὶ σημείοις. σώμασι μὲν, αὐτοῖς τοῖς ὑγιαίνουσι, ἃ χρὴ φυλάττεσθαι τοιαῦτα. σημείοις δὲ, τοῖς συμβεβηκόσιν αὐτοῖς, ἐξ ὧν διαγινώσκεται. αἰτίοις δὲ, ὑφ᾽ ὧν ἡ φυλακὴ τῆς ὑγιείας γίνεται. τέτταρας δὲ τῆς τούτων ὕλης τὰς διαφορὰς, οἱ δοκιμώτατοι τῶν νεωτέρων ἰατρῶν ἔθεντο· προσφερόμενα, ποιούμενα, κενούμενα, καὶ ἔξωθεν προσπίπτοντα. προσφερόμενα μὲν ἐδέσματά τε καὶ πόματα, καὶ εἴδη τινὰ τῶν φαρμάκων, ἔσω τοῦ σώματος λαμβανόμενα, καὶ τὸν εἰσπνεόμενον ἀέρα. ποιούμενα δὲ, τρίψεις τε καὶ περιπάτους, καὶ ὀχήσεις, καὶ ἱππασίας, καὶ κίνησιν σύμπασαν. εἰ δ᾽ οὐ πᾶσα κίνησίς ἐστι γυμνάσιον, ἀλλ᾽ ἡ σφοδροτέρα μόνον, προσκείσθω ὧδε τῇ κινήσει, τὸ γυμνάσιον, ὡς εἶναι τὰ ποιούμενα, κινήσεις τε, καὶ γυμνάσια.

Nunc enim in compendiũ redigere totũ opus placuit, quatenus nulla materia lateret, cuius esse peritũ deceat, qui omnẽ sanitatis tuendę artẽ profitetur; neque enim refert si diæteticum voces eum qui seruandę sanitatis artem tenet, quemadmodum neque si gymnasten qui tantùm, quæ ad exercitationes pertinẽt, callet; quin Erasistratus, quoque ita eũ appellauit. E In sequentibus verò voluminibus dictarũ iam materiarũ cuiusque, tũ tẽpus quo exhibebitur, tũ qualitatẽ, tũ quantitatẽ, tũ vsus rationẽ trademus, ita vt nõ iã materia tantũ sit, sed sanitatis conseruandæ causa. Etenim in tribus hisce primis generibus consistit sanitatis tuendæ studiũ ęquè, ac medendi methodus, nẽpe corporibus, causis, signis. Corporibus quidẽ iis, quę & sana iam sunt, & eo statu seruari debent. Signis verò, quæ ipsis accidunt, ex quibus corpora ipsa dignoscũtur. Causis autẽ, ex quibus custodia sanitatis perficitur. Harũ materiã quatuor generibus iuniorũ Medicorũ probatissimi sunt cõplexi, F assumendis, educendis, faciẽdis extrinsecus incidentibus. Et assumendorũ quidẽ nomine, cibus, potus, & si quid medicamentorum intrò sumitur, etiã aër attractus intelligitur. Faciendorum verò, frictio, ambulatio, vectio, equitatio, deniq; omnis motus Quòd si non quiuis motus exercitatio est, sed solùm, qui valẽtior est, adiiciatur motui exercitatio, vt sint facienda, tũ motus, tũ exercitatio.

Refe

Referuntur ad hoc causæ genus, somnus, vigilia, & venus. Ex foris incidentibus primus est ambiens nos aër, deinde quæcunque in lauantium vngentiúmve cutem incidunt, etiam si quod medicamentum sanitatis tuendæ fines non excedit, veluti sal, myrta, nitrum, aphronitrum, & aquarum aliquæ sponte natarum, & calentium. Educendorum verò materia, prædicta paulò supra est. An verò rectè tribus prædictis causarum generibus simul diuisa sit, non facilè dixerim: quum melius fortasse sit assumendis, faciendis, & foris incidentibus alterari, immutariq; corpus dicere: mutationem verò aut in qualitate fieri, aut quantitate. In qualitate, dum aut incalescit, aut refrigeratur, aut siccescit, aut humectum redditur. In quantitate, dum alitur, aut inanitur: Iam vacuationem ipsam duplicem quoque esse, alteram excrementorum, de quibus paulò ante diximus; alteram naturalis substantiæ nostræ assiduè defluentis, quæ nutritioni ex aduerso opponitur. Notasse hoc loco operæpretium fuerit homonymiam, quam Hippocrates in opusculo de alimento distinxit his verbis; *Alimentum aliud est, quod nutrit; aliud quod quasi est nutriens; aliud, quod nutriturum est.* Quippe ei, quod prima significatione alimentum, siue nutritio est, substantiæ ipsius fluorem rectè opponas; ei verò, quod in secunda significatione accipitur, tum hæmorrhagiam, tum vno verbo omnem sanguinis vacuationem; ei verò, quod tertio significato dicitur, vomitum, & lienteriam. Verùm de talibus diuisionibus statuere pro arbitrio cuiuis liceat. Quisquis autem propositam artem ritè administraturus est, hunc omnis materiæ, quæ ad salubrem victus rationem pertinet, vires habere compertas est necesse; quando hinc demum dexter eius oritur vsus. Contingit autem dexter eius vsus, vbi opportunum cuiusque tempus ac modum quis inuenerit. Quare ad hunc potius censeo properandum, quàm prauis opinionibus refellendis immorandum. Sed, quoniam satis verborum primum hoc volumen continet, claudetur hoc loco. Quod reliquum operis est, in cæteris exequemur.

A συγκαταριθμοῦνται δὲ τῷ γένει τῶν αἰτίων τῶνδε καὶ ἐγρηγόρσεις, καὶ ὕπνοι, καὶ ἀφροδίσια. τὰ δὲ ἔξωθεν προσπίπτοντα, πρῶτος μὲν ὁ περιέχων ἀήρ, ἔπειθ' ὅσα λουομένοις, ἢ ἀλειφομένοις, προσπίπτει τῷ δέρματι, καὶ εἰ δή τι φαρμακῶδές ἐστιν, οὐκ ἐκβαῖνον ὅρους ὑγιεινοῦ, ὥσπερ ἅλες, ἢ μύρτα, ἢ νίτρον, ἢ ἀφρόνιτρον, ἢ τι τῶν αὐτοφυῶν ὑδάτων θερμῶν. ἡ δὲ τῶν κενουμένων ὕλη, προείρηται μὲν ὀλίγον ἔμπροσθεν. εἰ δ' ὀρθῶς ἀντιδιῄρηται τοῖς προειρημένοις τρισὶ γένεσι τῶν αἰτίων, οὐ ῥᾴδιον ἀποφήνασθαι. τάχα γὰρ ἦν βέλτιον, ὑπὸ μὲν B τῶν προσφερομένων, καὶ ποιουμένων καὶ προσπιπτόντων ἔξωθεν, ἀλλοιοῦσθαί τε καὶ μετακοσμεῖσθαι φάναι, τὰ κατὰ τὸ σῶμα. τὴν μεταβολὴν δὲ αὐτῶν γίνεσθαι, κατά τε τὸ ποιὸν, καὶ κατὰ τὸ ποσὸν, καὶ κατὰ μὲν τὸ ποιὸν, ἐν τῷ θερμαίνεσθαι, καὶ ψύχεσθαι, καὶ ξηραίνεσθαι, καὶ ὑγραίνεσθαι, κατὰ δὲ τὸ ποσὸν, ἐν τῷ τρέφεσθαι, καὶ κενοῦσθαι. καὶ αὐτήν γε τὴν κένωσιν εἶναι διττὴν, ἑτέραν μὲν, τῶν περιττωμάτων, ὑπὲρ ὧν ὀλίγον ἔμπροσθεν ἐλέγομεν, ἑτέραν δὲ, τῆς αὐτῆς οἰκείας οὐσίας ἡμῶν φύσεως ἀποῤῥεούσης, ᾗ καὶ ἀντίκειται τῇ θρέψει. ἐπισημήνασθαι δὲ κἀνταῦθα χρὴ τὴν ὁμωνυμίαν, ἣν Ἱπποκράτης C ἐν τῷ περὶ τροφῆς συγγράμματι διείλετο, φάμενος ὧδε. τροφὴ δὲ, καὶ τρέφον, τροφὴ δὲ καὶ τὸ οἷον τροφὴ, καὶ τὸ μέλλον. τὸ μὲν γὰρ κατὰ τὸ πρῶτον σημαινόμενον, τροφῇ τε καὶ τρέψει, τὴν ἀπόῤῥοιαν τῆς οὐσίας ἀντιδιαιρεῖσθαι χρὴ, τῇ δὲ κατὰ τὸ δεύτερον, αἱμοῤῥαγίαν τε, καὶ ἁπλῶς εἰπεῖν, αἵματος ἅπασαν κένωσιν, τῇ δὲ κατὰ τὸ τρίτον, ἔμετόν τε καὶ λειεντερίαν. ἀλλὰ περὶ μὲν τῶν τοιούτων διαιρέσεων, ὅπως ἄν τις ἐθέλοι, τιθέσθω. τῶν δ' ὑλῶν ἁπασῶν τῶν ὑγιεινῶν, ἐπίστασθαι ἀναγκαῖον τὰς δυνάμεις, τὸν τὴν ὑγιεινὴν τέχνην μετιόντα. καὶ γὰρ ἡ ἐπιδέξιος αὐτῶν χρῆσις, ἐντεῦθεν ὥρμηται. γίνεται δ' ἡ ἐπιδέξιος D αὐτῶν χρῆσις, ἐὰν τόν τε καιρὸν ἑκάστου, καὶ τὸ μέτρον εὕρωμεν, ὥστε ἐπὶ ταύτην χρὴ παριέναι μᾶλλον, οὐ τὰς μοχθηρὰς αἱρέσεις ἐξελέγχειν, ἀλλὰ καὶ ἐπεὶ μέγεθος ἱκανὸν, ὁ πρῶτος ἤδη μοι λόγος ἔχει, τοῦτον μὲν ἐνταῦθα καταπαύσω, τὰ δ' ὑπόλοιπα τῆς πραγματείας, ἐν τοῖς ἑξῆς διηγήσομαι.





ΓΑΛΗΝΟΥ ΥΓΙΕΙΝΩΝ
ΛΟΓΟΣ Β.

GALENI DE SANITATE TVENDA
LIBER SECVNDVS.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΤΩΝ ΕΝ ΤΩι Β'. ΛΟΓΩι.

Ἁπάσας τὰς διαφοράς τε, καὶ τὰς τῆς ἀνατρίψεως καὶ γυμνασίων δυνάμεις ἐξηγεῖταί τε, καὶ διδάσκει ὅπως τὴν ὑγίειαν ἐπὶ τῆς τρίτης ἑβδομάδος ἐτῶν φυλάττωμεν.

ARGVMENTVM LIBRI.

Differentias omnes, ac vires frictionis, & exercitationis explicat, ac docet quo pacto sanitatem in tertio septennio tueamur.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Α'.

Ταῦτα τὰ δόγματα τοῖς τύχῃ τε καὶ προαιρέσει ἐλευθέροις ἀνθρώποις γράφεσθαι.



Τὰ μὲν δὴ κεφάλαια, καὶ τοὺς σκοποὺς τῆς ὑγιεινῆς τέχνης, ὁ πρόσθεν λόγος εἴρηκεν, τὰ δὲ κατὰ μέρος ἅπαντα, πειρᾶσθαι χρὴ διελθεῖν, ἀρξαμένους αὖθις ἀπ᾽ ἐκείνων, εἰς ἅπερ ἐτελεύτησε τὸ πρότερον γράμμα. A Ὑποκείσθω δή τις ἡμῖν τῷ λόγῳ παῖς ὑγιεινότατος φύσει, τῆς τρίτης ἑβδομάδος ἐτῶν ἀρχόμενος, ἐφ᾽ οὗ πλάττειν τε καὶ κοσμεῖν τὸ σῶμα προκείσθω καθ᾽ ὅσον οἷόν τε κάλλιστα, καὶ πρότερόν γε τοῦτ᾽ αὐτὸ διοριστέον, τί ποτε βούλεται τῷ λόγῳ, τὸ κάλλιστα προσκείμενον· βούλεται δὲ τόδε, ὥσπερ αὐτῶν τῶν σωμάτων ἐδείχθη παμπόλλη τις οὖσα διαφορά, B κατὰ τὸν αὐτὸν τρόπον, καὶ τῶν βίων οὓς βιοῦμεν, εἴδη πάμπολλά ἐστιν. οὔκουν ἐγχωρεῖ τὴν ἀρίστην τοῦ σώματος ἐπιμέλειαν ἐν ἅπαντι τῷ προχειρισθέντι βίῳ συστήσασθαι, ἀλλὰ τὴν μὲν ἑκάστῳ βελτίστην, οἷόν τε, τὴν δ᾽ ἁπλῶς ἀρίστην, οὐκ ἐγχωρεῖ κατὰ πάντας τοὺς βίους ποιήσασθαι· πολλοῖς γὰρ τῶν ἀνθρώπων μετὰ περιστάσεως πραγμάτων, ὁ βίος ἐστί. καὶ βλάπτεσθαι μὲν ἀναγκαῖόν ἐστιν αὐτοῖς, ἐξ ὧν πράττουσιν. ἀποστῆναι δ᾽ ἀδύνατον. ἔνιοι μὲν γὰρ, ὑπὸ πτωχείας εἰς τοὺς τοιούτους ἐμπίπτουσι βίους, ἔνιοι δ᾽ ὑπὸ δουλείας, ἤτοι πατρόθεν εἰς αὐτοὺς καθηκούσης, ἢ αἰχμαλώτοις ληφθεῖσιν, ἢ ἁρπαχθεῖσιν, ἅσπερ καὶ μόνας δουλείας ὀνομάζουσιν οἱ πολλοὶ τῶν ἀνθρώπων.

CAPVT PRIMVM.

Præscribi hæc præcepta hominibus casu & consilio liberis.



SVMMAS equidem, scopósque artis hygieines prior liber edocuit, nunc singula membratim distinguere tentandum, initio rursus ab iis sumpto, in quibus proximus liber est finitus. Proponatur itaque nobis in hoc libro saluberrimæ naturæ puer, qui iam tertium ætatis suæ septennium ingreditur; cuius corpus effingere componeréque, quoad fieri potest, quàm optimè, propositum sit. Ac primum hoc ipsum definiendum, quid sibi velit, quod adiecimus, optimè; vult autē nimirum illud, quemadmodum corporum ipsorum numerosa sanè diuersitas tradita est, ita vitæ rationū, quibus viuimus, species sunt diuersæ. Ergo fieri nequit vt in qualibet proposita vita optimam corporis nostri curam administres, sed quæ cuiq; optima sit, hanc vtiq; licet. Quę absolutō sermonę optima sit, in omni exequi vita non est; nam maxima hominum pars implicitam negotiis vitam agit, quos etiam lædi ab iis quæ tractāt est necesse; nec tamen mutare conditionem licet; Alij enim per inopiam in eiusmodi vitæ sortem incidunt; alij seruitute, quam aut à parentibus hæreditariam acceperunt, aut aliàs per vim aliquam capti raptíve; quas etiam solas seruitutes vulgus existimat. Mihi

Mihi verò, & qui ambitionis, aut cuiusuis cupiditatis gratia negotiis impeditam vitam delegerunt, quo minus corpori curando vacare queant, ij quoque seruire vltro dominis, & quidem pessimis, videntur. Quare his optimam prorsus corporis curam scripsisse superuacuum fit. Verùm, si quis planè tum casu, tum consilio fit liber, huic præcepisse fas est, quemadmodum & sanitate plurimum fruatur, & morbis minimè tentetur, & commodissimè citráque molestiam senescat. Quin etiam sanitatis tuendæ methodus, sicut alia planè qualibet methodus, eiusmodi docẽdi initium postulat. Siquidem, quod simplex, inculpatúmque est in omni genere, id cæteris omnibus, quæ nec simplicia sunt, nec culpa vacant, ceu regula quædam, præponi postulat. Sanè simplex inculpatúmque in corporibus quidem est, quod optimè constitutum est; in vitæ generibus, quod omninò liberum est. Primum igitur hoc libro duo hæc coniuncta tractemus. Deinde cuique vitioso corporis statui vita libera sit adiuncta. Mox optimę corporis constitutioni, singulæ seruilis vitę species copulentur. Postremò vitiosos corporum habitus cum praui viuendi generibus coniungemus; si plenus nobis absolutúsque sermo futurus est.

A ἐμοὶ δὲ δοκοῦσι, καὶ ὅσοι διὰ φιλοτιμίαν, ἢ δι' ἐπιθυμίαν ἡντιναοῦν, εἵλοντο βίον ἐν περιστάσεσι πραγμάτων, ὡς ἥκιστα δύνασθαι σχολάζειν τῇ τοῦ σώματος ἐπιμελείᾳ, καὶ οὗτοι δουλεύειν ἑκόντες, οὐκ ἀγαθαῖς δεσποίναις. ὥστε τούτοις μὲν οὐκ ἐγχωρεῖ γράψαι τὴν ἁπλῶς ἀρίστην ἐπιμέλειαν τοῦ σώματος. ἔστι δὲ ἀκριβῶς ἐλευθέρῳ ὑπάρχει καὶ τύχῃ καὶ προαιρέσει, δυνατὸν ὑποθέσθαι πῶς δὲ, ὡς ἂν ὑγιαίνοι μάλιστα, καὶ ἥκιστα νοσήσειε, καὶ γηράσειεν ἄριστα. καὶ μὴν γε καὶ ἡ μέθοδος ὑγιεινή, καθάπερ οὖν καὶ ἄλλη πᾶσα μέθοδος, ἀρχὴν διδασκαλίας τοιαύτην ἐπιζητεῖ. τὸ γὰρ ἁπλοῦν, καὶ ἀμέμπτον,
B ἐν ἑκάστῳ γένει, καθάπερ τις κανών, ἁπάντων ἐθέλει προτετάχθαι τῶν οὐχ ἁπλῶν, οὐδ' ἀμέμπτων. ἁπλοῦν δὲ καὶ ἀμέμπτον ἐν μὲν τοῖς σώμασι, τὸ κατεσκευασμένον ἄριστά ἐστιν. ἐν δὲ τοῖς βίοις, τὸ ἀκριβῶς ἐλεύθερον. ταῦτ' οὖν ἄμφω, πρῶτα συζευγνύσθω, κατὰ τόνδε τὸν λόγον. εἶθ' ἑξῆς ἑκάστῃ κατασκευῇ σώματος μοχθηρᾷ, βίος ἐλεύθερος μιγνύσθω. κἄπειθ' ἑξῆς ἀρίστῃ κατασκευῇ σώματος, ἕκαστος τῶν ἐν δουλείᾳ τινὶ βίων. ἐπὶ δὲ τοῖσδε, τὰς μοχθηρὰς τῶν σωμάτων κατασκευάς, ἐπαλλάξωμεν τοῖς μοχθηροῖς βίοις, εἰ μέλλει τέλειος ἡμῖν ὁ λόγος ἔσεσθαι.

C

CAPVT II.

Qui differat à labore & motu exercitatio; tum de eius vsu & tempore, ac præparatoria frictione.

QVodnam igitur propositæ artis initium cœperimus ad eius tutelam corporis, quod & optimæ sit notæ, & tertium ætatis septẽnium iam ingressum, & cæteris posthabitis omnibus vni corporis curæ vacet? Mihi sanè videtur id, quod ab Hippocrate traditum est tum in Aphorismis, quum ait; *Labores cibos præcedant*; tum in popularium morborum sexto volumine, vbi ita ad verbum præcipit: *Labores, cibi, potus, somni, venus, omnia mediocria*. Nam & modum ipsum singulorum definiuit addito sub finem dictionis nomine, mediocria; & tempus docuit ipso sermonis ordine. Quippe *ad sanitatis tutelam à laboribus est auspicandum*, quos excipere debent cibi, potus, deinde somni, mox venus, in iis videlicet, quibus venere est vtendum. Nam reliqua certè omnia cuiusque ætatis sunt communia, venus ætate tantum florentium est, vtique quo tempore etiam eius vsus est; quæ enim hanc vel præcedunt ætates, vel sequuntur, aut planè semen non effundunt, aut certè infœcundum, aut malè fœcundum effundunt. Verùm disceptatio de venere in suum locum differatur. A laboribus verò ordiendum, illo ante omnia discusso, an idem sint labor, motus, & exercitatio; an labor & motus idem, aliud verò ab his exercitatio; an motus res diuersa, labor & exercitatio neutiquam differant. Ac mihi quidem non quiuis motus exercitatio videtur, sed tantùm, si quis vehementior est. Quoniam autem eorum, quæ ad aliquid dicuntur, est quod vehementius dicitur, fieri potest, vt idem motus alteri sit exercitatio, alteri non sit. Terminus igitur vehementiæ, esto anhelitus alteratio; quando, in quibus motibus nulla fit anhelitus mutatio, hos nondum exercitationes vocamus. Quòd si quis maius minúsve, celerius, aut crebrius iam ex motu aliquo respirare cogitur, huic certè tantus motus exercitatio fuerit.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Β'.

Τί διαφέρει τοῦ πόνου τε καὶ τῆς κινήσεως τὸ γυμνάσιον, καὶ περὶ τῆς αὐτοῦ χρείας τε καὶ χρόνου καὶ τῆς κατασκευαστικῆς ἀνατρίψεως.

Τίνα ποτ' οὖν ἀρχὴν τίθεσθαι προσήκει τῆς ὑγιεινῆς πραγματείας, τῷ κάλλιστά τε κατεσκευασμένῳ τὸ σῶμα, καὶ τρίτης ἑβδομάδος ἐτῶν ἀρχομένῳ, καὶ μόνῃ σχολάζοντι τῇ τοῦ σώματος ἐπιμελείᾳ, τὰ δ' ἄλλα πάντα πάρεργα τεθειμένῳ; ἐμοὶ μὲν δοκεῖ τὴν ὑφ' Ἱπποκράτους εἰ-
D ρημένην, ἔν τε τοῖς ἀφορισμοῖς ἔνθα γράφει· Πόνοι σιτίων ἡγείσθωσαν. ἔν τε τῷ ἐπιδημιῶν ἕκτῳ, κατὰ τήνδε τὴν ῥῆσιν· πόνοι, σιτία, ποτά, ὕπνοι, ἀφροδίσια, πάντα μέτρια. καὶ γὰρ καὶ τὸ ποσὸν ἀφώρισεν ἅπασι, προσθεὶς τὸ κατὰ τὸ τέλος τῆς ῥήσεως ὄνομα, τό, μέτρια. καὶ τὸν καιρὸν ἐδίδαξε, τῇ τάξει τοῦ λόγου. εἰς γὰρ τὴν τῆς ὑγιείας φυλακήν, ἄρχειν μὲν χρή, τοὺς πόνους. ἕπεσθαι δέ, σιτία καὶ ποτά. εἶθ' ἑξῆς ὕπνους. εἶτα ἀφροδίσια τοῖς γε μέλλουσιν ἀφροδισίοις χρῆσθαι. τὰ μὲν γὰρ ἄλλα πάντα, κοινὰ πάσης ἡλικίας ἐστί, τὰ δ' ἀφροδίσια, μόνης τῆς τῶν ἀκμαζόντων, ἡνίκα περ αὐτῶν ἡ χρεία,
E ὡς ταῖς γε πρόσθεν τε καὶ ὄπισθεν ἡλικίαις, ἢ οὐδ' ὅλως σπερμαίνειν, ἢ οὐ γόνιμον σπερμαίνειν, ἢ μοχθηρὸν γόνιμον ὑπάρχειν. ἀλλὰ γάρ, ὁ μὲν περὶ ἀφροδισίων λόγος, εἰς τὴν οἰκείαν ἀναβεβλήσθω τάξιν. ἀπὸ δὲ τῶν πόνων ἀρκτέον, αὐτὸ τοῦτο πρῶτον ἐν αὐτοῖς διελομένοις, εἴτε ταὐτόν ἐστι πόνος τε καὶ κίνησις καὶ γυμνάσιον, εἴτε πόνος μὲν καὶ κίνησις ταὐτόν, ἕτερον δέ τι τὸ γυμνάσιον, εἴτε κίνησις μὲν ἕτερον. οὐδὲν δ' ὁ πόνος τοῦ γυμνασίου διαφέρει. ἐμοὶ μὲν δὴ δοκεῖ, μὴ πᾶσα κίνησις εἶναι γυμνάσιον, ἀλλ' ἡ σφοδροτέρα μόνη. ἐπεὶ δ' ἐν τῷ πρός τι τὸ σφοδρόν, εἴη
F ἂν ἡ αὐτὴ κίνησις, ἑτέρῳ μὲν γυμνάσιον, ἑτέρῳ δ' οὐ γυμνάσιον. ὅρος δὲ τῆς σφοδρότητος, ἡ τῆς ἀναπνοῆς ἀλλοίωσις· ὡς ὅσαι γε κινήσεις οὐκ ἀλλοιοῦσι τὴν ἀναπνοήν, οὔπω ταύτας ὀνομάζουσι γυμνάσια. εἰ δ' ἤτοι μεῖζον, ἢ ἔλαττον, ἢ πυκνότερον ἀναγκασθείη τις ἀναπνεῖν ἐπί τινι κινήσει, γυμνάσιον ἡ τηλικαύτη κίνησις ἐκείνῳ γενήσεται.

τοῦτο μὲν δὴ κοινὸν γυμνάσιον ὀνομάζεται, ἰδίᾳ δέ, ἀφ' οὗπερ καὶ τὰ γυμνάσια προσαγορεύουσιν ἅπαντες, ἔν τινι κοινῷ τῆς πόλεως οἰκοδομήματι ἀλειψόμενοί τε, καὶ διατριψόμενοι, καὶ διαπαλαίσοντες, ἢ δισκεύσοντες, ἤ τι τοιοῦτον ἄλλο πράξοντες, ἥκουσιν. ἡ δὲ τοῦ πόνου προσηγορία, ταὐτόν μοι δοκεῖ σημαίνειν θατέρῳ τῶν ὑπὸ τοῦ γυμνασίου ὀνόματος εἰρημένων δηλοῦσθαι τῷ κοινῷ. καὶ γὰρ οἱ σκάπτοντες, καὶ οἱ θερίζοντες, καὶ ἱππαζόμενοι, πονοῦσί τε, καὶ γυμνάζονται κατὰ τὸ κοινὸν τοῦ γυμνασίου σημαινόμενον. ἐμοὶ μὲν οὕτω διῃρήσθω περὶ τῶν ὀνομάτων. καὶ κατὰ ταῦτα τὰ σημαινόμενα, πᾶς ὁ ἐφεξῆς λόγος ἀκουέσθω. εἰ δέ τις ἑτέρως βούλοιτο χρῆσθαι, συγχωρῶ. οὐδὲ γὰρ περὶ ὀνομάτων ὀρθότητος ἥκω σκεψόμενος. ἀλλ' ὡς ἄν τις ὑγιαίνῃ μάλιστα, καὶ πρὸς τοῦτ' αὐτὸ χρήσιμον ὑπάρχον μοι, περί τε τῶν γυμνασίων, καὶ πόνων καὶ ξυλλήβδην εἰπεῖν, ἁπάσης κινήσεως διελέσθαι, τὰ σημαινόμενα τῶν ὀνομάτων ἠναγκάσθην ἀφορίσασθαι. αἱ μὲν δὴ τοῦ γυμνασίου χρεῖαι, καὶ διὰ τοῦ προτέρου μὲν εἴρηνται λόγου. βέλτιον δ' ἂν εἴη, καὶ νῦν ἐπιμνησθῆναι αὐτῶν διὰ βραχέων. ὅτι σκοπός τε ἅμα, καὶ κριτήριον αὗται τυγχάνουσιν οὖσαι πάντων τῶν κατὰ μέρος, ἐν τῇ περὶ τὰ γυμνάσια τέχνῃ πραττομένων. ἦσαν δέ, ὡς οἶμαι, διτταὶ κατὰ γένος. αἱ μὲν τινες, εἰς τὴν τῶν περιττωμάτων κένωσιν, αἱ δὲ εἰς αὐτὴν τῶν στερεῶν σωμάτων τὴν εὐεξίαν διαφέρουσαι. ὅτι γὰρ ἐστι κίνησις σφοδρὰ τὸ γυμνάσιον, ἀνάγκη τρία μόνον ταῦτα γίνεσθαι πρὸς αὐτῆς κατὰ τὸ γυμναζόμενον σῶμα· τήν τε σκληρότητα τῶν ὀργάνων ἀλλήλοις παρατριβομένων, τήν τε τῆς ἐμφύτου θερμότητος αὔξησιν, τήν τε τοῦ πνεύματος κίνησιν βιαιοτέραν. ἕπεσθαι δὲ τούτοις ἄλλα σύμπαντα κατὰ μέρος ἀγαθὰ τοῖς σώμασιν, ἐκ γυμνασίων γινόμενα. διὰ μὲν τὴν σκληρότητα τῶν ὀργάνων, τήν τε δυσπάθειαν αὐτῶν, καὶ πρὸς ἐνεργείας εὐτονίαν. διὰ δὲ τὴν θερμότητα, τήν τε τῶν ἀναδιδομένων ὁλκὴν ἰσχυράν, καὶ τὴν ἀλλοίωσιν ἑτοιμοτέραν, καὶ τὴν θρέψιν βελτίονα, καὶ χύσιν ἁπάντων τῶν σωμάτων, ἐφ' ᾗ χύσει, τὰ μὲν στερεὰ μαλάττεσθαι, τὰ δὲ ὑγρὰ λεπτύνεσθαι, τοὺς πόρους δ' εὐρεῖς γίνεσθαι συμβαίνει. διὰ δὲ τὴν τοῦ πνεύματος ἰσχυρὰν κίνησιν, ἐκκαθαίρεσθαι τοὺς πόρους ἀναγκαῖον ἐστι, καὶ κενοῦσθαι τὰ περιττώματα. ἀλλ' εἴπερ ταῦτα ποιεῖ τὸ γυμνάσιον, οὐ χαλεπὸν ἔτι τὸν καιρὸν τῆς χρήσεως ἐξευρεῖν. διότι μὲν γὰρ ἀναδόσει συνεργεῖ, οὐ χρὴ πλῆθος ὠμῶν καὶ ἀπέπτων, οὔτε σιτίων, οὔτε χυμῶν, ἢ κατὰ τὴν κοιλίαν, ἢ ἐν τοῖς ἀγγείοις περιέχεσθαι, κίνδυνος γὰρ αὐτοῖς ἑλκυσθῆναι πρὸς ἅπαντα τοῦ ζῴου τὰ μόρια, πρὶν χρηστοῖς γίνεσθαι πεφθεῖσι καλῶς. διότι δὲ ἐκκαθαίρει τοὺς πόρους, καὶ κενοῖ τὰ περιττώματα, κάλλιον αὐτὸ πρὸ τῶν σιτίων παραλαμβάνεσθαι. τὰ μὲν γὰρ μὴ καθαρὰ τῶν σωμάτων ὁκόσον ἂν θρέψῃς, μᾶλλον βλάψεις. ὥστε ἐκ τῶν εἰρημένων δῆλον, ὡς οὗτος ἄριστός ἐστι γυμνασίων καιρός, ἡνίκα ἡ μὲν χθιζινὴ τροφή, τελέως ᾖ κατειργασμένη τε καὶ πεπεμμένη, τὰς δύο πέψεις, τήν τε ἐν τῇ γαστρί, καὶ τὴν ἐν τοῖς ἀγγείοις. ἑτέρας δ' ἐφεδρεύῃ τροφῆς καιρός. εἰ δ' ἢ τοῦ πρόσθεν, ἢ ὄπισθεν γυμνάζοις, ἢ χυμῶν ἀπέπτων ἐμπλήσεις τὸ ζῷον, ἢ τὴν ὠχρὰν χολὴν ἐπιτρέψεις γενέσθαι πλείονα. Γνωρίσματα δὲ τοῦ τοιούτου καιροῦ, τῶν οὔρων ἡ χροιά.

A Ea igitur communiter exercitatio vocatur. Propriè verò à loco denominatur, quem gymnasium omnes appellant. Is locus est in publica aliqua vrbis regione extructus, quo vngendi, fricandi, luctaturi, discum iacturi, aut tale quippiam facturi confluunt. Laboris appellatio idem mihi significare videtur cum priore significatione nominis exercitationis, nempe communi illo, quod prædiximus; quippe quum & qui fodiunt, & qui metunt, & qui equitant, non laborent modò, sed etiam exercitentur, communi saltem exercitationis appellatione. Et de nominibus B quidem ita nobis determinatum sit; atque ad hæc significata omnis mihi deinceps sermo inaudiatur. Nec tamen, si quis est qui aliter vti velit, prohibeo; quando nòn huc de recto nominum vsu disputaturus accessi, sed quemadmodum sanitas custodiri maximè possit. Ad id verò, quum percommodum erat de exercitatione, labore, omni denique motu distinguere, nominum significatus definire sum coactus. Atque exercitationis commoda, & si in priore volumine tradita sunt, non inutile tamen sit hîc quoque paucis ea denuò repetere; quandoquidem non solùm scopus, sed etiam veluti C iudices sunt omnium, quæ sigillatim in exercitationis arte geruntur. Fuere autem (arbitror) genere duplicia, hæc quidem ad excrementorum vacuationem, illa verò ad bonam solidarum partium habitudinem efficacia. Nam quoniam vehementior motus exercitatio est, necesse quidem est, tria hæc ab eà perfici in corpore, quod exercetur, membrorum duritiem ex mutuo ipsorum attritu, genuini caloris incrementum, & spiritus citatiorem motum. Sequi verò hæc reliqua omnia priuatim commoda, quæ corpus exercitiis accepta refert; vtique ex membrorum duritie, tum vt minùs ex D labore afficiantur, tum ad actiones robur; ex calore, tum deducendorum in corpus validam attractionem, tum immutationem magis expeditam, tum nutritionem feliciorem & singulorum corporum perfusionem, cuius perfusionis beneficio, & solida mollescere, & humida tenuari, & exiguos corporeæ molis meatus laxiores fieri accidit. At spiritus valentiore impetu & purgari hos omnes meatus necesse est, & excrementa expelli. Atqui si exercitatio hæc præstat, haud difficile sanè sit tempus vsus ipsius statuisse. Nam quoniam distributionem in cor- E pus adiuuat, non debet, quum administratur, crudi incoctíque cibi, aut succi multitudo, vel in ventriculo, vel in vasis contineri, vnde periculum sit, ne priùs quàm per maturam concoctionem vtilis sit, in omnes animalis partes rapiatur. Quoniam verò & exiguos meatus expurgat, & excrementa expellit, vtilius est ante cibos eam adhiberi; siquidem, *quæ impura corpora sunt, atque ab excrementis parum purgata, hæc quo magis nutries, eo magis lædes.* Ex his itaque patere arbitror, tum esse ad exercitationem commodissimum tempus, quum hesternus cibus du- F plici concoctione iam prorsus sit confectus, & ea quæ in ventriculo, & ea quæ in vasis sanguinis agitur, ac iam denuò cibandi tempus instet. Quòd si aut priùs, aut posteriùs exercitatione vtaris, aut crudis humoribus hominem impleueris, aut pallidæ bilis prouentum auxeris. Sanè huiusce temporis nota, color est vrinæ.

Quæ

Quæ enim aquosa, crudum adhuc in venis esse indicat succum qui à ventriculo distribuitur; quæ verò rufa biliosáque est, iamdudum concoctum esse huiusmodi succum; quæ modicè pallet, peractæ modò secundæ concoctionis est signum. Quum namque bili infecta vrina nondum est, & aquosa & alba apparet; quum verò plus justo eius bilis acceperit, rufa cernitur. Ergo, quum mediocriter est rufa, mediocritérve pallens, tum exercitatio adeunda, sed expulsis priùs excrementis, quæ in vesica, vel inferioribus intestinis continentur. Verendum enim ne quid ex his in habitum corporis rapiatur, correptum videlicet caloris vi, qui per exercitationem accenditur. Ergo si quis posita iam veste protinus ad valentiores motus accedat priùs, quàm totum corpus molliatur, & exerementa extenuentur, & exigui carnis meatus laxentur, timor est solidarum partium quampiam ruptum, aut conuulsum iri. Timendum præterea est, ne excrementa spiritus impetu impulsa prædictos meatus obturent. Sin autem sensim priùs calefaciendo, & solidas ipsas præmollieris, & humores tenuaueris, & exiguos meatus laxaueris, nullum periculum, nec rumpendi alicuius, nec obstruendi, ei qui exercetur impendebit. Vt ergo hæc fiant, oportet linteolo totum corpus mediocriter fricando prius calefacere, mox oleo fricare. Neque enim protinus accedendum ad pingue censeo, ante videlicet quàm cutis incaluerit, & meatus laxentur, & vt semel dicam, quàm preparatum aptúmque corpus sit ad oleum capiendum. Ei rei satis omninò sunt pauci manuum circumactus, qui nullo compressu sint graues, & modicè celeres, huc demum veluti ad metam directi, vt corpus citra compressum calefaciant. Siquidem peractis his cernere licebit floridum ruborem per totam diffundi cutem. Tum igitur pingue inducendum, & nudis manibus, quæ medium inter molle durúmque modum seruent, infricandum, quatenus neque coactum, constrictum corpus sit, neque vltra, quàm par est, laxum resolutúmque fiat, sed legitimæ naturæ modum seruet. Infricandum verò primo contrectatu blandiùs, inde sensim paulo fortiùs, eatenus aucta semper ad valentiùs frictione, quoad iam carnem manifestè premat, citra tamen læsionem; haudquaquam tamen tam valida frictione diu vtendum, sed semel, aut bis in quaque parte; neque enim fricatur huius pueri corpus, vt induretur, quum id iam ad exercitationem producimus, sed potius quum tum promptitudo ad actiones excitetur, tum robur colligatur, ac raritas laxitásque, quæ mollem frictionem consecuta est, constringatur, ac cogatur. Quippe medio temperamento seruari huius pueri corpus oportet, nec vsquam durum molléve effici, necubi naturale eius incrementum inhibeatur. At procedente tempore, quando iam nobis fit adolescens, tum verò duriore frictione vtemur, præterea ab exercitatione, frigida lauatione. Verùm de his postea dicetur.

A τὸ μὲν οὖν ὑδατῶδες, ἄπεπτον ἔτι σημαίνει τὸν ἐκ τῆς γαστρὸς ἀναδιδόμενον χυμὸν ἐν τοῖς ἀγγείοις περιέχεσθαι. τὸ δὲ πυρρὸν, καὶ χολῶδες, ἐκ πολλοῦ κατειργάσθαι. τὸ δὲ μετρίως ὠχρὸν, ἄρτι τῆς δευτέρας πέψεως γενομένης ἐστὶ σημεῖον. ὅταν γὰρ μηδέπω χρώζηται τῇ χολῇ τὸ οὖρον, ὑδατῶδές τε καὶ λευκὸν φαίνεται. ὅταν δὲ πλέον ἀναδέξηται τοῦ προσήκοντος, πυρρόν. ἐπειδὰν γὰρ συμμέτρως ᾖ πυρρὸν, ἢ μετρίως ὠχρὸν, τηνικαῦτα ἄγειν ἐπὶ τὰ γυμνάσια, προαποθέμενον ὅσον ἂν ἐν τῇ κύστει, καὶ τοῖς ἐντέροις τοῖς κάτω, περιεχόμενον ᾖ περίττωμα, κίνδυνος γὰρ καὶ τῶν τοιούτων εἰς τὴν ἕξιν τοῦ B σώματος ἐνεχθῆναί τι, τῇ ῥώμῃ τῆς ἐν τοῖς γυμνασίοις θερμότητος ἀναρπασθέν. εἰ μὲν οὖν εὐθέως ἀποδυσάμενός τις, ἐπὶ τὰς ἰσχυροτέρας ἔρχοιτο κινήσεις, πρὶν μαλάξαι σύμπαν τὸ σῶμα, καὶ λεπτῦναι τὰ περιττώματα, καὶ τοὺς πόρους εὐρῦναι, κίνδυνος μὲν, καὶ ῥῆξαί τι, καὶ σπάσαι τῶν στερεῶν σωμάτων. κίνδυνος δὲ, καὶ τὰ περιττώματα τῇ τοῦ πνεύματος ῥύμῃ, κινηθέντα, τοὺς πόρους ἐμφράξαι. εἰ δὲ κατὰ μικρὸν προθερμήνας, προμαλάξειε μὲν τὰ στερεὰ, προλεπτύνειε δὲ τὰ ὑγρὰ, καὶ τοὺς πόρους εὐρύνειε, κίνδυνος οὐδεὶς, οὔτε τοῦ ῥῆξαί τι μορίων, οὔτε τοῦ τοὺς πόρους ἐμφράξαι, καταλάβοι τὸν C γυμναζόμενον. ὅπως οὖν ταῦτα γένοιτο, χρὴ προθερμῆναί τε μετρίως ἀνατρίψαντα τῇ σινδόνι τὸ σύμπαν σῶμα, κἄπειτα δι᾽ ἐλαίου τρίβειν. οὐ γὰρ δὴ εὐθέως τὸ χρῆσθαι τῷ λίπει συμβουλεύω, πρὶν θερμανθῆναί τε τὸ δέρμα, καὶ τοὺς πόρους εὐρυνθῆναι, καὶ συλλήβδην εἰπεῖν, εὐτρεπισθῆναι τὸ σῶμα πρὸς τὸ καταδέξασθαι τὸ ἔλαιον, ἱκαναὶ δ᾽ εἰς τοῦτο παντάπασιν ὀλίγαι περιαγωγαὶ τῶν χειρῶν ἄλυποι τε καὶ μετρίως ταχεῖαι, σκοπὸν ἔχουσαι θερμῆναι τὸ σῶμα, χωρὶς τοῦ θλῖψαι, καὶ γὰρ αὖ καὶ φανεῖταί σοι, τούτων γιγνομένων, ἔρευθος εὐανθὲς ἐπιτρέχον ἅπαντι τῷ δέρματι. τότ᾽ οὖν ἤδη τὸ λίπος D ἐπάγειν αὐτῷ. καὶ τρίβειν γυμναῖς ταῖς χερσὶ συμμέτρως ἐχούσαις σκληρότητός τε καὶ μαλακότητος, ὅπως μήτε συνάγηται καὶ σφίγγηται τὸ σῶμα, μήτε ἐκλύηται, καὶ χαλᾶται, περαιτέρω τοῦ δέοντος, ἀλλ᾽ ἐν τῇ φύσει φυλάττηται. τρίβειν δὲ κατὰ μὲν τὰς πρώτας ἐπιβολὰς ἀτρέμα, τοὐντεῦθεν δὲ ἤδη κατὰ βραχὺ παραύξαντα, καὶ μέχρι γε τοσούτου τὴν τρῖψιν ἐπὶ τὸ ῥωμαλεώτερον ἄγειν, ὡς θλίβεσθαι μὲν ἤδη σαφῶς τὴν σάρκα, μὴ θλᾶσθαι δέ. μὴ πολλῷ δὲ χρόνῳ τὴν οὕτως ἰσχυρὰν τρῖψιν ἐπάγειν, ἀλλ᾽ ἅπαξ, ἢ δὶς ἐφ᾽ ἑκάστου μέρους. οὐ γὰρ ὥστε σκληρῦναι τὸ σῶμα τοῦ παιδὸς, οὕτω τρίβομεν, ὃν E ἤδη τοῖς πόνοις προσάγομεν, ἀλλ᾽ ὑπὲρ τοῦ προτρέψαι τε εἰς τὰς ἐνεργείας, καὶ συστρέψαι τὸν τόνον, καὶ τὴν ἐκ μαλακῆς τρίψεως ἀραιότητα σφίγξαι. σύμμετρον γὰρ αὐτοῦ τὸ σῶμα φυλάττεσθαι χρὴ, καὶ οὐδαμῶς, οὔτε σκληρὸν οὐδὲ ξηρὸν ἀποτελεῖσθαι. μήπως ἐπισχῶμεν τι τῆς κατὰ φύσιν αὐξήσεως. τοῦ δὲ χρόνου προϊόντος ὅταν ἤδη μειράκιον ἡμῖν γίγνηται, τότε καὶ τῇ σκληροτέρᾳ τρίψει χρησόμεθα, καὶ ταῖς μετὰ τὰ γυμνάσια ψυχρολουσίαις. ἀλλὰ περὶ μὲν τούτων αὖθις εἰρήσεται.

F

A

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Γ'.

Περὶ τῶν οἰκείων τῆς τρίψεως διαφορῶν τε καὶ δυνάμεων· καὶ ὅτι πολὺ βέλτιον Ἱπποκράτης περὶ αὐτῶν ἔγραψε τοῦ Θέωνος.

Ἐν τῇ δὲ παρασκευαζούσῃ πρὸς τὰ γυμνάσια τρίψει, σκοπὸν ἐχούσῃ μαλάξαι τὰ σώματα, τὴν μέσην σκληρᾶς καὶ μαλακῆς ἐπικρατεῖν χρὴ ποιότητα, καὶ κατ' ἐκείνην τυποῦσθαι τὸ συμπᾶν. πολυειδεῖς δὲ, ταῖς ἐπιβολαῖς τε καὶ περιαγωγαῖς τῶν χειρῶν αἱ ἀνατρίψεις γιγνέσθωσαν, οὐκ ἄνωθεν κάτω μόνον, ἢ κάτωθεν ἄνω φερομένων αὐτῶν, ἀλλὰ καὶ πλαγίων, καὶ λοξῶν, ἐγκαρσίων τε καὶ σιμῶν. καλῶ δὲ ἐγκάρσιον μὲν, τὸ ἐναντίον τῷ εὐθεῖ· σιμὸν δὲ, τὸ βραχὺ τούτου παρεγκλῖνον ἐφ' ἑκάτερα. καθάπερ γε καὶ τὸ τῆς εὐθύτητος ἑκατέρωσε πρὸς ὀλίγον ἐκτετραμμένον, ὀνομάζω πλάγιον. ὅσον δ' ἀκριβῶς μέσον ἐστὶν εὐθείας τε καὶ ἐγκαρσίας φορᾶς, λοξὸν τοῦτο προσαγορεύω. καὶ μὲν δὴ καὶ τρίψιν τε καὶ ἀνάτριψιν, οὐ διοίσει λέγειν, εἰδότας ὅτι τὸ τῆς ἀνατρίψεως ὄνομα, συνηθέστερον τοῖς παλαιοῖς ἐστι· τὸ δὲ τῆς τρίψεως, τοῖς νέοις. πολυειδεῖς δὲ κελεύω γίνεσθαι τὰς ἐπιβολάς τε καὶ περιαγωγὰς τῶν χειρῶν, ἕνεκα τοῦ συμπάσας ὡς οἷόν τε τῶν μυῶν τὰς ἶνας, ἐκ παντὸς μέρους ἀνατρίβεσθαι. τὸ γὰρ οἴεσθαι τὴν μὲν ἐγκάρσιον ἀνάτριψιν, ἣν δὴ καὶ στρογγύλην ὀνομάζουσιν ἔνιοι, σκληρύνειν, καὶ πυκνοῦν, καὶ σφίγγειν, καὶ συνδεῖν τὰ σώματα· τὴν δὲ εὐθεῖαν ἀραιοῦν τε καὶ χαλᾶν, καὶ μαλάττειν, καὶ λύειν, ἐκ τῆς αὐτῆς ἐστὶν ἀγνοίας ἐξ ἧσπερ καὶ τὰ ἄλλα, ἃ περὶ τῆς τρίψεως εἴρηται τοῖς πλείστοις τῶν γυμναστῶν. πλέον γὰρ οὐδὲν οὐδεὶς ἔχει περὶ δυνάμεων τρίψεως εἰπεῖν, ὧν Ἱπποκράτης ἔγραψεν ἐν τῷ κατ' ἰητρεῖον. ὑπὸ μὲν τῆς σκληρᾶς, δεῖσθαι τὸ σῶμα λέγων. ὑπὸ δὲ τῆς μαλακῆς λύεσθαι, καὶ ὑπὸ μὲν τῆς πολλῆς, ἰσχναίνεσθαι, σαρκοῦσθαι δὲ ὑπὸ τῆς μετρίας. ἔχει δὲ ἡ ῥῆσις ὧδε. ἀνάτριψις δύναται λῦσαι, δῆσαι, σαρκῶσαι, μινυθῆσαι. ἡ σκληρὰ, δῆσαι. ἡ μαλακὴ, λῦσαι· ἡ πολλὴ, μινυθῆσαι· ἡ μετρίη σαρκῶσαι. τέτταρες γὰρ αὗται διαφοραὶ κατὰ γένος, ἐπὶ τέτταρσι δυνάμεσί τε καὶ χρείαις ἁπασῶν τρίψεων εἰσίν. εἰ δὲ καὶ τὰς μέσας αὐτῶν προσλογιζοίμεθα συνεμφαινομένας ταῖς εἰρημέναις, ἓξ αἱ ἅπασαι διαφοραὶ γενήσονται. πόθεν οὖν ἐπῆλθε τοῖς πλείστοις τῶν νεωτέρων γυμναστῶν, οὕτω πολλὰς διαφορὰς γράψαι τρίψεων, ὡς μηδὲν ἀριθμῆσαι ῥᾳδίως αὐτὰς δύνασθαι; πόθεν ἄλλοθεν, ἢ ὅτι λογικῆς θεωρίας παντάπασιν ἀγύμναστοι ὄντες, οὐ συγχέουσιν, ἅμα ταῖς οἰκείαις τῆς τρίψεως διαφοραῖς, ἐνίοτε μὲν, καὶ τὰς ἔξωθέν τινος μνημονεύοντες, ἐνίοτε δὲ καὶ τὰς ἀπεργαζομένας ἑκάστην τρίψιν αἰτίας ἀναγράφοντες, ἔστιν ὅτε δὲ, καὶ πρὸς ἄλληλα ἐπιπλέκοντες αὐτάς τε τὰς γνησίας διαφορὰς, καὶ ὅσας οὐκ ὀρθῶς αὐταῖς προστιθέασιν. ὅταν μὲν

CAPVT. III.

De propriis frictionum differentiis, & viribus; ac longè melius de his tractatum fuiſſe ab Hippocrate, quàm à Theone Alexandrino.

IN præparatoria verò ante exercitationes frictione, quę huc ſpectat vt corpus molliat, mollis, duræque mediam qualitatem dominari oportet, ac pro eiuſdem qualitatis ratione, quicquid B reliquum eſt, exigi. Variæ autem quàm maximè ex manuum iniectu circumactúque frictiones eſſe debebunt; nec supernè modò deorſum, aut infernè ſurſum adhibitæ, ſed etiam tum in ſubrectum, tum in obliquum, tum in tranſuerſum, tum in ſubtranſuerſum. Voco tranſuerſum, quod recto eſt contrarium. Subtranſuerſum verò, quod paululum in vtramque partem declinat. Rurſus ſubrectum, quod à recto paululum vtroque verſus recedit. Obliquum, quod recti tranſuerſique planè eſt medium. Quinetiam frictionem, aut perfrictionem dicere, nihil refert, ſi ſciuerimus perfrictionis nomen veteribus, frictionis recentioribus vſitatum eſſe. Varium autem fieri manuum, tum iniectum, tum circumactum velim, quò videlicet vniuerſæ, quoad fieri poteſt, musculorum fibræ omni ex parte fricentur. Siquidem eius ſententiæ eſſe, quaſi tranſuerſa frictio (quam etiam rotundam aliqui vocant) duret, denſet, contrahat, & conſtringat; recta contrà rarefaciat, laxet, molliat, & reſoluat corpora, eiuſdem C planè inſcitiæ eſt, cuius cętera, quæ pleriſque gymnaſtarum de frictione traduntur. Nam, qui plus de frictionum virtute afferat, quàm quæ Hippocrates in libro de officina medici prodidit, nemo planè eſt. Ait enim dura frictione conſtringi corpus; molli ſolui, multa extenuari, mediocri craſſeſcere. Habent verò ſe eius verba ad hunc modum; *Frictio vim habet ſoluendi, aſtringendi, carnem augendi, minuendi. Nempe dura, aſtringendi; mollis, ſoluendi; multa, minuendi; mediocris, carnem augendi.* Quatuor enim hæ genere differen- D tiæ in quadruplici omnis frictionis, tum facultate, tum vſu ſunt. Quòd ſi medias quoque harum, quæ vnà cum his intelligendas ſe exhibent, annumeres, ſex in vniuerſum differentiæ exiſtent. Vndenam igitur plurimis neotericorum gymnaſtarum ſuccurrit, tam numeroſas frictionum differentias prodere, quas vel numero comprehendere facilè non eſt? Non aliundè certè, quàm quòd logicæ contemplationis planè expertes, cum propriis frictionum differentiis externa, alienáque imprudentes nonnunquam confundunt; interim etiam quod cauſas frictiones ſingulas efficientes, adiiciunt. Interim E tum legitimas ipſas inter ſe ſe frictionum differentias connectunt, tum verò cum his etiam, quas ipſi perperam excogitarunt. Quum enim dicant

dicant frictiones inter se distare, quòd aliæ sub dio fiant, aliæ sub tecto, aliæ in admixta vmbra; rursus aliæ in perflato loco, aliæ in trãquillo; item aliæ in calido, aliæ in frigido, aliæ in Sole, aliæ in balneo, aliæ ante balneum, aliæ in palæstra, talémque catalogum faciant; sanè non proprias frictionum differentias afferunt, sed eas, sine quarum aliqua, qui fricatur, esse non potest, inculcant; quippe quem necesse omninò est in aliquo terrarum loco esse; prætérque locum, vel æstate, vel hyeme, vel aliquo alio anni tempore. Quum verò ita dissidere dicant inter se frictiones, quòd aliæ cum copioso oleo, aliæ exiguo fiant; aut prorsus sine oleo, idque vel manibus tantùm, vel etiam cum puluere, vel per linteum, atque hoc vel asperum, vel lene; causarum planè, quibus frictio dura mollisve efficitur, enumerationem faciunt. Ex quo nimirum causarum est genere, & quòd ipsæ fricantium manus duræ, aut molles sint; item validè premant, blandéve sint admotæ. Tertia species, quam afferunt ij, qui multas frictionum differentias autumant, inde nascitur, quòd omnia iam dicta inter se per coniugationes quasdam copulent. Qui itaque ex his, aut externas rerum circumstantias, aut verarum differentiarum causas, inter se copulant, facilè deprehenduntur parum rectè sentire. Qui verò ex propriis differentiis coniugationes nectunt, horum non adeo facilè deprehenditur error: imò nonnulli sapientiæ quoque laudem retulerunt, & videntur plura inuenisse, quàm quæ ab Hippocrate dicta sunt: quorum est Theon gymnastes, qui rectiùs, quàm Hippocrates, sensisse de frictione est visus. Nam quum is in modò comprehensis verbis, in ea differentia, quæ ex qualitate spectatur, mollem & duram; in ea verò, quæ ex quantitate, multam & mediocrem collocet; Theon qualitatis, quantitatisve minimè faciendam mentionem seorsum censet, scribens cùm alibi, tum verò in tertio Gymnasticorum, hunc in modum; *De frictione præcipientes, placet quantitates semper cum qualitatibus coaptandas esse; per se namque imperfectiores sunt, quàm vt aliquis successus ex ipsis proueniat. Quippe mollis frictio pro quantitatis modo triplex opus efficit. Pauca enim leuiter carnem remittit, ac facilè contrectabilem reddit; multa dissoluit, & liquat; mediocris laxa, & fluida carne implet. Simili modo dura propinquitatis ratione totidem numero effectus reddit. Multa namque adhibita contrahit, constringitque corpora, & phlegmonæ persimile quippiam relinquit; mediocris implet imminuta, & euidenter circumscripta, expressáque carne; exigua verò in summa cute ruborem ad tempus excitat.* Non censet autem de dura per se, & seorsum quicquam gymnastæ præcipiendum, sed ei, quantitatem adiungi debere, si quis paulò commodior ex artis opere successus sit futurus. Pari modo nec de molli per se, & seorsum quicquam nunc tradendum existimat; neque enim adhiberi vsquam posse mollem frictionem tantùm, & quæ nec multa, nec exigua, nec mediocris sit. Deinde memorat, quæcunque per coniugationem in corporibus nostris naturaliter efficiuntur, vtique paucam cum molli, carnem remittere leuiter, & tactu mollem reddere pronuncians. Vbi aliud planè nihil, quàm quòd Hippocrates verbo, soluere, significauit,

A γὰρ λέγουσι τὰς τρίψεις ἀλλήλων διαφέρειν, τῷ τὰς μὲν ἐν ὑπαίθρῳ γίγνεσθαι, τὰς δὲ ἐν καταστέγῳ, τὰς δὲ ἐν ἀποσυμμιγεῖ σκιᾷ, καὶ τὰς μὲν ἐν ἀνεμώδει χωρίῳ, τὰς δὲ ἐν γαληνῷ, καὶ τὰς μὲν ἐν θερμῷ, τὰς δὲ ἐν ψυχρῷ, τὰς μὲν ἐν ἡλίῳ, τὰς δὲ ἐν βαλανείῳ, τὰς δὲ πρὸ βαλανείου, τὰς δὲ ἐν παλαίστρᾳ, καὶ τοιοῦτόν τινα ποιοῦντες κατάλογον, οὐκ οἰκείας διαφορὰς τρίψεων λέγουσιν, ἀλλ' ὧν οὐκ ἄνευ τινὸς, ὁ τριβόμενός ἐστιν. ἀνάγκη γὰρ πάντως αὐτὸν ἔν τινι χωρίῳ τῶν κατὰ τὴν οἰκουμένην ὑπάρχειν, καὶ πρός γε τῷ χωρίῳ, χειμῶνος, ἢ θέρους, ἢ κατά τινα τῶν ἄλλων ὡρῶν. ἐπειδὰν δὲ τὰς μὲν, τῷ μετὰ πλείονος ἐλαίου, τὰς δὲ, τῷ μετ' ἐλάττονος, ἢ παντάπασιν ἐλαίου χωρὶς, B ἤτοι διὰ τῶν χειρῶν μόνον, ἢ μετὰ κόνεως, ἢ διὰ σινδόνων, καὶ τούτων ἤτοι σκληρῶν, ἢ μαλακῶν γίγνεσθαι, διαφέρειν ἀλλήλων λέγουσι τὰς τρίψεις, αἰτίων καταρίθμησιν ποιοῦνται τῶν ἤτοι σκληρὰν, ἢ μαλακὴν ἀπεργαζομένων τὴν τρῖψιν. ἐξ οὗ γένους τῶν αἰτίων ἐστὶν, καὶ τὸ τὰς χεῖρας τῶν τριβόντων ἤτοι σκληρὰς, ἢ μαλακὰς εἶναι, καὶ ἤτοι πιέζειν σφοδρῶς, ἢ πρᾴως ἐφάπτεσθαι. τὸ δὲ τρίτον εἶδός ἐστι, τῶν πολλὰς τῆς τρίψεως οἰομένων εἶναι διαφορὰς, ἐκ τοῦ κατὰ συζυγίας τινὰς ἐπιπλέκειν ἀλλήλοις ἅπαντα τὰ νῦν εἰρημένα. ὅσοι μὲν οὖν αὐτῶν, ἢ τὰς C ἔξω περιστάσεις τῶν πραγμάτων, ἢ τὰς αἰτίας τῶν οἰκείων διαφορῶν, ἀλλήλαις ἐπιπλέκουσιν, εὐφωρατώτεροι γίνονται, μὴ γινώσκοντες ὀρθῶς. ὅσοι δὲ κατὰ τὰς οἰκείας διαφορὰς, ποιοῦνται τὰς συζυγίας, ἧττον οὗτοι γνωρίζονται σφαλλόμενοι. εἰσὶ δὲ καὶ οἳ σοφίας δόξαν ἀπηνέγκαντο, καὶ δοκοῦσιν πλέον εὑρηκέναι τῶν ὑφ' Ἱπποκράτους εἰρημένων. ὧνπερ οὖν καὶ Θέων ὁ γυμναστής ἐστιν, ὅς τις ἔδοξε βέλτιον Ἱπποκράτους ἐγνωκέναι περὶ τρίψεως. ἀφορισαμένου γὰρ ἐκείνου κατὰ τὴν προγεγραμμένην ῥῆσιν, ἐν μὲν τῇ κατὰ ποιότητα διαφορᾷ, τήν τε μαλακὴν καὶ σκληρὰν, ἐν δὲ τῇ κατὰ ποσότητα, τήν τε πολλὴν D καὶ τὴν μετρίαν, ὁ Θέων οὐκ ἀξιοῖ μνημονεύειν, οὔτε ποιότητος, οὔτε ποσότητος ἰδίᾳ, γράφων ἐν ἄλλοις τέ τισι καὶ τῷ τρίτῳ τῶν γυμναστικῶν ὧδε. Ἀρέσκει περὶ τρίψεως παραγγέλλοντας, δεῖν ἀεὶ συναρμόττειν ταῖς ποιότησι τὰς ποσότητας· καθ' ἑαυτὰς μὲν γὰρ ἀτελεῖς εἶναι πρὸς τὴν ἐν τοῖς ἔργοις κατόρθωσιν. τὴν γοῦν μαλακὴν τρῖψιν, παρὰ τὴν ποσότητα, τριῶν ἀποτελεσμάτων ποιητικὴν γίγνεσθαι. τὴν μὲν γὰρ ὀλίγην, ἀνιέναι πως τὴν σάρκα, καὶ εὐαφῆ ποιεῖν. τὴν δὲ πολλὴν, διαφορεῖν καὶ τήκειν. τὴν δ' αὐτάρκη, σαρκοῦν τὸ σῶμα πλαδαρᾷ καὶ κεχυμένῃ σαρκί. ὁμοίως δὲ, καὶ τὴν σκλη- E ρὰν τρῖψιν, παρὰ τὴν ποσότητα, καὶ ἴσον ἀριθμὸν ἀποτελεσμάτων ποιεῖν, πολλὴν γὰρ προσαχθεῖσαν, σφίγγειν τὰ σώματα, καὶ συνδεῖν, καὶ φλεγμονῇ τι παραπλήσιον ἀπεργάζεσθαι. τὴν δὲ αὐτάρκη, σαρκοῦν μεμειωμένῃ καὶ εὐπεριγράπτῳ σαρκί. τὴν μέντοι γε ὀλίγην, ἐνερευθῆ πρὸς ὀλίγον χρόνον τὴν ἐπιφάνειαν ποιεῖν. οὐκ ἀξιοῖ δὲ, περὶ τῆς σκληρᾶς τρίψεως, ἰδίᾳ καθ' ἑαυτὴν οὐδὲν παραγγέλλειν τὸν γυμναστὴν, ἀλλὰ συναρμόζειν αὐτῇ τὸ ποσόν. εἴπερ τι μέλλοι ποτὲ κατόρθωμα πλέον ἐν τοῖς ἔργοις τῆς τέχνης ἔσεσθαι. κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν τρόπον οὐδὲ περὶ τῆς μαλακῆς ἰδίᾳ καθ' ἑαυτὴν οὐδὲν ἡγεῖται νῦν ὑποτίθεσθαι. F μὴ γὰρ δύνασθαί ποτε γενέσθαι μαλακὴν τρῖψιν αὐτὴν καθ' ἑαυτὴν μόνην, ἄνευ τοῦ πολλὴν, ἢ ὀλίγην, ἢ σύμμετρον ὑπάρχειν. εἶθ' ἑξῆς διηγεῖται κατὰ συζυγίαν, ὅσα περὶ τοῖς σώμασιν ἡμῶν ἐργάζεσθαι πεφύκασιν. τὴν μὲν ὀλίγην τε ἅμα, καὶ μαλακὴν ἀνιέναι πως τὴν σάρκα, καὶ εὐαφῆ ποιεῖν, ἀποφαινόμενος, οὐδὲν, ἤτοι λῦσαι, πρὸς Ἱπποκράτους εἰρημένον,

ἑτέροις ὀνόμασιν ἑρμηνεύων. τὸ γὰρ ἀνιέναι τὴν σάρκα, καὶ μαλακὴν τῇ ἁφῇ ποιεῖν, τί ἄλλο, ἢ λύειν ἐστὶ τὰ συνδεδεμένα, καὶ συνηγμένα; προσέθηκε δὲ τῷ λόγῳ τό, ποσῶς, οὐ τὸ γένος τῆς ἐνεργείας ὑπαλλάττων, ἀλλὰ τὸ ποσὸν ἐν αὐτῷ διορίζων. μαλάττει γὰρ ἐπ' ὀλίγον ἡ τοιαύτη τρῖψις, ὡς εἴ γ' ἐπὶ πλεῖον γένοιτο, μαλάξει μὲν ἔτι καὶ νῦν, ἀλλὰ μειζόνως, ἢ πρόσθεν. ὅτι τοίνυν οὐ μεγάλως, οὐδ' ἱκανῶς, ἀλλὰ καὶ βραχέως ἡ ὀλίγη καὶ μαλακὴ τρῖψις ἀνίησί τε, καὶ μαλάττει τὰ σώματα, διὰ τῆς τοῦ, ποσῶς, προσθήκης ἐδήλωσεν. οὐδέπω κατά γε τοῦτο τῶν ὑφ' Ἱπποκράτους εἰρημένων, διδάσκων περιττότερον. ὥσπερ οὐδ' ἐν τῷ φάναι, τὴν αὐτάρκη καὶ μαλακήν, σαρκοῦν τὸ σῶμα πλαδαρᾷ καὶ κεχυμένῃ σαρκί. διότι μὲν γὰρ αὐτάρκης, σαρκώσει, διότι δὲ μαλακή, λύσει, τοῦτ' ἔστι μαλάξει, ὅπερ ἴσον ἐστὶ, τῷ πλαδαρὰν καὶ κεχυμένην ἐργάσασθαι τὴν σάρκα. ἐχρῆν δ' αὐτόν, ὥσπερ ὑπὲρ τούτων εἶπεν ὀρθῶς, οὕτως καὶ ὁπότε περὶ τῆς πολλῆς τε ἅμα καὶ μαλακῆς διαλέγεται, μὴ τοῦτο μόνον εἰπεῖν ὅτι διαφορεῖν καὶ τήκειν πέφυκεν, ἀλλὰ καὶ ὁποίαν τινὰ τὴν ὑπόλοιπον ἐργάζεται σάρκα. οὐ γὰρ δὴ πᾶσαν τὴν οὐσίαν διαφορεῖ, καὶ τήκει καθάπερ τὸ πῦρ, ἀλλά τι καὶ καταλείπει. πάντως τοῦτο δὴ τὸ καταλειπόμενον, ὁποῖόν τι, τὴν ἰδέαν ἐστίν, ἐχρῆν, οἶμαι, προσκεῖσθαι τῷ λόγῳ, καὶ μὴ μόνον τὸ τῆς πολλῆς τρίψεως ἴδιον ἔργον εἰπόντα, τὸ τῆς μαλακῆς παραλιπεῖν. ὅτι μὲν ἡ πολλὴ διαφορεῖ, καὶ πρὸς Ἱπποκράτους εἴρηται πρόσθεν, ἀλλ' οὐχ ἁπλῶς ὑπὲρ τῆς πολλῆς ἐνεστήσατο τὸν λόγον ὁ Θέων, ἀλλὰ κατὰ συζυγίαν ἠξίωσε διδάσκειν, ἀπὸ τῆς πρώτης μὲν ἀρξάμενος τῆς τε ὀλίγης τε ἅμα καὶ μαλακῆς. ἐπὶ δευτέραν δὲ μεταβὰς τὴν μαλακήν τε ἅμα καὶ πολλήν. εἶθ' ἑξῆς τρίτης μνημονεύσας, καὶ μαλακῆς τε ἅμα καὶ συμμέτρου. ὥσπερ οὖν ἐπί τε τῆς πρώτης, καὶ τρίτης συζυγίας, οὐκ ἐσιώπησε τὸ τῆς ποιότητος ἔργον, οὕτως ἐχρῆν αὐτὸν, οὐδὲ ἐπὶ τῆς δευτέρας παραλιπεῖν, ἀλλὰ κἀνταῦθα φάναι τὴν πολλήν τε ἅμα καὶ μαλακὴν τρῖψιν, διαφορεῖν τε ἅμα καὶ μαλακὴν ἀπεργάζεσθαι τὴν σάρκα, πλὴν εἰ τὸ τήκειν, ἀντὶ τοῦ μαλάττειν χρὴ δέξασθαι, καὶ οὕτως ἀληθὲς μένει τὸ εἰρημένον. οὐχ ὅπως δὲ διαβάλλει τὴν Ἱπποκράτους διδασκαλίαν, ἀλλὰ τὸ παντὸς μᾶλλον ὁμολογεῖ αὐτήν. εἴπερ γὰρ ἡ μαλακὴ τρῖψις ἀεὶ μὲν ἁπαλὸν ἐργάζεται τὸ σῶμα, κἂν ὀλίγη, κἂν πολλή, κἂν σύμμετρος ὑπάρχῃ, προσέρχεται δ' αὐτῇ οὐδέν τι παρὰ τῆς ποσότητος ἕτερον, ἀχώριστον ἔσται τῆς μαλακῆς τρίψεως τὸ μαλάττειν, ὥσπερ, οἶμαι, καὶ τῆς σκληρᾶς, τὸ σκληρύνειν, ἢ συνάγειν, ἢ σφίγγειν, ἢ δεῖν, ἢ πυκνοῦν, ἢ δυσαφῆ τὴν σάρκα ποιεῖν, ἢ ὡς ἄν τις ἑτέρως ἑρμηνεύειν ἐθέλοι ταὐτὸν πρᾶγμα. πρῶτον μὲν γὰρ καὶ κύριον ὄνομα, τῆς οὕτως διατιθεμένης σαρκός ἐστι, τὸ σκληρόν, ὥσπερ καὶ τῆς ἐναντίας αὐτῇ τὸ μαλακόν. οὐ μὴν, ἀλλὰ καὶ τῶν ἄλλων ἕκαστον, ὡς εἶπον, ἐγχωρεῖ λέγειν. καὶ διὰ τίνα μὲν τὴν αἰτίαν, οὕτω πολλοῖς ὀνόμασιν οἷόν τε χρῆσθαι καθ' ἑνὸς πράγματος, ὀλίγον ὕστερον εἰρήσεται. νῦν δὲ, ὡμολόγηται γὰρ τοῦτο, τὴν μὲν αἰτίαν αὐτοῦ λέγειν, ἔν γε τῷ παρόντι παραλίπωμεν. ὅτι δ' ἐξ ἀνάγκης ἕπεται τῇ μαλακῇ τρίψει, τὸ μαλακὰ ποιεῖν τὰ σώματα, πρόδηλον ἐκ τῶν εἰρημένων. εἰ γὰρ μὴ πολλήν, μήτ' ὀλίγην, μήτε σύμμετρον, τὴν τοιαύτην τρῖψιν παραλαβὼν, σκληρὸν ἐργάσασθαί ποτε δυνήσῃ τὸ σῶμα· δῆλον ὡς ἀχώριστον αὐτῆς ἐστι τὸ μαλάττειν, ὥσπερ γε καὶ τῆς σκληρᾶς, τὸ συνδεῖν τε καὶ σκληρύνειν. καὶ γὰρ καὶ ταύτην,

† τήκω enim φθίνω, δαπανῶ, τὸ λεπτύνω, συναιρῶ, absumo & extenuo significat.

A aliis verbis interpretatur. Quippe laxare carnem, & mollem tactu reddere, quid aliud est, quàm soluere, quæ colligata, & coacta fuere? Adiecit verò sermoni, leuiter, siue quodammodo, non genus actionis immutans, sed quantitatem eius definiens. Mollit enim exiguè, quum adhibetur, eiusmodi frictio; quandoquidem, si amplius sit adhibita, mollit quidem & tunc, cæterùm largiùs quàm antea. Quòd ergo nec magnopere, nec mediocriter, sed exiguè, remittit mollítque corpora pauca, ac mollis frictio, per verbum illud, leuiter, quod adiecit, declarat; ne hîc quidem per hoc saltem, iis quæ

B Hippocrates præcipit, quicquam tradens amplius: æquè nec, quum mediocrem & mollem addere corpori inquit laxam, & fluidam carnem. Nam quoniam mediocris, idcirco carnem augebit; quoniam mollis, soluet, hoc est, molliet. Id quod tantundem est, ac laxam, & fluidam carnem efficere. Erat autem huius officium, sicuti de his rectè præcipit, & sic cum de multa simul, & molli disputat, non id modò dicere, quod halitu digerere, ac liquare potest, sed qualem etiam carnem relinquat, apponere. Non enim ritu ignis vniuersam substantiam exhaurit liquátque, sed aliquid omninò relinquit. Id igitur,

C quod relictum est, qualénam demum specie sit, adiicere (arbitror) sermoni oportuit, neque tantum multæ frictionis proprio effectu posito, mollis opus omittere. Quòd igitur multa dissoluat, etiam ab Hippocrate priùs dictum est. Verùm non absolutè de multa Theon sermonem instituit, sed per coniugationem docendum esse censuit, vtique à prima auspicatus, nempe pauca, & molli; post secundam aggressus, mollem & multam; inde tertiam memorans, mollem scilicet & mediocrem. Sicuti igitur in prima con-

D iugatione, & tertia proprium qualitatis effectum non dissimulauit; ita nec in secunda suppressisse eum decuit; quin hîc quoque docuisset multam simul, & mollem frictionem non modò dissoluere, sed etiam mollem carnem reddere; nisi fortè id, quod liquare dixit, pro mollire audiendum est. Atque ita quidem verum sit, quod dicit. Cæterùm sic non modò Hippocratis doctrinam non accusat, sed multò maximè confirmat; etenim, si mollis frictio semper molle tenerúmque corpus reddit, siue ea exigua, siue multa, siue mediocris sit, tum illi ex quantitate nihil ac-

E cedit diuersum, inseparabilis planè à molli frictione erit molliendi facultas; sicuti à dura certè vis durandi, cogendi, constringendi, ligandi, densandi, aut tactu duram carnem reddendi, aut quomodocunque aliter eandem rem interpretari malis. Quippe primum & proprium nomen ita affectæ carnis est durities, vt eius quæ diuersè afficitur, mollities; quamquam etiam reliquorum, quæ dixi, nominum quolibet vti licet. Et quam ob causam tam variis nominibus vnam interpretari rem liceat, paulò post dicemus. Nunc quoniam controuersa res non est, causam eius ad præsens saltem differamus. Quòd autem

F mollem frictionem necessariò consequitur, vt corpora molliat, id planè clarum ex iam dictis est. Nam si nec qui multa ea, nec qui pauca, nec qui mediocri vsus fuerit, durum vnquam corpus reddiderit, perspicuum est molliendi vim nusquam ab ea seiungi; sicuti nec dura colligandi, & durandi; quippe quum hanc quoque siue

A siue paucam, siue multam, siue mediocrem adhibeas, nunquam quantitatis vllius ratione corpus mollias, sed semper duritiei plus minúsve adiicias; scilicet vberiùs perfricans, plus; parcius verò, minus. Quòd si paucis omninò durisque manuum iniectionibus contentus fueris, durities quoque proportione respondebit. Sicuti enim qui igni se admouit, semper calefit, siue exiguo tempore id faciat, siue diu, sed magis, qui diutiùs versatur, minùs qui breui spatio, minimè verò, qui tantum accessit; ita frictione quoque corpus semper pro ratione afficitur, à molli B emollitum, à dura duratum, non tamen pari semper mensura, sed à pluscula magis; à parciore minùs, à plurima maximè, à minima minimè. Theon ergo, quum de molli simul, & copiosa frictione disputans, dissoluere, liquaréque eam dixit, si quidem per liquare verbum, inanire intelligit, aliud planè nihil significauerit, quàm dissoluere; quare bis idem dixerit, prætermiserit autem, quod necessariò fuerat addendum, nempe eum affectum, qui ex molli frictione in corpore relinquitur. Sin mollire, soluere, remittere, aut aliud quippiam eiusmodi dicere velit, sic sa- C nè reliquerit quidem nihil, cæterùm, quum ea, quæ Hippocratis sunt, dicit, ob minus idoneam docendi rationem in furto deprehendetur. Quòd itaque eiusmodi docendi modus deterior sit eo, quo vsus Hippocrates est, paulò post ostendam. Quòd verò, si liquare pro eo, quod est mollire, accipit, nihil iis, quæ Hippocrates prædixit, ampliùs prodidit, planè manifestum est. Nam, quum ille dicat mollem soluere, multam extenuare, quis non facilè colligat, qui præsertim mentis sit compos, eam, quæ ex molli multáque pariter com- D posita sit extenuare simul, ac mollire? Verùm non videtur ita sensisse Theon; sed quod in primo Gymnasticorum vnico verbo extenuare dixit, id in tertio duobus extulit, nempe dissoluere, ac liquare. Habent verò se eius verba in primo ad hunc modum; *Contrariarum verò mollem quidem, si multa sit, extenuare corpora; sin mediocris, carne implere, vtique delicata & fluida.* Apertè enim hoc loco mollem simul, & multam frictionem extenuare corpora confirmat. Quòd autem necesse fuerat non solùm multæ frictionis proprium effectum, sed etiam mollis E tradere, ipse quoque Theon, per ea, quæ subiecit, ostendit; in quibus, quum de dura præcipit, constringere multam, coarctaréque, & phlegmonæ simile quippiam parere ait. Quippe quod moderata quantitate adhibita possedit, id copiosius adaucta, magis obtinuit. Omnes ergo duram mediocriter adhibitam, dura carne implere fatentur ita, vt è diuerso mollem mediocriter adhibitam, ipsam quoque carne implere, sed ea molli. Accidit verò Theoni, quum de molli simul, & multa frictione sermonem faceret, nullum mollis effectum prodidisse; rur- F sus quum de dura simul, & multa, nullum multæ exposuisse. Nam si liquare pro eodem, quod est inanire, & digerere, acceperimus, de multa quidem aliquid dixerit, de molli planè nihil; quemadmodum etiam in eo, quod de dura multáque scribit, duram quidem constringere, ligare, & phlegmonæ aliquid persimile facere affirmat,

A ἄν τ' ὀλίγην, ἄν τε πολλήν, ἄν τε σύμμετρον παραλάβῃς, οὐδέποτε μαλάξεις τὸ σῶμα κατ' οὐδεμίαν ποσότητα. διαπαντὸς δὲ σκληρὸν ἀπεργάσῃ μᾶλλον, ἢ ἧττον. ἐπὶ πλέον μὲν τρίβων, μᾶλλον, ἐπ' ἔλαττον δέ, ἧττον. εἰ δὲ καὶ παντελῶς ὀλίγας τὰς σκληρὰς ἐπιβολὰς ποιησάμενος ἀρκεσθείης, ἀνάλογον τῇ τούτων βραχύτητι, καὶ σκληρότης ἀποτελεσθήσεται. καθάπερ καὶ ὁ πυρὶ πλησιάζων, ἀεὶ μὲν θερμαίνεται, κἂν ἐπὶ πολὺν χρόνον αὐτῷ τύχοι πλησιάζων, κἂν ἐπ' ὀλίγον, ἀλλὰ μᾶλλον μὲν τοῦθ', ὁ πολυχρονίως ὁμιλῶν, ἧττον δέ, ὁ μέχρι βραχέος, ἐπ' ἐλάχιστον δέ, ὁ ψαύσας μόνον, οὕτω κἂν ταῖς τρί- B ψεσιν ὁμοιοῦται διαπαντὸς τὸ σῶμα· πρὸς μὲν τῆς μαλακῆς, μαλαττόμενον· ὑπὸ δὲ τῆς σκληρᾶς, σκληρυνόμενον· οὐ μὴν ἴσῳ γε τῷ μέτρῳ διαπαντός, ἀλλ' ὑπὸ μὲν τῆς πλείονος, μᾶλλον, ὑπὸ δὲ τῆς ἐλάττονος ἧττον. ὥσπερ γε καὶ ὑπὸ μὲν τῆς πλείστης, μάλιστα, ὑπὸ δὲ τῆς ἐλαχίστης, ἥκιστα. τοίνυν ὁ Θέων ὁπότε περὶ τῆς μαλακῆς τε καὶ πολλῆς τρίψεως διαλεγόμενος, διαφορεῖν καὶ τήκειν εἶπεν αὐτήν, εἰ μὲν τὸ κενοῦν διὰ τὸ τήκειν δηλοῖ, πλέον οὐδὲν σημαίνει τοῦ διαφορεῖν. ὥστε δὶς μὲν ἂν εἴη ταὐτὸν εἰρηκώς, παραλελοιπὼς δὲ προσθήκην ἀναγκαίαν, τῆς γινομένης περὶ τὸ σῶμα δια- C θέσεως ἐκ τῆς μαλακῆς τρίψεως. εἰ δὲ τὸ μαλάττειν, ἢ λύειν, ἢ χαλᾶν, ἢ ὅπως ἂν ἑτέρως ὀνομάζειν ἐθέλῃ, παραλείψεται μὲν οὕτως οὐδὲν αὐτῷ. τὰ δ' Ἱπποκράτους λέγων, φωραθήσεται διὰ μοχθηροτέρου τρόπου διδασκαλίας. ὅτι μὲν ὁ τοιοῦτος τρόπος τῆς διδασκαλίας μοχθηρότερός ἐστιν ἧς Ἱπποκράτης ἔγραψεν, ὀλίγον ὕστερον ἐπιδείξομεν, ὅτι δὲ εἴπερ τὸ τήκειν ἀντὶ τοῦ μαλάττειν εἴρηκεν, οὐδὲν τῶν Ἱπποκράτους λέγει περιττότερον, ἄντικρυς δῆλον. εἰπόντος γὰρ ἐκείνου τὴν μὲν μαλακὴν λύειν, τὴν δὲ πολλὴν ἰσχναίνειν, εὔδηλον ἂν εἴη παντί γε τῷ νοῦν ἔχοντι συλλογίσασθαι, τὴν ἐκ τῆς μαλα- D κῆς τε ἅμα καὶ πολλῆς σύνθετον, ἰσχναίνειν τε ἅμα καὶ μαλάττειν. ἀλλ' οὐχ ὁ Θέων ἔοικεν οὕτω γινώσκειν. ἀλλ' ὅπερ ἐν τῷ πρώτῳ τῶν γυμναστικῶν, ἰσχναίνειν εἶπε δι' ἑνὸς ῥήματος, τοῦτ' ἐν τῷ τρίτῳ διὰ δυοῖν, τοῦ τε διαφορεῖν, καὶ τήκειν. ἔχει γὰρ οὕτω δὴ καὶ ἡ ἐν τῷ πρώτῳ ῥῆσις ὧδε. ἐκ δὲ τῶν ἐναντίων, τὴν μαλακὴν τρῖψιν, πολλὴν μὲν γινομένην, ἰσχναίνειν τὰ σώματα. αὐτάρκη δέ, σαρκοῦν τρυφερᾷ καὶ κεχυμένῃ σαρκί. φανερῶς γὰρ ἐνταῦθα, τὴν μαλακήν τε ἅμα καὶ πολλὴν τρῖψιν, ἰσχναίνειν ἔφησε τὰ σώματα. ὅτι δ' ἀναγκαῖον ἦν οὐ μόνον τὸ τῆς πολλῆς ἴδιον, ἀλλὰ καὶ τὸ τῆς μαλακῆς εἰπεῖν, E καὶ αὐτὸς ὁ Θέων ἐνεδείξατο διὰ τῆς ἑξῆς ῥήσεως· ἐν ᾗ περὶ τῆς σκληρᾶς τρίψεως διδάσκων, τὴν πολλὴν σφίγγειν τὰ σώματα, καὶ συνδεῖν, καὶ φλεγμονῇ τι παραπλήσιον ἐργάζεσθαί φησιν. ὃ γὰρ εἶχε συμμέτρως ὑπάρχουσα τῇ ποσότητι, τοῦτο πλεονασθεῖσα, μᾶλλον ἐπεκτήσατο. πάντες οὖν ὁμολογοῦσι τὴν σύμμετρον σκληράν, σαρκοῦν τὸ σῶμα σκληρᾷ σαρκί, καθάπερ γε καὶ τὴν σύμμετρον μαλακήν, σαρκοῦν μὲν καὶ αὐτήν, ἀλλὰ μαλακῇ τῇ σαρκί. κινδυνεύει δὲ ὁ Θέων ἡνίκα ὑπὲρ τῆς μαλακῆς τε ἅμα καὶ πολλῆς τρίψεως ὁ λόγος ἦν αὐτῷ, μηδὲν τῆς μαλακῆς ἔργον εἰρηκέναι. F ὁπότε δὲ περὶ τῆς σκληρᾶς τε ἅμα καὶ πολλῆς, μηδὲν τῆς πολλῆς. εἰ γὰρ τὸ τήκειν, ταὐτὸν τῷ κενοῦν καὶ διαφορεῖν ὑπολάβοιμεν, ὑπὲρ μὲν τῆς πολλῆς, ἔσται τι λεγόμενον αὐτῷ, περὶ δὲ τῆς μαλακῆς οὐδέν. ὥσπερ γε κἂν τῷ περὶ τῆς σκληρᾶς τε καὶ πολλῆς, ὑπὲρ μὲν τῆς σκληρᾶς. εἴρηται τὸ σφίγγειν, καὶ δεῖν, καὶ φλεγμονῇ τι παραπλήσιον ἀπεργάζεσθαι,

περὶ δὲ τοῦ πλήθους οὐδέν· καίτοι δίκαιον ἦν τι καὶ περὶ τῆς ποσότητος εἰπεῖν· ἀπεφήνατο γοῦν, ὡς εἰ σύμμετρος εἴη τῇ ποσότητι, παχύνει. τί ποτ' οὖν ἡ πολλὴ ποιήσει μετὰ τὴν σύμμετρον ὑπερέχουσα; πάντως γὰρ ἤτοι φυλάξει τὸ ταύτης ἔργον, ἢ ἀλλοιώσει· ἀλλ' εἰ μὲν φυλάξει, τὸ πλῆθος τὸ μετὰ τῆς συμμετρίας τῆς τρίψεων, οὐδὲν ἐργάσεται περιττότερον. εἰ δέ τι δράσει πλέον, ἤτοι καθαιρήσει τῆς σαρκώσεως, ἢ προσθήσει. καθαιροῦσα μὲν οὖν λεπτυνεῖ, προστιθεῖσα δὲ σαρκώσει. ἀλλὰ μὴν οὐ σαρκοῖ, λεπτυνεῖ γοῦν ἀναγκαῖον αὐτήν. οὐ μὴν εἶπέ γε ὁ Θέων οὐδὲν ὑπὲρ τῆς κατὰ τοῦτο διαφορᾶς, ἀλλ' ὅλως ἐσιώπησε, μήτ' εἰ λεπτυνεῖ, μήτ' εἰ παχυνεῖ, μήτ' εἰ φυλάττει τὴν ἐκ τῆς συμμέτρου τρίψεως σάρκωσιν ἡ σκληρὰ πλεονασθεῖσα, μηδὲν ὅλως ἀποφηνάμενος. ἀλλὰ μόνον ὅτι σφίγγει καὶ σωίζει παραπλησίως φλεγμονῇ. ἐχρῆν δ' οὐ ταῦτα μόνον εἰπεῖν, ἀλλ' ὅτι καὶ λεπτυνεῖ.

A de plenitudine verò nihil protulit; tametsi par fuerat de quantitate quoque aliquid dicere; nam illud confessus est si mediocris quantitas sit adhibita, eam incrassare. Quid igitur efficiet multa, si supra mediocrem sit adhibita? prorsus enim aut illius effectum tuebitur, aut alterabit. Sed si quidem seruabit, certè multa frictio supra mediocritatem adhibita nihil plus adiiciet. Sin plus aliquid efficiet, aut minuet carnem, aut adiiciet. Verùm, si minuet, extenuabit; Si adiiciet, carne implebit. Atqui non adiicit carnem; extenuet ergo necesse est. Verùm Theon de hac differentia nihil meminit, sed omninò subticuit, minimè planè definiēs, B extenuétne dura copiosè adhibita, an carnem augeat, an seruet eundem, quem ex mediocri accepit, carnis modum, sed tantùm, quòd constringit, coarctátque, & phlegmonæ simile quid facit, confirmans; Conueniebat autem non hoc modo dicere, sed etiam quòd emaciat.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Δ'.

Ὅτι μήτ' ἄλλος τις περὶ τρίψεως ὀρθῶς ἔγνωκε, μήτε ὁ γυμναστὴς Θέων· ἀλλ' Ἱπποκράτης τε καὶ ὅσοι τούτῳ παρηκολούθησαν.

Φαίνεται τοίνυν ὁ Θέων, ἢ μὴ δυνηθεὶς συνιέναι τῆς Ἱπποκράτους ἐν τοῖσδε τέχνης, ἢ μὴ βουληθεὶς ἐπαινέσαι τὸν ἄνδρα, διὰ βραχείας οὕτω ῥήσεως, ἁπάσας τε τὰς διαφορὰς τῶν τρίψεων εἰπόντα, καὶ πρὸς ταῖς διαφοραῖς, ἑκάστου αὐτῶν ἐνέργειάν τε καὶ δύναμιν. ὡς μὲν γὰρ ἄν τις οἰηθείη κατὰ τὴν πρόχειρον οὑτωσὶ φαντασίαν, ὑπὲρ τεττάρων εἴρηκε μόνων. ἔχει δὲ οὐχ οὕτω τἀληθές, ἀλλ' ἑτέρας ἐνεδείξατο δύο ταῖς εἰρημέναις ἐξ ἀνάγκης συνεπινοουμένας. ἐν μὲν τῇ κατὰ ποιότητα διαφορᾷ, τὴν μέσην τῆς σκληρᾶς τε καὶ μαλακῆς, ἥπερ δὴ καὶ σύμμετρός ἐστιν. ἐν δὲ τῇ κατὰ ποσότητα, τὴν ὀλίγην. ἀναγκαῖον γὰρ τὴν ὀλίγην ἐναντίαν εἶναί τινα τῇ πολλῇ. τὸ δὲ τῆς παλαιᾶς ἑρμηνείας εἶδος, οὕτως ἐστὶ βραχυλόγον, ὡς πολλὰ πολλάκις ὑπερβαίνειν δοκεῖν τῇ λέξει, τῶν ἐξ ἀνάγκης ἑπομένων τοῖς λεγομένοις. καὶ διὰ τοῦτ', οἶμαι, γράφομεν αὐτῶν ὑπομνήματα, ποδηγοῦντα τοὺς δι' ἀγυμνασίαν ἀδυνάτους ἕπεσθαι τῷ τάχει τῆς λέξεως παλαιᾶς· καθάπερ κἂν τῷδε τῷ λόγῳ ποιοῦμεν. εἰ γὰρ ἡ μὲν σκληρὰ, δύναται δεῖν, ἡ δὲ μαλακὴ, λύειν, ὅσα μὲν ἐκλύεται πέρας τοῦ μετρίου σώματα, σκληρῶς ἀνατριπτέον, ὅσα δ' ἔσφιγκται, μαλακῶς. εἰ δέ τι συμμέτρως ἔχει, τοῦτ' εὔδηλον, ὡς οὔτε μαλακῶς, οὔτε σκληρῶς. ἀλλ' ὅσον οἷόν τε μάλιστα τὰς ὑπερβολὰς ἑκατέρας φυλαττόμενον. ὁ δὲ θαυμάσιος Θέων, εὐθὺς τὸ πρῶτον ἔσφαλται, μήτε τὴν δύναμιν εἰπών ποτε τῆς συμμέτρου κατὰ ποιότητα τρίψεως, μήτε χρείαν. ἀλλ' ἀεὶ παρερχόμενος αὐτὴν, ὥσπερ οὐκ οὖσαν. περὶ μὲν δὴ τοῦδε, καὶ μικρὸν ὕστερον ἐροῦμεν. ὥσπερ δ' ἐν ταῖς κατὰ ποιότητα διαφοραῖς, οὐ σκληρὰ καὶ μαλακὴ μόνον ἐστὶν, ἀλλὰ καὶ σύμμετρος, οὕτω κἂν ταῖς κατὰ τὸ ποσὸν, οὐ πολλὴ καὶ ὀλίγη μόνον, ἀλλὰ καὶ μετρία. τί ποτ' οὖν ἐν μὲν ταῖς κατὰ ποιότητα, τὴν μέσην παρέλιπεν ὁ Ἱπποκράτης, ἐν δὲ ταῖς κατὰ ποσότητα, τὴν ὀλίγην; ἴσως ἄν τινι δόξειεν ἀλόγως τοῦτο πρᾶξαι, χρῆναι γὰρ ἐν ταῖς βραχυλόγοις διδασκαλίαις, ἀφορίζεσθαι μὲν ταῖς ἄκραις ἐναντιότησι τὰ πράγματα, παραλείπεσθαι δὲ τὸ μέσον τε καὶ σύμμετρον ἐν αὐταῖς, ὡς ἐξ ἀνάγκης τοῖς ἄκροις συνεπινοούμενον. ἐγὼ τοίνυν καὶ τοῦτο πειράσομαι διελθεῖν, καὶ σαφηνίσαι τὴν τοῦ παλαιοῦ γνώμην.

CAPVT IV.

Quòd neque quispiam alius de frictione rectè senserit, neque Theon Gymnastes; sed Hippocrates & qui cum sequuti sunt. C

APparet ergo Theonem, aut Hippocratis artem hoc loco non intellexisse, aut hominem laudare noluisse, qui tam breui sermone omnes non solùm differentias frictionum dixerit, sed etiam vniuscuiusque opus, & facultates. Quòd etenim siquis prompta ita imaginatione arbitretur, quatuor eum duntaxat meminisse. Verùm non ita se res habet; imò aliàs duas necessariò in iis, quas dixit, subauditas insinuauit; in qualitatis differentia, duræ mollísque mediam, quæ D nimirum mediocris est: in ea verò, quæ à quantitate accipitur, paucam; quando paucam aliquam necesse est multæ esse contrariam. Porrò antiquæ interpretationis formula ita est breuis, vt non pauca sæpe ipsa saltem dictione præterire videatur, quæ tamen necessariò dicta ipsa sequuntur. Quamobrem (arbitror) earum enarrationes scribimus, quæ veluti præeant iis, qui parum exercitati antiquæ dictionis celeritatem assequi non valent; veluti in hoc ipso loco facimus. Si nanque dura ligandi, mollis soluendi vim habet, quę supra modum soluta corpora sunt, ea duriter planè fricanda sunt; contrà quæ constricta sunt, molliter; E quæ modicè se habent, nec molliter, nec duriter, sed quatenus fieri potest, vtroque declinato extremo. Egregius verò videlicet Theon primùm in eo fallitur, quòd neque mediocris qualitate frictionis vires tradidit, neque vsum; sed semper ita præteriit, tanquam nulla sit; verùm de hoc paulò post agemus. Sicuti verò in iis differentiis, quæ in qualitate spectantur, non solùm dura mollísque consistunt, sed etiam media; ita & in iis quæ ex quantitate dicuntur, non solùm multa & pauca, sed etiam media noscitur. Cur igitur in iis, quæ ex qualitate trahuntur, mediam omisit Hippocrates; in iis quæ F ex quantitate, exiguam? Temerè id fecisse videri fortasse cuipiam potest; oportere enim in iis, quæ compendio traduntur, summis inter se contrariis res definire; quod horum medium sit atque mediocre, transire; vtpotè quod ex summis ipsis vltrò sit noscendum. Ipse igitur tum hoc docere, tum senis sententiam clariorem reddere conabor,

rem

rem planè hoc loco non necessariam; quum quæstiones id genus in enarratoriis libris soluere soleam. Sed quoniam semel huc descendi, vt pro Hippocrate imperitis istis respondeam, in quibus ipsi falsi rectè præcipientem calumniantur, non pigebit hoc quoque adiecisse. Quum igitur duo sint toto genere inter se diuersa atque disiuncta, si modò id quod facit, ab eo quod fit, genere differt; frictiones quidem ex eorum numero sunt quæ faciunt, qui verò ab his in corpore relinquuntur affectus, ex iis, quæ fiunt. Quare contrarietates quoque alias in frictionum genere, alias in affectuum, qui ab his proueniunt, necesse est statui. In frictionum genere tum duram, & mollem, tum multam, & paucam; in affectibus verò; & eam, quæ veluti colligatio, & solutio corporum est, & gracilitatem, ac crassitudinem. Ac prior quidem affectuum contrarietas ex priore frictionum contrarietate nascitur; secunda non item. Euenit enim in hac, vt gracilitas proueniat ex multa, carnis incrementum ex mediocri; quippe pauca augendæ carni nondum sufficit, quòd videlicet, id quod carnis incrementum accipiet, & sanguinis moderato accessu, & valida virtute eget, quorum vtrunque mediocris frictio commodè præstat; pauca neutrum, nec abundè, nec satis. Quoniam igitur non in idem coibant frictionum, affectionúmque contrarietates; coëgit verò eum compendiaria docendi ratio per contrarietates positas sermonem absoluere, vtiliore contrarietate accepta minùs vtilem consultò omisit. Porrò vtilior ea est, quæ in affectibus, quàm quæ in frictionibus spectatur. Idque duplici ratione asseritur; vna quidem & prima, quæ ab artis fine sumitur; quippe frictiones ad corporis affectum ceu finem diriguntur; finis enim iis, quæ præ se, semper est præstantior; quanto nimirum id cuius gratia, iis, quæ ipsius gratia fiunt; Altera, quæ à claritatis ratione accipitur; intellectis nanque multæ, & mediocris effectibus, facillimum est paucæ opus contueri; non perinde tamen mediocris frictionis perspicua vis est. Quin etiam tertium hoc ipso de frictionibus sermone bellissimè docuisse Hippocratem inuenias. Præcedere nanque eorum doctrinam oportet, quæ liquidò peragi cernuntur, sequi verò eorum, quæ minus liquidò, & obscurè; idque siue de his expressis verbis scripseris, siue lecturis ea intelligenda relinquas. Est verò euidens, atque in aperto mediocris frictionis opus, ipsum scilicet carnis incrementum; obscurum verò paucæ, quippe quæ nec augere, nec minuere carnem, nec omninò euidens aliquid videtur efficere, nisi parum calefacere; at id omnis frictionis commune opus est. Quare, quum neque euidens aliquid efficit, & quod facere videtur, proprium eius non est, sed omnis frictionis commune, non sine causa est (vt arbitror) omissa. Quòd igitur omnis frictionis calorem accendere commune opus sit, non satis, quod ab Hippocrate prodatur, dignum præceptum est. Quid verò quæque frictio proprium efficiat, id vt Hippocrati necesse tradere, ita nóbis certè vtile erat discere. Reductis enim, veluti in elementa, simplicibus differentiis, vniuersam frictionum rationem absoluit, quemadmodum carnem adiicias, quemadmodum detrahas, quemadmodum corpus mollias, quemadmodum constringas. Cum his vnà protinus se promunt tum media earum opera, tum ea, quæ per coniugationem faciunt.

A οὐκ ἀναγκαῖον μὲν ἐνταῦθα, τὰ γὰρ τοιαῦτα ζητήματα, διὰ τῶν ἐξηγητικῶν ὑπομνημάτων εἰθίσμεθα λύειν, ἀλλ' ἐπεὶ ἅπαξ ἐν τῷδε τῷ λόγῳ κατέστην, ὡς ἀπολογεῖσθαι τοῖς ἀγυμνάστοις, ὑπὲρ Ἱπποκράτους, ἐν οἷς αὐτοὶ σφαλλόμενοι κατηγοροῦσι τοῦ κατορθοῦντος, οὐκ ὀκνήσω προσθεῖναι καὶ τοῦτο. δυοῖν οὖν ὄντων πραγμάτων, ὅλῳ τῷ γένει κεχωρισμένων, εἴ γε δὴ τὸ ποιοῦν τοῦ ποιουμένου τῷ γένει διενήνοχεν, αἱ μὲν τρίψεις ἐκ τῶν ποιούντων εἰσὶν, αἱ δ' ὑπ' αὐτῶν ἀποτελούμεναι κατὰ τὸ σῶμα θ' ἡμῶν διαθέσεις, ἐκ τῶν ποιουμένων. ὥστε καὶ τὰς ἐναντιότητας ἀναγκαῖον, ἑτέρας μὲν, ἐν τῷ
B τῶν τρίψεων, ἑτέρας δ' ἐν τῷ τῶν διαθέσεων γένει ὑπάρχειν. ἐν μὲν τῷ τῶν τρίψεων, τήν τε μαλακὴν, καὶ τὴν σκληρὰν, καὶ τὴν πολλὴν, καὶ τὴν ὀλίγην. ἐν δὲ τῷ τῶν διαθέσεων, τήν θ' οἷον δέσιν τε καὶ λύσιν τῶν σωμάτων, καὶ τὴν ἰσχνότητα, καὶ σάρκωσιν. ἡ μὲν οὖν προτέρα τῶν διαθέσεων ἐναντίωσις, ὑπὸ τῆς προτέρας κατὰ τὰς τρίψεις ἐναντιώσεως γίγνεται, ἡ δὲ δευτέρα, οὐκέτι. συμβαίνει γὰρ ἐπ' αὐτῆς, τὴν μὲν ἰσχνότητα, πρὸς τῆς πολλῆς γίγνεσθαι τρίψεως, τὴν δ' ἀνάθρεψιν ὑπὸ τῆς μετρίας. ἡ γὰρ ὀλίγη σαρκοῦν οὐδέπω δυνατὴ, διότι δεῖται μὲν τὸ σαρκωθησό-
C μενον, αἵματος προσθέσεως συμμέτρου, καὶ δυνάμεως εὐρώστου. καὶ ταῦτα ἄμφω καλῶς αὐτῷ πρὸς τῆς συμμέτρου γὰρ τρίψεως, οὐδέτερον δὲ ἱκανῶς, οὐδ' αὔταρκες ἐπὶ τῆς ὀλίγης. ἐπεὶ τοίνυν οὐ συνέβαινον ἐς ταὐτὸν αἱ τῶν τρίψεων ἐναντιώσεις ταῖς τῶν διαθέσεων, ἠνάγκαζε δ' αὐτὸν ἡ τῆς βραχυλόγου διδασκαλίας ἰδέα, δι' ἐναντιώσεων ἀφορίσασθαι τὸν λόγον, ἐπὶ τὴν χρησιμωτέραν ἐναντίωσιν ἀφικόμενος ὑπερέβη τῆς ἀχρηστοτέρας. χρησιμωτέρα δέ ἐστιν ἡ κατὰ τὰς διαθέσεις, τῆς κατὰ τὰς τρίψεις. ἑνὶ μὲν καὶ πρώτῳ λόγῳ, τῷ κατὰ τὸ τέλος τῆς τέχνης. ἐστοχασμέναι γάρ εἰσιν αἱ τρίψεις τῆς τοῦ σώματος
D διαθέσεως, ὡς τέλους. ἀεὶ γὰρ τὸ τέλος τοῦ πρὸ αὐτοῦ, κυριώτερον, ὅσῳ γὰρ τοῦ διά τι γιγνομένου, τὸ δι' ὃ γίγνεται. δευτέρῳ δὲ λόγῳ, ἕνεκεν τῆς σαφηνείας. ἐκ μὲν γὰρ τοῦ μαθεῖν ἡμᾶς τὰ τῆς πολλῆς, καὶ τὰ τῆς μετρίας ἀνατρίψεως ἔργα, ῥᾷστόν ἐστιν ἐπινοῆσαι τὰ τῆς ὀλίγης. οὐ μὴν θ' ὁμοίως δ' εὐσυνόπτος ἡ τῆς συμμέτρου τρίψεως δύναμις. οὐ μὴν ἀλλὰ καὶ τρίτον τῷδε τῷ λόγῳ κάλλιστα ὁ Ἱπποκράτης εὑρίσκοιτο διδάσκων περὶ τρίψεως. ἡγεῖσθαι μὲν γὰρ χρὴ τὴν τῶν ἐναργῶς ἀποτελουμένων διδασκαλίαν, ἕπεσθαι δὲ τὴν τῶν ἀμυδρῶς. εἴτε γράφοι τις περὶ αὐτῶν ῥητῶς, εἴτε τοῖς ἀναγινώσκου-
E σιν ἀπολείποι. ἔστι δ' ἐναργὲς μὲν τὸ τῆς μετρίας τρίψεως ἔργον, ἡ σάρκωσις τοῦ σώματος, οὐκ ἐναργὲς δὲ τὸ τῆς ὀλίγης. οὔτε γὰρ σαρκοῦν, οὔτ' ἰσχναίνειν, οὔθ' ὅλως οὐδὲν ἐναργὲς φαίνεται ποιεῖν, ὅτι μὴ θερμαίνειν μόνον ἐπὶ βραχύ. κοινὸν δ' ἦν ἁπάσης τρίψεως, τὸ θερμαίνειν. ὡς ἐπεὶ μήτ' ἐναργὲς ἀποτελεῖ μηδὲν, καὶ ὅ, τι φαίνεται ποιεῖν, οὐδὲ τόδε ἴδιον αὐτῆς ἐστιν, ἀλλὰ τὸ κοινὸν ἁπάσης τρίψεως, εὐλόγως παρελείφθη. τὸ μὲν οὖν ὅτι κοινὸν ἁπάσης τρίψεως ἔργον ἐστὶ τὸ θερμαίνειν, οὐκ ἄξιον Ἱπποκράτους συγγράμματος. ὁποῖον δέ τι πέφυκεν ἑκάστη τρίψις ἴδιον ἀποτελεῖν, Ἱππο-
F κράτει τε διδάσκειν ἀναγκαῖον ἦν, ἡμῖν τε μανθάνειν χρηστόν. ἀναγαγὼν γὰρ, ὥσπερ εἰς στοιχεῖά τινα, τὰς ἁπλᾶς διαφορὰς, ἅπαντα τὸν περὶ τῆς τρίψεως λόγον ἐδίδαξεν. ὅπως ἀναθρέψαις, ἢ καθαιρήσαις, ἢ μαλάξαις, ἢ σφίγξαις τὸ σῶμα. τούτοις δ' εὐθέως συνεμφαίνεται, τά τε μέσα τῶν ἔργων, καὶ τὰ κατὰ συζυγίαν ἀποτελούμενα.

μέση μὲν, ὅταν μήτε σφίγξαι τὸ σῶμα, μήτε λῦσαι, μήτε σαρκῶσαι, μήτε μειῶσαι, προαιρούμεθα· κατὰ συζυγίαν δὲ, ὅταν μὲν, εἰ οὕτως ἔτυχεν, ἅμα δῆσαι, καὶ σαρκῶσαι. τίς γὰρ οὐκ ἂν ἐπινοήσειεν, ὡς ἐπειδὰν σκληρᾷ σαρκὶ σαρκῶσαι σῶμα προαιρώμεθα, τὴν σκληρὰν ἡμῖν τρῖψιν ἅμα ποσότητι συμμέτρῳ παραληπτέον ἐστὶν, ὥσπερ κἀπειδὰν μαλακῇ, τὴν μαλακήν τε ἅμα καὶ σύμμετρον ἐν τῷ ποσῷ· καὶ κατὰ τὰς ἄλλας συζυγίας ἀνάλογον; ἃς ἔνιοι τῶν γυμναστῶν, ὡς ἴδια γράφοντες εὑρήματα, καὶ τῷ προσεγκαλεῖν Ἱπποκράτει, μεγάλως πλημμελοῦσιν. ὅτι τε τὸν πρῶτον ὑπὲρ αὐτῶν διδάξαντα δικαίου ἐπαίνου ἀποστεροῦσι, καὶ τὸ τούτου χεῖρον, ὅτι τὴν ἐκείνου γνώμην ἐς αὐτοὺς καταφέροντες, ἔτι καὶ διαβάλλειν αὐτὸν ἐπιχειροῦσιν. οὐδ' οὕτω δ' οὐδὲ καλῶς ἐπαλλάττοντες ἀλλήλαις τὰς ἁπλᾶς διαφοράς. ἐχρῆν γὰρ, οἶμαι, τόν γε κατὰ τρόπον, ἐπὶ τὰς ἐν μέρει συζυγίας ἔρχεσθαι βουλόμενον, οὔτε τὰς συμπάσας ἓξ ποιεῖν, ὥσπερ ὁ Θέων, οὔτε καταλιπεῖν τι κατὰ ταύτας ἔργον, ἢ ποιότητος, ἢ ποσότητος ἴδιον· ὥσπερ ἐπὶ μὲν τῆς μαλακῆς τε ἅμα καὶ πολλῆς, τὸ τῆς μαλακῆς. ἐπὶ δὲ τῆς σκληρᾶς τε ἅμα καὶ πολλῆς, τὸ τῆς πολλῆς ἴδιον ἐδείκνυτο παραλελοιπώς. ἀλλὰ καὶ ταῦτα προσθεῖναι, καὶ τὰς κατὰ μέρος συζυγίας ἐννέα ποιεῖν. αἱ γὰρ τρεῖς διαφοραὶ, τῶν κατὰ τὴν ποιότητα τρίψεων ἐπιπλεκόμεναι ταῖς τρισὶ διαφοραῖς τῶν κατὰ ποσότητα τρίψεων, συζυγίας ἀποτελοῦσιν ἐννέα. ἓξ μὲν τὰς ὑπὸ Θέωνος εἰρημένας, ἐν ᾗ προὐθέμην, ὀλίγον ἔμπροσθεν ῥήσει, τρεῖς δ' ἄλλας, ἃς ἐκεῖνος παρέλιπε, τὴν μέσην σκληρᾶς τε, καὶ μαλακῆς ὑπερβάς. καίτοι οὐδ' ἐπινοῆσαι δυνατόν ἐστιν, οὔτε σκληρὰν, οὔτε μαλακὴν τρῖψιν, ἄνευ τοῦ προσεπινοῆσαι τὴν σύμμετρον. ἣν εἰ ταῖς τρεῖς διαφοραῖς τῆς ποσότητος εἴπερ ἐζεύξεν, ἐννέα τὰς πάσας ἂν οὕτως ἀπειργάσατο συζυγίας τρίψεων οὐχ ἕξ. ἐκθήσομαι δὲ αὐτὰς ἐπὶ διαγράμματος, ἐν ᾧ τὸν μὲν πρότερον στίχον, ἄνωθεν κάτω, ποιοτήτων χρὴ νοεῖν. τὸ δὲ δεύτερον, ποσοτήτων.

Διάγραμμα

	ποιότητες	ποσότητες
Διάγραμμα	σκληρά	ὀλίγη
		πολλή
		σύμμετρος
	μαλακή	ὀλίγη
		πολλή
		σύμμετρος
	σύμμετρος	ὀλίγη
		πολλή
		σύμμετρος.

τῶν ἐν τούτῳ τῷ διαγράμματι γεγραμμένων ἐννέα συζυγιῶν, ἓξ τὰς πρώτας εἰπὼν ὁ Θέων, οὐκέτ' ἐμνημόνευσε τῶν ὑπολοίπων τριῶν, αὐτὸς ἑαυτῷ περιφανῶς μαχόμενος. εἴπερ γάρ ἐστι τῆς ὀλίγης, καὶ πολλῆς μέση τρῖψις, ἣν μετρίαν τε καὶ σύμμετρον ὀνομάζομεν, εἴη ἂν δηλονότι καὶ σκληρᾶς καὶ μαλακῆς ἑτέρα τις μέση, σύμμετρός τε καὶ μετρία προσαγορευομένη. μεμνῆσθαι δὲ ἡμᾶς χρὴ παρὰ πάντα τὸν λόγον, ὡς πάντα ταῦτα κατὰ τὸ πρός τι λέγεται. καὶ γὰρ ἡ σκληρὰ τῷδέ τινι, μαλακὴ γένοιτ' ἂν ἑτέρῳ τινὶ, καὶ ἡ σύμμετρος, ἀσύμμετρος, ἥ τ' ὀλίγη, πολλὴ, καὶ ἡ πολλὴ τῷδέ τινι, τοῖς ἄλλως πως διακειμένοις, ὀλίγη. τοῦτο μὲν δὴ καὶ ὁ Θέων βούλεται. καὶ οὐκ ἔστιν ὅς τις ὑπερβὰς τὴν σύμμετρον ἐν ποιότητι τρῖψιν, οὐ μικρῶς ἁμαρτάνει. καί μοι δοκεῖ περιπεσεῖν ὁ Θέων αὐτῷ, διότι παραλέλειπται κατὰ τὴν Ἱπποκράτους ῥῆσιν.

A Media quidem, quum nec ligare corpus, nec soluere, nec carnem augere, nec minuere studemus; quæ verò per coniugationem, quum, verbi gratia, pariter colligare, & carnem addere. Quis enim non videat, quum duram carnem adiicere corpori volumus, frictionem duram, vnà cum mediocri modo esse petendam; veluti quum mollem addere studemus, frictionem mollem, & quantitate mediocrem adhibendam, & per alias coniugationes ad proportionem? Quas nonnulli gymnastarum, tanquam sua ipsorum inuenta tradentes, dum Hippocratem accusant, B ipsi vehementer delinquunt, & quòd eum, qui de his primùm præcepit, merita laude fraudant, & quòd, quum eius inuenta sibi tribuant, etiam (quod atrocius multò est) calumniari hominem non dubitant. Accedit quòd nec simplices differentias aptè inter se alternant; decuerat enim (arbitror) eum, qui rectè ad particulares coniugationes descendere voluit, nec vniuersas senario numero comprehendere, veluti Theon facit, nec aliquod earum proprium, vel quantitatis, vel qualitatis opus omittere, quemadmodum in mollis simul & multæ, opus mollis, in duræ simul & multæ, effectum multæ prætermisisse eum ostendimus; sed has quoque adiecisse, & particulares C coniugationes nouem fecisse. Quippe tres, quæ à qualitate frictionum sumentur differentiæ, si eas tribus, quæ à quantitate ducuntur, iunxeris, nouem coniugationes effeceris; sex, quæ à Theone sunt positæ in iis, quæ paulò supra memoraui verbis, & tres, quæ ab eo sunt prætermissæ, dum mediam mollis, duræque omisit; quanquam ne intelligere quidem, neque mollem frictionem, neque duram fas est, vt non simul intelligatur, & mediocris. Cui si tres quantitatis differentias iunxisset, nouem ita vniuersas frictionum differentias D effecisset, non sex. Eas ipse nunc in descriptione exponam, in qua duorum versuum, qui supernè deorsum pinguntur, priorem qualitatum intelligi volo: secundum quantitatum.

	Qualitates	Quantitates
Figura	Dura	Pauca
		Multa
		Mediocris
	Mollis	Pauca
		Multa
		Mediocris
	Mediocris	Pauca
		Multa
		Mediocris.

E Nouem harum, quas descriptio complectitur, coniugationum, quum Theon sex primas tradidisset, reliquarum trium certè non meminit, ipse secum manifestissimè pugnans. Si enim paucæ, ac multæ media quædam est, quam mediocrem vocamus, etiam mollis duræque altera certè media erit, quam mediocrem moderatámque appelles. Sanè meminisse per omnem sermonem conuenit, hæc omnia in respectu collationéque dici; quando, quæ huic dura est, alteri pro molli sit; & quæ mediocris, F immodica; & quæ pauca, multa; & quæ alij multa est, aliter quodammodo affecto sit pauca. Hoc verò & Theon fatetur; nec fieri sanè potest, vt qui mediocrem in qualitate frictionem præterit, non longè aberret. Ac mihi quidem videtur Theon inde adeo in hunc errorem lapsus, quòd Hippocrates de ea frictione subticuit;

adeo,

A adeo, vt hinc deprehendatur, nihil proprium, & suum de frictione Theon protulisse, sed perperam Hippocratis inuenta tractasse. Non enim à pueris statim orsus, & sub præceptore, senis scripta perlegit; quum fateatur ipse primùm athletam se fuisse, deinde hoc exercitio deposito, ad Gymnasticen se contulisse. Atque hæc medius fidius non quò hominem vituperem, apposui, quem alioqui inter primos Gymnastas censeo, sed quò ista lecturos doceam, haud facile esse veterum libros intelligentia consequi, si desint, qui ea curiosè enarrent. Nam B quòd ex priscæ breuitatis dignitate fuerit duræ mollisque frictionis mediam silentio præterire in ipsa enarrationis serie, id ante à nobis iam dictum est. Quòd autem talia à nobis præteriri non debeant, id quoque & ostensum priùs est, & nunc nihilo secius ostendetur. Si enim tam mollis frictio, quàm dura, in respectu collationéque non solùm subsistentiam, sed etiam intelligentiam sui habet, etiam mediocrem in simili respectu collationéque constitui necesse est. Finge ergo tale esse corpus, quale propositi nobis in hoc libro pueri esse præsumpsimus, sanum prorsus, & omnis C excessus medium, ita, vt neque molliorem hunc effectum velimus, neque duriorem, sed ne carnis eius modo adiectum quicquam, detractúmve: num igitur ita se habenti corpori, aut duram, aut mollem frictionem admouebimus, aut etiam multam, aut mediocrem? Ego planè quamlibet harum inutilem censeo; quippe quum à dura durius, à molli mollius, à multa gracilius, à mediocri crassius reddetur; quorum nullo ei est opus, imò pristinam potius mediocritatem ad vnguem seruari. Quare neque duriter id, neque molliter (neque multis frictionibus, neque quantitate mediocribus, sed paucis, & qua- D litate mediocribus) infricabimus, nihil vltra moliti, quàm vt ad exercitandum præparemus, ac rursus quum iam satis exercitatum sit, apotherapia curemus. Vocetur autem nobis, sicuti recentibus Gymnastarum, Apotherapia, ea frictionum pars, quæ post exercitationem adhibetur. Sanè Theon nullam ex iis quas protulit coniugationibus, eiusmodi corporis naturæ accommodare potest, quum sex in vniuersum nominauit, priores tres, mollis; reliquas verò tres duræ, & neque mollium cuiusquam eiusmodi corpus egeat, neque durarum, sed eius, quæ ha- E rum media sit, quam scilicet mediocrem in qualitate dixisse par est. Liquidóque patere iam arbitror, quantopere lapsus Theon sit, mediam duræ mollisque præteriens. Siquidem ad optimum statum corporis nullam harum, quas protulit, coniugationum, accommodare fas est, nec quum integra planè valetudine corpus fruitur, nec etiam, sicubi corrigi postulat. Quippe vbi planè valet, sola præparatoria frictione eget; quam exiguam, ac mollis duræque mediam esse ostendimus. Vbi iusto gracilius crassiúsve effectum est, non tamen in qualitate alterata caro F quicquam est, sed planè mollis, ac duræ medium modum seruat, si quidem emaciare studemus, & multam, & qualitate mediocrem adhibemus: si carnem augere, paucam simul & mediocrem in qualitate. Has tres coniugationes vltimo loco post sex, in descriptione exposui, hoc consilio vt omnes eas à Theone prætermissas, indicarem.

A ὥστε κἀκ τούτου καταφωρὸν γίγνεσθαι τὸν ἄνδρα, μηδὲν μὲν ἴδιον ὑπὲρ τρίψεως ἐξευρηκότα, τὰ δ' Ἱπποκράτους, οὐκ ὀρθῶς μεταχειριζόμενον. οὐ γὰρ ἀνέγνω τὰ συγγράμματα τῶν παλαιῶν, παρὰ διδασκάλοις, εὐθὺς ἐκ παίδων ὁρμώμενος. ὁμολογεῖ γοῦν αὐτὸς ἀθλητὴς γενέσθαι τὰ πρῶτα, καταλύσας δὲ τὴν ἄσκησιν, ἐπὶ τὴν γυμναστικὴν ἀφίκετο τέχνην. καὶ ταῦτα, μὰ τοὺς θεοὺς, οὐχ ὑπὲρ τοῦ ψέξαι τὸν ἄνδρα προεθέμην εἰπεῖν· ἀποδέχομαι γὰρ αὐτὸν οὐδενὸς ἧττον τῶν ἀρίστων γυμναστῶν, ἀλλ' ὑπὲρ τοῦ τοῖς ἀναγνωσομένοις τήνδε τὴν πραγματείαν, ἐνδείξασθαι τὸ μὴ ῥᾴδιον εἶναι παρακολουθεῖν βιβλίοις B παλαιοῖς, ἄνευ τῶν ἐπιμελῶς ἐξηγουμένων αὐτά. διότι μὲν γὰρ ἔπρεπε βραχυλογίᾳ παλαιᾷ, τὴν μέσην σκληρᾶς τε καὶ μαλακῆς ὑπερβῆναι τρῖψιν, ἔν γε τῇ τῆς λέξεως ἑρμηνείᾳ, ἔμπροσθεν εἴρηταί μοι. διότι δ' ἡμᾶς οὐ χρὴ παρορᾶν τά γε τοιαῦτα, καὶ πρόσθεν μὲν ἐπέδειξα, καὶ νῦν οὐδὲν ἧττον ἐπιδείξω. εἴπερ γὰρ ἡ μαλακὴ, καὶ ἡ σκληρὰ τρῖψις ἐν τῷ πρός τι, τήν θ' ὕπαρξιν ἔχουσι καὶ τὴν νόησιν, ἀνάγκη καὶ τὴν σύμμετρον ἐν τῷ πρός τι συνίστασθαι. ὑπόθου δή μοι σῶμα τοιοῦτον, οἷον καὶ τὸ τοῦ παιδὸς ὑπεθέμεθα, τοῦ προκειμένου. κατὰ τόνδε τὸν λόγον, ἀκριβῶς ὑγιαῖνόν τε καὶ σύμμετρον πάντη, ὡς μήτε μαλακώτερον ἐθέλειν ἡμᾶς C αὐτὸ, μήτε σκληρότερον ἐργάσασθαι, μήτε προσθεῖναί τι τῇ σαρκώσει, μήτ' ἀφελεῖν. ἆρ' οὖν ἐπὶ τοῦ τοιούτου σώματος, ἢ τὴν σκληρὰν τρῖψιν, ἢ τὴν μαλακὴν προσοίσομεν, ἢ τὴν πολλὴν, ἢ τὴν μετρίαν; ἐγὼ μὲν οὐδαμῶς ἡγοῦμαι συμφέρειν. ὑπὸ μὲν γὰρ τῆς σκληρᾶς, σκληρότερον· ὑπὸ δὲ τῆς μαλακῆς, μαλακώτερον. ὥσπερ γε καὶ ὑπὸ μὲν τῆς πολλῆς, ἰσχνότερον· ὑπὸ δὲ τῆς μετρίας, παχύτερον ἀπεργασθήσεται τὸ τοιοῦτον σῶμα. χρὴ δ' οὐδὲν τούτων, ἀλλὰ τὴν ἀρχαίαν ἀκριβῶς αὐτῷ φυλάττεσθαι συμμετρίαν. ὥστε οὔτε σκληρῶς, οὔτε μαλακῶς αὐτὸ τρίψομεν. οὔτε πολλαῖς, οὔτε ὀλίγαις, ἀλλὰ μετρίαις ἀνατρίψεσιν αὐτὸ D τρίψομεν. οὐδὲν πλέον ἐργαζόμενοι, τοῦ παρασκευάζειν τε πρὸς τὰ γυμνάσια, καὶ αὖθις ἀποθεραπεύειν, ἐπειδὰν ἱκανῶς γυμνάσηται. καλείσθω γὰρ οὕτω δὴ καὶ ἡμῖν, ὥσπερ καὶ τοῖς νεωτέροις γυμνασταῖς, ἀποθεραπεία, τὸ μετὰ τὰ γυμνάσια μέρος τῆς τρίψεως. ὁ δέ γε Θέων οὐδεμίαν, ὧν εἶπε κατὰ τὰς τρίψεις συζυγιῶν, ἐφαρμόσαι δύναται τῇ τοιαύτῃ φύσει τοῦ σώματος· ἓξ εἰπὼν τὰς πάσας, τρεῖς μὲν τὰς πρώτας τῆς μαλακῆς, ἑτέρας δὲ τρεῖς τῆς σκληρᾶς· οὔτε δὲ τῶν μαλακῶν οὐδὲ μιᾶς τὸ τοιοῦτον σῶμα φαίνεται δεόμενον, οὔτε τῶν σκληρῶν, ἀλλὰ τῆς τούτων ἀμφοτέρων μέσης, ἣν E σύμμετρον ὀνομάζειν χρὴ κατὰ ποιότητα. καὶ δῆλον ἤδη γέγονεν ἡλίκον ὁ Θέων ἔσφαλται, τὴν μέσην σκληροτέρας, καὶ μαλακῆς ὑπερβὰς τρῖψιν. ἐπὶ γοῦν τῆς ἀρίστης κατασκευῆς τοῦ σώματος, οὐδεμίαν ὧν εἶπε συζυγιῶν ἐφαρμόσαι δυνατὸν, οὔθ' ὑγιαίνοντος ἀκριβῶς, οὔτ' ἐπανορθώσεως δεομένου τοῦ τοιούτου σώματος. εἰ μὲν γὰρ ἀκριβῶς ὑγιαίνει, μόνης τῆς παρασκευαστικῆς δεῖται τρίψεως, ἣν ὀλίγην τε ἅμα καὶ μέσην σκληρᾶς καὶ μαλακῆς ἐδείξαμεν ὑπάρχειν. εἰ δ' ἤτοι τοῦ δέοντος ἰσχνότερον, ἢ παχύτερον γένοιτό ποτε, μὴ μέντοι κατὰ ποιότητα τῆς σαρκὸς ὑπαλλαγείη μηδὲν, εἰς τὸ μέ- F σον δ' ἀκριβῶς φυλάττοιτο μαλακοῦ τε καὶ σκληροῦ, τηνικαῦτα, τὴν πολλὴν μὲν ἅμα, καὶ σύμμετρον ἐν ποιότητι προσοίσομεν, ἰσχναίνειν βουλόμενοι. σαρκοῦν δὲ τὴν ὀλίγην τε ἅμα καὶ σύμμετρον κατὰ ποιότητα. ταύτας τὰς τρεῖς συζυγίας, ὑστάτας ἐπὶ ταῖς ἓξ ὀλίγον ἔμπροσθεν ἐξεθέμην ἐν τῷ διαγράμματι, δηλῶν ὡς ἁπάσας αὐτὰς ὁ Θέων παρέλιπεν.

ἐπεὶ τοίνυν οὐ μόνον ὅτι παρέλιπεν, ἀλλὰ καὶ ὅτι χρησιμωτάτας ὑπαρχούσας ὁ λόγος ἀπέδειξεν, ἑξῆς ἂν εἴη καιρὸς ἐπὶ τὰ ὀλίγον ἔμπροσθεν ἀναβληθέντα ἰέναι· καὶ πρῶτόν γε ὡς ἡ κατὰ τὰ στοιχεῖα τῶν πραγμάτων διδασκαλία, χρησιμωτέρα τῶν ἄλλων ἐστίν· εὐσύνοπτόν τε γὰρ ἐργάζεται τὸ πᾶν πρᾶγμα, καὶ τῇ μνήμῃ παρατιθέμενον, εἰς ἀνάμνησίν τε ῥᾳδίως ἐρχόμενον, ἁπάντων τε τῶν κατὰ μέρος ἐπιδέξιον χρῆσιν ἑτοίμως ἐνδεικνύμενον, ὡς ἂν εἰς ὀλίγα καὶ ὡρισμένα στοιχεῖα τῆς διαφορᾶς γιγνομένης αὐτῶν. τίς γὰρ οὐκ ἂν ἐξεύροι ῥᾳδίως πάσας τὰς κατὰ μέρος ἐν ταῖς τρίψεσι διαφοράς τε καὶ χρείας καὶ δυνάμεις, εἰ μόνον ἅπαξ ἐκμαθὼν τὴν γνώμην τοῦ παλαιοῦ, μετὰ ταῦτα πρόχειρον ἔχοι τῇ μνήμῃ, τὴν ῥῆσιν αὐτοῦ; δι' ἧς ἡμᾶς ἐδίδαξεν, ὡς δῆσαι μὲν ἡ σκληρά, λῦσαι δὲ ἡ μαλακή, μινυθῆσαι δὲ ἡ πολλή, σαρκῶσαι δ' ἡ μετρία δύναται τρίψις. ἐκ γὰρ τοῦ ταῦτα νοῆσαί τε καὶ μνημονεῦσαι, πρώτας μὲν τὰς ἐν τῇ ῥήσει παραλειφθείσας διαφορὰς εὑρήσομεν. εἶθ' ἑξῆς ἐπιπλέκοντες ἀλλήλαις ἁπάσας, ἐννέα συζυγίας ἀπεργασόμεθα. τὰς ὀλίγον ἔμπροσθεν ἐπὶ τοῦ διαγράμματος ἐγκειμένας, ἃς οὔθ' εὑρεῖν, οὔτε μνημονεῦσαι δυνατόν, ἄνευ τοῦ προηγήσασθαι τὴν στοιχειώδη διδασκαλίαν, ἣν Ἱπποκράτης ἐποιήσατο, σύμπαντα τὸν περὶ τῆς τρίψεως λόγον, εἰς τὰς πρώτας ἀρχὰς ἀναγαγών, ἐξ ὧν ἀκριβῶς εὑρημένων, οὐ μόνον τὰ νῦν εὑρημένα παραγίγνοιτο ἂν ἡμῖν, ἀλλὰ καὶ τὸ κρίνειν ἁπάσας τὰς μοχθηρὰς διδασκαλίας. ἴδιον γὰρ μάλιστα μεθόδου τοῦτο, τὸ διὰ βραχείας ἀρχῆς στοιχειώδους, ἐπὶ τὰ πάντα δύνασθαι τὰ κατὰ μέρος ἰέναι, καὶ κρίνειν ἅπαντα τὰ μοχθηρῶς εἰρημένα, καθάπερ κανόνι τινὶ τοῖς ἐπιστημονικοῖς θεωρήμασι τὰς οὐκ ὀρθὰς δόξας δοκιμάζοντα. περὶ μὲν δὴ τοῦ μήτ' ἄλλον τινὰ περὶ τρίψεως ὀρθῶς ἐγνωκέναι, μήτε τὸν γυμναστὴν Θέωνα, καίτοι τῶν ἄλλων κάλλιον ὑπὲρ αὐτῆς ἀποφηνάμενον, ἀλλ' Ἱπποκράτης τε καὶ ὅσοι τούτῳ παρηκολούθησαν, ἱκανὰ καὶ ταῦτα.

A Quoniam igitur non solùm prætermissas ab eo, sed etiam vtilissimas easdem prætermissas, disputatio nostra docuit, deinceps tempestiuum arbitror ad ea, quæ paulò ante distulimus, reuerti; ac primum illud, quòd doctrina ea, quæ per rerum elementa traditur, cæteris sit vtilior; quippe quæ, & sub compendium rem omnem cogit, & memoriæ affigit, & reminiscentiæ facilè suggerit, ac omnium, quæ sigillatim agentur, rectum vsum promptè suppeditat, ceu ad pauca, & certa elementa referens. Quis enim non facilè membratim frictionum differentias, vsum, ac vires inueniat, si semel in-B tellecta senis sententia, postea dictionem eius memoriter teneat? qua videlicet docet constringere quidem frictionem duram, soluere mollem, corpus adimere multam, augere mediocrem posse. Ex horum nanque notitia, ac memoria primum sanè, quæ omissæ in verborum contextu sunt, differentias inuenies; mox omnibus inter se complicatis, nouem coniugationes efficies, quas paulò supra descriptione sumus complexi; quas neque inuenisse, neque memoria tenuisse promptum sit, nisi, quam Hippocrates tradidit, elementaris doctrina præ-C cesserit, omnium frictionum ratione in prima principia reducta. Ex quibus prorsus inuentis non ea modò, quæ nunc sunt inuenta, nobis suppeterent, sed etiam omnem corruptam doctrinam iudicandi facultas superesset. Quippe id methodi proprium maximè est, vt ex paruo elementari principio ad singula membratim peruenire possit; tum, quicquid perperam est dictum, scientificis id theorematis, veluti regula quapiam, possis iudicare, peruersas opiniones examinans. Quòd igitur neque alius quispiam rectè de frictione sensit, neque Theon ipse gymnastes (tametsi eruditius cæteris de ea lo-D cutus) sed Hippocrates, & qui eum sunt secuti, satis hæc sunt.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ε'.

Περὶ τοῦ σημαινομένου τῶν ὀνομάτων οἷς αἱ τῶν ἀνατρίψεων διαφοραί τε καὶ διαθέσεις ὑπ' αὐτῶν ἀποτελούμεναι, ἐξηγοῦνται.

ΛΕίποιτο δ' ἂν ἔτι τῶν ἀναβληθέντων, ὑπὲρ τῶν ὀνομάτων εἰπεῖν, ἵνα μή τις ὑπὸ τοῦ πλήθους αὐτῶν ἐξαπατώμενος, ἰσαρίθμους οἰηθῇ τὰς διαθέσεις ὑπάρχειν ταῖς προσηγορίαις. τὸ μὲν γὰρ σκληρὸν ὄνομα, κυρίως ἐπιφέρεται, κατά τινος μιᾶς τοῦ σώματος διαθέσεως, ἣν οὐδ' ἐξηγεῖσθαι διὰ πολλῶν ὁποία τίς ἐστι δεόμεθα, πάντων ἀνθρώπων ὑπὸ τῆς φωνῆς ποδηγουμένων ἐπὶ τὸ πρᾶγμα. κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν τρόπον καὶ τὸ μαλακόν. τὸ δ' ἀραιὸν καὶ τὸ πυκνόν, οὐκέθ' ὁμοίως ἐναργῶς σημαίνει τὰς διαθέσεις τοῦ σώματος. ὅτι διττή τις ἡ τῶν ὀνομάτων χρῆσις ἐγένετο, κυρίως μὲν ὀνομαζόντων ἑτέρα, καταχρωμένων δ', ἑτέρα. τὸ μὲν οὖν κυρίως ἀραιόν ἐστι, τὸ μεγάλοις διαλαμβανόμενον πόροις, ὥσπερ γε καὶ πυκνόν, τὸ μικροῖς. τὸ δ' ἐκ μεταφορᾶς, ἢ καταχρήσεως, ἢ ὅπως ἂν ἐθέλῃς ὀνομάζειν, καὶ κατὰ τοῦ κεχυμένου τε καὶ πεπιλημένου λέγεται. κατὰ τοῦτο γοῦν, ἔστιν ὅτε τὸν μὲν ἀέρα καὶ τὸ πῦρ, ἀραιά, τὸ δ' ὕδωρ καὶ τὴν γῆν,

CAPVT V.

De nominum significatione quibus frictionum differentiæ, & affectus qui ab eis fiunt, explicantur.

SVperest ex iis quæ ad hunc locum distulimus, vt de nominibus ipsis disseramus, E ne quis eorum numero deceptus, pares numero affectus cum ipsis appellationibus existimet. Duri enim vocabulum de quadam corporis affectione propriè dicitur, quam nec interpretari quidem qualis sit, pluribus est opus, nemine, vel ex voce ipsa non ad rei notitiam perducto. Ad eundem modum, & mollis vocabulum. At rari & densi vocabula non perinde euidenter ipsos corporis affectus significant, propterea quòd duplex eorum nominum vsus obseruatur, alter eorum qui propriè loquuntur, alter abutentium. Ac propriè qui-F dem rarum accipimus, quod meatus magnos per totum obtinet; sicuti è diuerso densum, quod eosdem paruos; at per metaphoram, siue abusum, siue quocunque alio genere appellasse libet, de laxo coactóque hæc ipsa vocabula dici audias; hac enim ratione, & aërem, & ignem aliquando raros dicimus, aquam, & terram densas; ad

ad elementa scilicet ipsa translatis appellationibus; quæ tamen, & vnita sunt, & ex similaribus natura partibus constant, nec vllos eiusmodi meatus obtinent. Multò his longiùs à proprietate recesserunt illa, quæ per metaphoram ambo sunt dicta, nempe constrictum, & colligatum. Illud de denso, & duro, modò quidem vtroque seorsum existente, modò in idem conueniente; hoc rursus de iisdem dicimus, non tamen eadem metaphora. Nam quoniam omnia, quæ colligata sunt, eadem ad motum impedita sunt, ita nimirum nominarunt, & quæ ob siccitatem aliquam, frigus, phlegmonem, scirrhum, tensionem, repletionem, aut pondus, ægrè mouentur. Eandem ob causam, & contrariis nominibus in contrariis affectibus vtuntur, remitti, aut resolui, aut laxari dicentes. Oportet autem non nominum inspicere numerum, sed affectuum genera duplicia in totum esse existimare, alterum, quod in similiaribus ipsis obseruatur, de quo molle, durúmve dicitur; alterum, quod in instrumentalibus meatuum ratione consistit, quod densum esse, vel rarum dicitur. Hi nanque corporum ipsorum proprij affectus sunt; ascititij verò, & (vt ita dicam) temporarij, quòd aliàs meatus ipsi superuacuo humore impleantur, aliàs sint mundi; & modò patentes, modò conniuentes.

A πυκνὰ λεγόμενα. ἐπ' αὐτὰ τὰ στοιχεῖα τὰς εἰρημένας προσηγορίας ἐπιφέροντες, ἡνωμένα τε καὶ ὁμοιομερῆ τὴν φύσιν ὑπάρχοντα, καὶ μηδενὶ διαλαμβανόμενα πόρῳ. πολὺ δὲ δὴ τούτων ἔτι μᾶλλον ἀποκεχώρηκε τοῦ κυρίως ὀνομάζεσθαι τό τε ἐσφιγμένον καὶ τὸ δεδεμένον, ἐκ μεταφορᾶς ἄμφω λεγόμενα, τὸ μὲν ἐσφιγμένον, ἐπί τε τοῦ πυκνοῦ καὶ τοῦ σκληροῦ, ποτὲ μὲν, ἑκατέρου κατὰ μόνας ὑπάρχοντος. ἔστιν ὅτε δ' εἰς ταὐτὸν ἀφιγμένου. τὸ δ' αὖ δεδεμένον, ἐπὶ τῶν αὐτῶν μὲν, ἀλλ' οὐκ ἐκ τῆς αὐτῆς μεταφορᾶς. ἐπειδὴ γὰρ ἅπαντα τὰ δεδεμένα, δυσκίνητά εἰσιν, οὕτως ὀνομάζουσι καὶ τὰ διὰ ξηρότητά τινα, ἢ ψύξιν, ἢ φλεγμονὴν, ἢ
B σκίρρον, ἢ τάσιν, ἢ πλήρωσιν, ἢ βάρος, ἐν δυσκινησίᾳ καθεστῶτα, διὰ δὲ τὴν αὐτὴν αἰτίαν, καὶ τοῖς ἐναντίοις χρῶνται τῶν ὀνομάτων, ἐπὶ τῶν ἐναντίων διαθέσεων, ἀνεῖσθαι λέγοντες, ἢ ἐκλελύσθαι, ἢ κεχαλάσθαι. χρὴ δὲ μὴ τῷ πλήθει τῶν ὀνομάτων προσέχειν, ἀλλ' ἡγεῖσθαι διττὰ γένη διαθέσεων ὑπάρχειν τὰ πάντα. τὸ μὲν, ἐν αὐτοῖς τοῖς ὁμοιομερέσι σώμασιν, ὅπερ ἤτοι σκληρὸν, ἢ μαλακόν ἐστι. τὸ δ' ἐν τῇ τῶν ὀργανικῶν ποροποιΐαις συνιστάμενον, ὅπερ ἤτοι πυκνὸν, ἢ ἀραιόν. αὗται γὰρ ἴδιαι τῶν σωμάτων αὐτῶν εἰσιν αἱ διαθέσεις, ἐπίκτητοι δὲ καὶ ὡς ἂν εἴποι τις, πρόσκαιροι, ποτὲ μὲν ἐμπεπλησμένων τῶν πόρων ὑγρότητος
C περιττῆς. ἔστιν ὅτε δὲ, καὶ καθαρῶν ὑπαρχόντων· καί ποτε μὲν, ἀναπεπταμένων, ἔστιν ὅτε δὲ, μεμυκότων.

CAPVT VI.

Qualis debeat esse frictio pueri temperati.

VErùm de his affectibus in sequentibus libris agemus. Nunc ad propositum redeundum; ac primùm clariùs adhuc de frictione ipsa disserendum; nempe quòd hæc ipsa interdum per se corporibus nostris commodum afferat: interdum iis, quæ commodum afferunt, ad eum sanè modum subministrat, quem Hippocrates de deligatione tradidit his verbis: *Deligatio partim ipsa sanat, partim sanantibus subseruit.* Ipsius igitur frictionis effectus sunt, & quòd rara densat, & mollia durat, dura verò hæc esse omninò postulat; præterea quòd dura mollit, & densa laxat, hæc contra mollis sit oportet. Pari modo, & quæ carnis augendæ minuendæve causa suscepta est, vtraque per se vtile aliquid corpori confert. Quæ tamen ad exercitationes corpora præparat, item, quæ post exercitationem adhibetur, hæ exercitationibus subseruiunt. Illa modicè calefaciendo tenues meatus recludit, simul excrementa, quæ caro continet, fluxilia reddens, & solidas emolliens; appellant autem hi huiusmodi frictionem, præparatoriam; Altera recuratoria appellatur, hæc cum plusculo oleo administrata, simul pinguedine humectat, & solida emollit, & quæ meatibus continentur, in halitus digerit. Verùm de hac post dicemus, quum de exercitatione egerimus. Sed præparatoria frictio in optima status natura calefaciendi corporis causa suscepta, prout supra traditum est, fiat mollis primo, mox verò exercitationem aggressuro, dura; ita nanque maximè, & mollire poterit, & ad exercitationes excitare, & corporis naturam, qualem ab initio accepit, seruare. Quòd si quid aberratum sit, ad durum id potius spectet. Nam qui breues à medio recessus sunt, ij cute tenus finiuntur, nullo interiorum alterato. Minùs

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ϛʹ.

Ὁποίαν εἶναι δεῖ τοῦ εὐκράτου παιδίου τρῖψιν.

ἈΛλὰ περὶ τῶν διαθέσεων τούτων, ἐν τοῖς ἑξῆς ὑπομνήμασιν ὁ λόγος ἔσται. νυνὶ δὲ ἐπὶ τὸ προκείμενον ἐπανιέναι χρὴ, καὶ πρότερον διορίσασθαι σαφέστερον ἔτι, περὶ τρίψεως. ὡς ἐνίοτε μὲν, αὐτὴ καθ' ἑαυτὴν ἐργάζεταί τι περὶ τοῖς σώ-
D μασιν ἡμῶν χρηστόν. ἐνίοτε δὲ τοῖς ἐργαζομένοις ὑπηρετεῖ. καθάπερ Ἱπποκράτης ἔλεγε, περὶ ἐπιδέσεως. ὡς ἐπίδεσις, τὸ μὲν, αὐτὴ ἰῆται, τὸ δὲ, τοῖς ἰωμένοις ὑπηρετεῖ. αὐτὴ μὲν οὖν ἡ τρῖψις ἐργάζεται, τά τ' ἀραιὰ πυκνὰ ποιοῦσα, καὶ τὰ μαλακὰ πυκνοῦσα. σκληρὰ δὲ εἴη πάντως, ἡ τοιάδε τρῖψις. καὶ μὲν δὴ τὰ σκληρὰ μαλάττουσα, καὶ τὰ πυκνὰ διευρύνουσα. μαλακὴ δέ ἐστιν ἡ τοιαύτη τρῖψις. οὕτω δὲ καὶ ἡ τοῦ σαρκῶσαι χάριν, ἢ τοῦ λεπτῦναι παραλαμβανομένη, καθ' ἑαυτὰς ἐργάζονταί τι χρηστὸν ἐν τοῖς σώμασιν. ἡ μέντοι παρασκευάζουσα πρὸς τὰ γυμνάσια, καὶ ἡ μετὰ ταῦτα παραλαμβανομένη, τοῖς γυμνασίοις
E ὑπηρετοῦσιν, ἡ μὲν ἐκ τοῦ θερμῆναι μετρίως, τοὺς πόρους ἀναστομοῦσα, καὶ τὰ κατὰ τὴν σάρκα περιττώματα χέουσα, καὶ τὰ στερεὰ μαλάττουσα. καλεῖται δὲ παρασκευαστικὴ τρῖψις ἡ τοιαύτη. ἡ δὲ ἑτέρα, προσαγορεύεται μὲν ἀποθεραπευτική· γινομένη δὲ μετ' ἐλαίου πλείονος, ἐπιτέγγει τε ἅμα τῷ λίπει, καὶ μαλάττει τὰ στερεὰ, καὶ διαφορεῖ τὰ ἐν τοῖς πόροις περιεχόμενα. ἀλλὰ περὶ μὲν τῆσδε καὶ αὖθις εἴπωμεν αὖ ἐφεξῆς τοῖς γυμνασίοις. ἡ μέντοι παρασκευαστικὴ τρῖψις, ἐπὶ τῆς ἀρίστης φύσεως, ἕνεκα τοῦ διαθερμῆναι τὰ σώματα παραλαμβανομένη, καθ' ὃν εἴρηται τρόπον ὀλίγον ἔμπροσθεν γιγνέσθω. μαλακὴ μὲν τὰ πρῶτα,
F προσαγόντων δὲ ἤδη τοῖς πόνοις, σκληρά. οὕτω γὰρ ἂν μάλιστα, τό τε μαλάττειν ἔχοι καὶ τὸ πρὸς τὰς ἐνεργείας ἐπεγείρειν, καὶ τὸ διαφυλάττειν ὁποίαν παρέλαβε τὴν φύσιν τοῦ σώματος. εἰ μέντοι διαμαρτάνοιτο κατά τι, πρὸς τὸ σκληρὸν ἐκτρεπέσθω μᾶλλον. αἱ γὰρ ἐπ' ὀλίγον ὑπερβολαὶ τῆς συμμετρίας, ἐν τῷ δέρματι καταπαύονται, τῶν ἐντὸς οὐδὲν ἀλλοιοῦσαι.

βλάπτοιεν δὴ ἂν ἧττον, τὸ δέρμα, πρὸς τὸ σκληρόν τε καὶ πυκνὸν ἐκτετραμμέναι. οὕτως γὰρ ἂν εἴη δυσπαθέστερον, ὡς εἴ γε καὶ διαπνεῖσθαι τὸ τοιοῦτον καλῶς ἠδύνατο, σκληρότατον αὐτὸ καὶ πυκνότατον ἀπειργαζόμεθα. νυνὶ δὲ, ἐπεὶ πρὸς ἄμφω χρὴ παρεσκευάσθαι καλῶς αὐτὸ καὶ πρὸς τὴν τῶν ἔνδοθεν περιττωμάτων διαπνοὴν, καὶ πρὸς τὴν τῶν ἔξωθεν ὁμιλούντων βίαν, ἄριστον ἂν εἴη τὸ μέσον ἑκατέρων τῶν ὑπερβολῶν. εἰ δὴ ἄρα ποτὲ μὴ φυλάττοιτο τοῦτο, βέλτιον τὸ σκληρότερόν τε καὶ πυκνότερον, τοῦ μαλακωτέρου καὶ ἀραιοτέρου. τὸ μὲν γὰρ τῆς διαπνοῆς ἐλλιπὲς, ἐπανορθώσασθαι γυμνασίοις οἷόν τε. τὸ δὲ τῆς ἑτέρας διαθέσεως, εὐεπηρέαστον ὑπὸ τῶν ἔξωθεν αἰτίων, οὔτ' ἐπανόρθωσίν τινα ἑτέραν ἑτοίμην ἔχει, καὶ πρόσεστιν αὐτῷ βλάβη τις οὐ σμικρὰ, διαφορουμένων πολλάκις, οὐ τῶν περιττωμάτων μόνον, ἀλλὰ καὶ αὐτῆς τῆς τροφῆς. ἐν μὲν δὴ ταῖς κατὰ ποιότητα διαφοραῖς, ἐπὶ τὸ σκληρότερον ἁμαρτάνειν χρὴ μᾶλλον, ἤπερ ἐπὶ τὸ μαλακώτερον. ἐν μέντοι ταῖς κατὰ ποσότητα, πρὸς τὸ ἔλαττον, ἐπὶ τῆς προκειμένης δηλονότι φύσεώς τε καὶ ἡλικίας. ἀεὶ γὰρ χρὴ τούτου μεμνῆσθαι κατὰ τὸν ἐνεστῶτα λόγον. αὐξάνεσθαί τε γὰρ ἔτι βουλόμεθα τὸ τοιοῦτον σῶμα, καὶ ἥκιστα ξηραίνεσθαι. τίνας μέντοι χρὴ φύσεις σωμάτων, κατὰ διαθέσεις ἐπὶ πλέον τρίβειν, αὖθις εἰρήσεται.

A verò lædetur ipsa cutis, si ad durum simul, & densum recessus à medio fint: quippe ita iniuriæ minus opportuna fiet. Adeo si transpiratio per huiusmodi cutim facilis esset, durissimam eam atq; densissimam efficeremus; nunc, quoniam ad vtrumq; munus probè esse comparatam oportet, & excrementa, quæ intus cōduntur, per halitum emittenda, & eorum quę foris accedunt vim tolerandam, vtilissimus sanè fuerit medius inter vtrũq; excessum modus, qui si quãdo fortasse non seruabitur, melior vtiq; fuerit, qui ad duriùs densiúsq; pertinebit, quã qui ad mollius laxiúsque. Nam transpirandi defectum exercitio sarcire licebit; alterius B verò affectus vitium, quod est ad externorũ iniuriam opportunitas, neq; aliàs corrigi facilè potest; affértq; præterea coniunctum incommodum non paruum, digesto subinde, non excremento modò, verùm etiam ipsius corporis nutrimento. Ergo in iis differentiis, quæ à qualitate sumuntur, aberrare satius est versus eam, quæ durior est, quã eam quæ mollior. In iis tamen, quæ à quãtitate ducuntur, in proposita saltẽ natura & ętate si quid delinquitur, versus id quod minùs est, id esto. Sẽper enim eius in præsenti disputatione meminisse oportet, augendi eiusmodi corpus, haudquaquã siccandi studium esse propositum. Quas verò corporum naturas, C affectas amplius fricandum sit, postea dicemus.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ζ'.

Περὶ χώρας καὶ καιροῦ ἐν οἷς δεῖ τοὺς παῖδας γυμνάζεσθαί τε καὶ ἀνατρίβεσθαι· καὶ περὶ τοῦ τῆς ἀνατρίψεώς τε καὶ τοῦ γυμνασίου, μέτρου.

Νυνὶ δὲ ἐπὶ τὴν ἐνεστῶσαν ὑπόθεσιν ἐπανελθόντες, ὑπὲρ τοῦ μέτρου τῆς τρίψεως ἐπισκεψόμεθα, τὸν αὐτὸν τρόπον, ὅνπερ ἀρτίως ἐπεσκεψάμεθα περὶ τῆς ποιότητος. ἔοικε δὲ κἀνταῦθα πρὶν ὁρίζειν τὸ μέτρον, ἑτέρου τινὸς ἐπιμνησθήσεσθαι σκέμματος, οὗ χωρὶς οὐδὲ τὸ μέτρον ὀρθῶς, οὔτε ὁρισθῆναι δυνατὸν, οὔτε γνωσθῆναι. τὸ δὲ δὴ σκέμμα τοῦ περιέχοντος ἀέρος τὸν τριψόμενον, ἡ κρᾶσίς ἐστιν, ἣν δεῖξαι μὲν ἐπὶ ἔργου ἐγχωρεῖ, διελθεῖν δὲ τῷ λόγῳ σαφῶς οὕτως, ὡς μηδὲν ἀπολείπεσθαι τὴν ἑρμηνείαν ἐναργοῦς ἐνδείξεως ἀμήχανόν ἐστι, καὶ ἀδύνατον παντάπασιν. ἀλλ' εἰ μὴ πολὺ λείποιτο δείξεως ἐναργοῦς ὁ λόγος, ἱκανὸν καὶ τοῦτο. προηγεῖται δὴ καὶ τῶνδε πάλιν ἑτέρα τις ὑπόθεσις, ἐν τίνι μὲν ὥρᾳ τοῦ ἔτους, ἐν τίνι δὲ χώρᾳ τῆς οἰκουμένης, ὁ γυμνασόμενος ἔσται· μόνα γὰρ ἐπ' αὐτοῦ διώρισται, τό, τε τῆς κατασκευῆς τοῦ σώματος, καὶ τὸ τῆς ἡλικίας. οὔτε δὲ ἐν ᾧ τινι τέθραπται μέρει τῆς γῆς, οὔτε ἐν ᾧ μέλλει γυμνάζεσθαι νῦν, οὔτε καθ' ἥν τινα τοῦ ἔτους τὴν ὥραν, ἢ καὶ τῆς ἡμέρας, προσδιώρισται, καίτοι παρὰ ταῦτα τὸ μέτρον τῆς τρίψεως ὑπαλλάττεται. προσδιοριστέον οὖν αὐτὰ πάλιν, εἰρημένα μὲν ἤδη δυνάμει κατὰ τὴν ἀρχὴν τοῦδε τοῦ γράμματος, οὐ μὴν τῇ γε ἑρμηνείᾳ σαφῶς δεδηλωμένα. λέγοντες γὰρ οἷον κανόνα τινὰ πρῶτον ἐκτίθεσθαι, πάντων τῶν ἐφεξῆς εἰρησομένων, τὸν ἄμεμπτον τῇ κατασκευῇ τοῦ σώματος ἄνθρωπον, ἅμα καὶ ἐν τούτῳ, καὶ τὴν χώραν αὐτοῦ διωρισάμεθα δυνάμει. οὔτε γὰρ εὐκρατότατον, οὔτε ἀμεμπτότατον τῇ κατασκευῇ γενέσθαι σῶμα δυνατὸν ἐν τοῖς ἀμέτρως κεκραμένοις χωρίοις, ὥστε ὅ, τε λόγος ὑπαγορεύει, καὶ ἡ πεῖρα δείκνυσι. ξηροὶ μὲν γὰρ καὶ ἰσχνοὶ, καὶ οἷον ἐσκελετευμένοι γίνονται κατὰ τὰς θερμὰς χώρας οἱ ἄνθρωποι. ἀνώ-

CAPVT VII.

De regione & tempore fricando & exercitando puero accommodatis, ac de mensura frictionis, & exercitij.

NVnc ad propositã materiam reuersi, de mẽsura ipsa frictionum agamus ad eundem modum, quo paulo ante de qualitate egimus. Conuenit autem hoc loco, vt priusquam mensuram de- D finiens, alterius cuiusdam quæstionis mentionem faciam, sine cuius notitia mensurã ipsam nec definiuisse rectè licet, nec nouisse. Est verò quod æstimandum cẽseo, aëris, qui fricandum corpus continebit, temperies; quam vtique in re ipsa monstrare licet, explicare oratione apertè, ita vt interpretationis euidentiæ nihil desit, planè non licet, sed est prorsus inexplicabilis. Verùm si non adeo multum orationi de rei euidentia desit, abundè fuerit. Præcedit verò hanc, & alia quædam consideratio; nempe quo anni tempore, & in quonam orbis loco exercitandum statuemus? Duo enim E hactenus de eo tantùm definita sunt, corporis status & ætas. In qua verò terræ parte, aut educatus hactenus fuerit, aut exercitandus tunc sit, aut quo anni, dieive tempore, nihil sanè constitutum est; quanquam pro harum certè cuiusque ratione, mediocritas frictionis est varianda. Ergo ad ea, quæ hactenus statuta sunt, hæc quoque definienda sunt, vtique potestate inter initia operis iam tradita, non tamen interpretationis luce clarè explicata. Dicens enim veluti regulam quãdam omnium, quæ post dicenda erant, positurum me hominem eo corporis statu de quo queri non possit, F obiter nimirum etiam regionem hominis potestate definiui; quum nec optimo temperamento, nec inculpabili constitutione vllum in iis regionibus, quæ à temperamenti modo recesserunt, gigni possit; sicuti tum ratio docet, tum experientia commonstrat. Quippe sicci, graciles, & veluti torrefacti in æstuosis tractibus homines fiunt. Rursus

fus frigidioris plagæ incolæ, inæquali temperamento vtuntur, vt quibus exteriora frigeant; inferiora, atque in his viscera, immodicè caleant. Sanè optimum corpus, de quo nunc sermo proponitur, veluti Polycleti regula est; cui in nostra regione vtpote probè temperata, non pauca similia videas. Apud Celtas verò, Scythas, Ægyptios, Arabas, ne per somnium quidem tale vnquam est vidisse. Nostræ autem regionis, quæ in latitudinem non paruam extenditur, id quod in medio habetur, optimè sanè temperatum est, cuiusmodi patria Hippocratis est; etenim ea tum hyeme, tum æstate mediocrem temperiem exhibet; vere autem, & autumno multo magis. Eiusmodi igitur locum quum corpori proposito dederis, anni quoque tempus veris medium ipsi dabis. Esto verò, & diei, in qua exercitandus à nobis primum est, maximè, quoad fieri potest, ipse meridies; quò videlicet naturalis temperamenti eius vis ab ambiente nullo pacto mutetur. Eadem exigit ratio, vt ne domus quidem, in qua exercitandus est, ipso præsertim die calidior, frigidiórve sit quàm publicus totius vrbis aër. At hyeme, atque æstate talis, vel arte præparandus est, nempe hyeme calidior, æstate frigidior, quò videlicet exacta temperie corpus frictionis tempore fruatur; quando, si iusto calidior, frigidiórve domus fuerit, in calidiore quidem sudabit priùs, quàm abundè molliatur, in frigidiore neque calefiet prorsus, nec mollietur vnquam, nec floridum ruborem ostendet, nec in tumorem attolletur. Sunt nanque duo hæc rubor, & tumor, in aëris temperie, & corporis statu temperato, mediocris frictionis notæ. Veluti enim, si calidam aquam affundas, primùm quidem corpus intumescit, si largius affundas, consistit, ideóque; & Hippocrates de his aiebat, *Primùm quidem attollitur, deinde fit gracile*: ita frictio quoque attollit quidem primum, postea contrahit, ac purgat corpus. Iis ergo qui carnis augendæ causa fricantur, tunc planè finienda frictio est, quum corpus & intumuit, & propè est vt contrahatur. Qui autem ad exercitandum iam præparantur, iis minimè id tempus expectandum, sed longè priùs desistendum à frictione est, potissimùm quum optimi temperamenti sunt, & ætate, adhuc pueri; horum nanque tum humidum corpus est, tum tenerum, ac paucis frictionibus mollescens. Præparatoriæ verò frictionis meta finísque est, vt solidæ partes molliantur, humidæ soluantur, & corporis exigui meatus laxentur. Quis verò frictionum esse debeat numerus, definire sanè oratione non est: cæterùm qui his præficitur harum rerum peritus, hic primo quidem die minus exacta exquisitáque coniectura vtetur, sequenti verò die, vbi iam experientiam aliquam naturæ illius corporis est adeptus, magis exactam certámque habebit. Quinetiam de exercitatione ipsa primo certè die mensuram ad vnguem definire non potest, sequentibus deinceps omninò potest. Sunto igitur hîc quoque notæ. Primo quidem die quum adhortanti incitantíque ad exercitandum, non perinde obsequitur, sed segniores & minùs tum frequentes, tum decentes, ac (vt semel dicam) minus valentes, tum colluctatoris sui apprehensus, tum motus obit. Porrò expedit neque paulò animosiorem esse, qui exercitatur, vt lassis iam viribus etiam exercitari aueat;

A μᾶλλον δὲ τῆς κράσεως, ὡς τὰ μὲν ἔξω, ψυχρά, τὰ δὲ ἔνδον τε καὶ κατὰ τὰ σπλάγχνα θερμότερα τοῦ προσήκοντος ἔχειν, οἱ τὴν ψυχρὰν χώραν οἰκοῦντες. τὸ δ' ἄριστον σῶμα περὶ οὗ νῦν ὁ λόγος, ὥσπερ ὁ Πολυκλείτου κανών ἐστιν· ὃ κατὰ μὲν τὴν ἡμετέραν χώραν, ὡς ἂν εὔκρατον ὑπάρχουσαν, ἐν πολλοῖς παραπλήσια σώματα. παρὰ δὲ Κελτοῖς, ἢ Σκύθαις, ἢ Αἰγυπτίοις, ἢ Ἄραψιν, οὐδ' ὄναρ ἰδεῖν ἐστι τοιοῦτον σῶμα. καὶ αὐτῆς δὲ τῆς ἡμετέρας χώρας ἱκανὸν ἐχούσης πλάτος, εὐκρατότατόν ἐστι τὸ μεσαίτατον, οἷόνπερ ὑπάρχει τὸ κατὰ τὴν Ἱπποκράτους πατρίδα· καὶ γὰρ χειμῶνος αὕτη, καὶ θέρους ἐστὶν εὔκρατος· ἔτι δὲ δὴ μᾶλ-
B λον ἦρός τε καὶ φθινοπώρου. τοιαύτην οὖν τινα χώραν ὑποθέμενοι τῷ προκειμένῳ σώματι, τὴν μὲν ὥραν τοῦ ἔτους αὐτῷ προσυποθώμεθα τὸ μεσαίτατον τοῦ ἦρος. ἔστω δὲ τῆς ἡμέρας ἐκείνης ἐν ᾗ μέλλει πρὸς ἡμῶν γυμνάζεσθαι, τὸ πρῶτον, ὡς οἷόν τε τὸ μεσαίτατον, ἵνα κατὰ μηδένα τρόπον ὑπὸ τοῦ περιέχοντος ἐξαλλαχθῇ ποτε ἡ φυσικὴ δύναμις τῆς κράσεως αὐτοῦ. διὰ δὲ τὸν αὐτὸν λογισμὸν, οὐδὲ τὸν οἶκον, ἐν ᾧ γυμνάζεσθαι μέλλει, θερμότερον, ἢ ψυχρότερον εἶναι προσήκει, κατά γε τὴν ἡμέραν ἐκείνην, τοῦ κοινοῦ τῆς πόλεως ὅλης ἀέρος. ἐν μέντοι χειμῶνι καὶ θέρει, τοιοῦτον αὐτὸν προσθετέον, ἐν μὲν χειμῶνι θερμότητα, ἐν
C δὲ τῷ θέρει ψυχρότητα. ὡς εὔκρατον ἀκριβῶς ἀποτελεσθῆναι τὸ σῶμα, κατὰ τὸν ἀποτρίψεως καιρόν. εἰ γὰρ ἤτοι θερμότερος, ἢ ψυχρότερος εἴη [illegible] τοῦ προσήκοντος, ἐν μὲν τῷ θερμοτέρῳ, φθάσει ἂν ἱδρῶσαι, πρὶν αὐτάρκως μαλαχθῆναι. κατὰ δὲ τὸν ψυχρότερον, οὐδ' ἂν ἐκθερμανθείη τὴν ἀρχήν, οὐδὲ μαλαχθείη ποτὲ καλῶς, οὐδ' ἐπανθήσει ἔρευθος εὐανθές· οὐδ' εἰς ὄγκον ἀρθείη τὸ σῶμα. ταῦτα γὰρ δὴ τὰ γνωρίσματα συμμέτρου τρίψεώς ἐστιν ἐν ἀέρι συμμέτρῳ περὶ τὴν εὔκρατον ἕξιν τοῦ σώματος, ἔρευθος καὶ ὄγκος. ὥσπερ γὰρ ἐν τῷ καταχεῖν ὕδωρ θερμὸν, εἰς ὄγκον μὲν τὸ πρῶτον ἐξαίρεται τὰ σώματα,
D πλεοναζόντων δὲ καθίσταται, καὶ διὰ τοῦθ' Ἱπποκράτης ἐπ' αὐτῶν εἶπε. τὸ μὲν γὰρ πρῶτον ἀείρεται, ἔπειτα δ' ἰσχναίνεται. οὕτως καὶ ἡ τρῖψις, ἐξαίρει μὲν πρῶτον, αὖθις δὲ συστέλλει τε, καὶ καθαίρει τὸ σῶμα. τοὺς μὲν δὴ σαρκώσεως ἕνεκα τριβομένους, τηνικαῦτα παύεσθαι προσήκει, ὅταν τὸ σῶμα πλησίον ἥκῃ τοῦ καθίστασθαι. τοὺς δ' εἰς τὰ γυμνάσια παρασκευαζομένους οὐχὶ τοῦτον ἀναμένειν τὸν καιρὸν, ἀλλὰ πολὺ πρόσθεν παύεσθαι. καὶ μάλιστα ὅταν ἀρίστην τὴν κρᾶσιν ὦσι, καὶ παῖδες ἔτι τὴν ἡλικίαν. ὑγρὰ γὰρ δὴ τούτων τὰ σώματα, καὶ μαλακὰ, καὶ βραχείαις τρίψεσι μαλαττόμενα. σκοπὸς δ' ἐστὶ καὶ τέλος τῆς
E παρασκευαστικῆς τρίψεως, τὸ μαλαχθῆναι μὲν τὰ στερεὰ, λυθῆναι δὲ τὰ ὑγρὰ, τοὺς πόρους δ' εὐρυνθῆναι. ὁπόσον δέ τι τὸ πλῆθος ἔσται τῶν ἀνατρίψεων, οὐχ οἷόν τε λόγῳ δηλῶσαι. ἀλλὰ χρὴ τὸν ἐπιστατοῦντα, τρίβωνα τῶν τοιούτων ὑπάρχοντα, κατὰ μὲν τὴν πρώτην ἡμέραν, οὐκ ἀκριβεῖ στοχασμῷ χρήσασθαι, κατὰ δὲ τὴν ἑξῆς, ἐμπειρίαν ἤδη τινὰ τῆς τοῦ σώματος ἐκείνου φύσεως ἔχοντα, τὸν στοχασμὸν ἀεὶ καὶ μᾶλλον ἐξακριβοῦν. καὶ μὲν δὴ καὶ κατὰ τὰ γυμνάσια, τῇ μὲν πρώτῃ τῶν ἡμερῶν, οὐ δυνατὸν ἀκριβῶσαι τὸ μέτρον. ἐν δὲ ταῖς μετὰ ταύτην δὲ, καὶ πάνυ δυνατόν. ἔστω δὴ κἀνταῦθα γνωρίσματα. κατὰ μὲν τὴν
F πρώτην ἡμέραν, ὅταν ἐγκελευομένῳ καὶ παρορμῶντι γυμνάσασθαι, μηκέθ' ὁμοίως ὑπακούῃ, ἀλλὰ βραδυτέρας τε, καὶ ἀραιοτέρας, καὶ ἀσθενεστέρας, καὶ τὸ σύμπαν εἰπεῖν, ἀτονωτέρας ποιῆται τάς τε λαβὰς τῶν προσπαλαιόντων, καὶ τὰς κινήσεις. εἶναι δὲ δηλονότι χρὴ τὸν γυμναζόμενον, οὔτε θυμικὸν, ὡς ἐπιπροθυμεῖσθαι γυμνάζεσθαι καμνούσης ἤδη τῆς δυνάμεως.

οὔτ' ἄθυμον, ὡς ἀπαγορεύειν ἔτι πονεῖν δυνάμενον. ἔστι δὲ δή που τοιοῦτος οὐ τὸ σῶμα μόνον, ἀλλὰ καὶ τὴν ψυχὴν, ὁ νῦν ἡμῖν ὑποκείμενος ἄνθρωπος. ὡς ὅσοι γε ψυχροὺς ἔχουσι χυμοὺς ἐν τῇ γαστρὶ περιεχομένους, ἢ κατὰ τὴν ὅλην ἕξιν ἠθροισμένους, ἀργότεροι πρὸς τὰς κινήσεις εἰσίν. ὡσαύτως δὲ, καὶ οἱ πληθωρικῶς διακείμενοι, καὶ οἱ προσφάτως κρύει καταπονηθέντες, ἄθυμοί τε εἰσὶ, καὶ ὀκνηροὶ κινεῖσθαι. καὶ τούτων ἔτι μᾶλλον ὅσοι φύσει ψυχρότεροι, καὶ πολὺ δὲ δὴ μᾶλλον, εἰ τῇ ψυχρότητι καὶ ὁ χυμὸς προσείη. οὗτοι μὲν γὰρ νοθεύουσι τὰ τοῦ μέτρου τῶν γυμνασίων γνωρίσματα. καθάπερ γε καὶ οἱ θερμότεροι τὴν κρᾶσιν, ἢ διὰ τὴν οἰκείαν φύσιν, ἢ δι' ἐπίκτητόν τινα διάθεσιν, εὔθυμοί τε εἰσὶ καὶ φιλόνεικοι, καὶ πρὸς τὰς ἐνεργείας ἕτοιμοι σφοδρότερον τοῦ δέοντος. ὅσοι δὲ μήτε τὸ σῶμα θερμότερον ἢ ψυχρότερον ἔχουσι, μήτ' ἄθυμοι τὴν ψυχήν εἰσι τὸ παράπαν, ἢ φιλόνεικοί τε, καὶ φιλότιμοι, καὶ θυμικοί, τούτοις ἀκριβῆ διαφυλάττεται τοῦ μέτρου τῶν γυμνασίων τὰ γνωρίσματα, καὶ κατὰ τὴν πρώτην μὲν ἡμέραν εὐθὺς, ἀτὰρ οὖν ἔτι δὴ καὶ μᾶλλον ἐπὶ προήκοντι τῷ χρόνῳ. εἰ γάρ τι καὶ παρέλαθε κατὰ τὴν ἀρχὴν, ἀκριβωθήσεται τῇ πείρᾳ διδαχθέν. οὕτως οὖν εἰς ἀκριβῆ στοχασμὸν ἔρχεται, καὶ τὸ τῶν σιτίων μέτρον, οὐδέπω κατ' ἀρχὰς γνωρισθῆναι δυνάμενον. ἀλλ' ἡ καθ' ἑκάστην ἡμέραν πεῖρα, καὶ μνήμη τοῦ τε ποσοῦ τῶν σιτίων τε καὶ οὐδὲν ἀργῶς ὁρῶντος καὶ τοῦ προεστῶτος, ἀλλ' ἀεὶ μεμνημένου, ὁπόσα ἔπεψεν ἐπὶ ποσοῖς δὴ γυμνασίοις τὰ ποσὰ δὴ σιτία, πλησίον ἀκριβοῦς ἐπιστήμης ἄγει τὴν διάγνωσιν τῷ χρόνῳ. ταῦτα μὲν οὖν ἤδη πρὸς ἅπαντα κοινὰ, καὶ ταῖς μοχθηροτέραις κατασκευαῖς τοῦ σώματος, ὑπὲρ ὧν οὐδέπω πρόκειται λέγειν. ἡ δ' ἀρίστη φύσις, ἡ νῦν ἡμῖν προκειμένη τὰ μέτρα πάντων εὔδηλα κέκτηται. μήτε τοῖς τῆς ψυχῆς ἤθεσι μήτε ταῖς τοῦ σώματος δυσκρασίαις, ἐπιθολοῦσά τε καὶ νοθεύουσα τῶν εἰρημένων μηδέν· ἀλλὰ καὶ τρίψεως, καὶ γυμνασίων, καὶ σιτίων, καὶ ὕπνου ἐναργῶς ἐνδεικνυμένη τὰ μέτρα. καὶ τηνικαῦτα πρῶτον ἀπαγορεύουσα πρὸς ἕκαστον, ὅταν μηκέτι δέηται, ὥστ' εἴη καὶ τοῦτο τῷ προεστῶτι τοιούτου σώματος, οὐ μικρὸν γνώρισμα μέτρου. λέγω δὲ τὴν πρὸς ἕκαστον ὧν αὖ πρᾶξαι προθυμίαν, αὐτῆς τῆς φύσεως ἑαυτῇ τὸ μέτρον ὁριζούσης ἐν ταῖς ἀρίσταις κατασκευαῖς. καὶ γὰρ ἀνατριβόμενοι τηνικαῦτα πρῶτον ἐξίασιν ἐπὶ τὸ γυμνάσιον οἱ ἄριστα πεφυκότες, ὅταν ἱκανῶς ἔχωσι μαλακότητός τε ἅμα καὶ θερμότητος ἅπαντι τῷ σώματι. καὶ γυμναζόμενοι τότε πρῶτον ὀκνήσουσιν, ὅταν αὐτάρκως γυμνασθῶσι. καὶ δὴ καὶ σιτίων καὶ πομάτων ἀφέξονται τότε πρῶτον, ὅταν ἱκανῶς ἐμπλησθῶσιν. ὡς οὐδεὶς φόβος, οὔτε ὑπερπονῆσαι τὸν τοιοῦτον ἄνθρωπον, οὔθ' ὑπερεμπλησθῆναι, ταῖς ὁρμαῖς τῆς φύσεως οἰακιζόμενον. οὔκουν οὐδὲ τοῦ προεστῶτος εἰς ἄκρον ἥκοντος ἐπιστήμης, ὁ τοιοῦτος ἄνθρωπος δεῖται. καθάπερ οἱ μετὰ ταῦτα λεχθησόμενοι πάντες, οἱ μοχθηρῶς κατεσκευασμένοι. αὐτὸ γὰρ ἑαυτῷ πάντ' ἐξευρίσκει τὸ ὑγιεινὸν σῶμα, ταῖς τῆς φύσεως ὁρμαῖς ἐπιτρεπόμενον· καὶ μάλιστα εἰ καλῶς εἴη τὰ τῆς ψυχῆς αὐτῷ πεπαιδευμένα. πολλοὶ γὰρ ἔθεσι μοχθηροῖς ἐντραφέντες, ἀκολαστότερον, ἢ ἀργότερον διαιτώμενοι, διαφθείρουσι φύσεις χρηστάς. ὥσπερ αὖ πάλιν ἔνιοι, μοχθηρῶς φύντες τὸ σῶμα, βίῳ σώφρονι, καὶ γυμνασίοις ὑγιεινοῖς, ἐπηνώρθωσαν τὰ πολλὰ τῶν ἐλαττωμάτων.

A neque ignauum, qui integris adhuc viribus laborem tamen detrectet. Est verò profectò talis non corpore modò, sed etiam animo, quem nunc educandum suscepimus: quandoquidem quibus frigidus succus in ventre continetur, aut in toto corporis habitu collectus est, ij segniores ad motionem sunt. Pari modo & qui plethorici sunt, & quos recens frigus afflixit, ij & ignaui sunt, & ad mouendum pigri. Iam his etiam magis ita sunt affecti quicunque natura frigidiores sunt; sicuti etiam his ipsis longè magis quorum frigiditati etiam humor est adiunctus; hi nanque mensuræ exercitationum notas corrumpunt. Sicuti è diuerso, B qui calidiori temperamento sunt, siue id propria naturæ sponte eueniat, siue ab ascititio quopiam affectu, hi & animosi sunt, & certaminis auidi, & ad actionem plus quàm expedit, prompti. At quibus nec corpus calidius frigidiúsve est, nec animus omninò demissus, aut contentionis gloriæve præcupidus, & ad actionem præceps, iis modi exercitationum indicia integra manent, illæsáque seruantur, & primo statim die, & multò magis procedente tempore. Si enim quid inter initia nos fugit, id experientia ipsa perceptum, ad exactam notitiam C perueniet. Non aliter & cibi modus ad certam coniecturam perducitur; qui tamen ab initio definiri nullo pacto potest, verùm quotidiana experientia, cum recordatione quantitatis tum cibi, tum exercitationum, eo etiam qui huic præficitur, nihil non sollicitè obseruante, sed semper, vt tantum ciborum post tantam exercitationem concoxit, recordante, propemodum ad exactam scientiam intellectum tempore perducit. Hæc igitur omnia etiam deficientibus ab optima constitutionibus communia sunt, de quibus agere nondum statuimus. Cæterùm optima natura, quæ hîc nobis est proposita, mensuras omnium manifestas obtinet; vt quæ nec animi mo- D ribus, nec corporis intemperie, dictorum quicquam obturbet immutétve, sed frictionis, exercitationis, ciborum, ac somni mensuras apertè indicet, ac tum primùm quodlibet horum respuat, quum eius vltra non egeat. Quare fuerit hoc quoque ei, qui tali corpori præficitur, non minimus modi index; dico autem ipsam ad singula, quæ agi debent, alacritatem, ipsâ nimirum naturâ in optimo corporis statu modum sibimet præscribente. Etenim qui optima natura sunt, & iam ad exercitationem frictione præparantur, tum demum E ad exercitandum prodibunt, quum toto iam corpore abundè emolliti, excalfactique sunt. Exercitati quoque tum primùm segniùs mouebuntur, quum satis exercitati iam fuerint. Iam à cibo, & potu primum abstinent, quum satis se impleuerint. Quare nullus in hoc homine metus est, ne quando, aut iusto plùs laboret, aut iusto plùs cibis se ingurgitet, si naturæ suæ impetus sequatur; quò fit, vt neque prorsus peritissimum sibi præfici is postulet, sicuti omnes, de quibus postea sermo erit, deterioris notæ homines: quippe sanum corpus ipsum sibi ipsi omnia inuenit proprio naturæ F suæ ductum impetu, maximè si in iis, quæ ad animum pertinent, rectè sit institutum. Nam multi in malis moribus à pueris educati, in desidia, & intemperantia viuentes, bonitatem naturæ corrumpunt, sicuti contra nonnulli vitiosam corporis naturam fortiti, temperantia vitæ, & appositis exercitiis, naturæ vitia mutarunt in melius.

Sed

A Sed de horum quidem, *tum exercitationibus*, tum operibus sequens liber totus componitur. De iis autem qui optimo corporis statu sunt, & qui sanitatis tectoribus mentem adhibent, in hoc libro agere statuimus. Ac præcedens quidem de his sermo ad exercitationum mensuram vsque est progressus. Superest ergo, vt de speciebus eius disseramus.

Ἀλλὰ περὶ τούτων μὲν γυμνασίων τε καὶ ἔργων ὁ μετὰ ταῦτα λόγος ἅπας σύγκειται. περὶ δὲ τῶν ἄριστα κατεσκευασμένων τὸ σῶμα, καὶ τῶν νοῦν προσεχόντων ἐπιστάταις ὑγιεινοῖς, ἐν τῷδε τῷ γράμματι πρόκειται διελθεῖν. ὁ μὲν οὖν ἔμπροσθεν λόγος ὑπὲρ αὐτῶν, εἰς τὸ μέτρον ἐτελεύτα τῶν γυμνασίων. ἐφεξῆς δ' ἂν εἴη καιρὸς, ὑπὲρ τῶν εἰδῶν διελθεῖν.

CAPVT VIII.

De exercitationum speciebus.

B Species exercitationum voco luctam, pancratium, pugillatum, cursum, & quæcunque cætera sunt eiusmodi quorum alia tantum exercitationes sunt, alia non exercitationes solum, sed etiam opera. Exercitationes sunt tum hæc ipsa quæ dicta modò sunt, tum præter hæc pitylisma, ecplethrisma, sciomachia, acrocheirismus, saltare, discum iacere, tum coryco, tum pila, vel parua, vel magna, & per halteres corpus fatigare. Exercitia simul, & opera sunt, fodere, remigare, arare, vites amputare, onus gestare, metere, equitare, armatum pugnare, iter facere, venari, piscari, & facere alia, quæcunque homines, vel opifices, vel non opifices in vita vsus causa exercent; seu domos ædificent, seu naues, seu ferrariam, ærariámve factitent, seu aratra pangant, seu tale aliquod pacis bellíve instrumentum fabricent. Horum autem plerisque licet, quandoque veluti exercitiis tantùm vti. Quippe triplex in vniuersum ipsorum vsus est, quum interdum operis tantum causa vsurpentur; interdum meditationis, sed quæ ad vsum futuri sit operis; interdum pro exercitatione tantum. Quippe ipse aliquando hyeme deprehensus in agro, tum ligna findere, tum hordeum in pila contundere, ac deglubere, exercendi corporis causa sum coactus, quæ nimirum agrestes quotidie pro opere faciebant. De horum igitur ceu operum vsu in sequentibus, ceu exercitationum, nunc tractabimus. Nullum nanque id genus exercitium, aut perpetuum diem obitur, aut alio tempore, quàm ante cibum. Seruari verò tum modum exercitationum in his oportet, tum vocatam apotherapiam. Quòd si etiam idonea frictione vsus ad ea quis accedet, iam omnes exercitationum numeros impleuerit. De his igitur omnibus, quas exercitiorum species vocamus, scientem esse oportet eum, qui hygieinem exercet, licet enim eum (vt ante dictum est) aut hygieinum, aut gymnastem, aut medicum vocare: prima tamen appellatio maximè propria est, reliquæ per abusum. Nam si artifex quisque ab arte, quam tractat, deductum sortiatur nomen, patet eum, qui hygieinem artem profitetur, meritò hygieinum appellari: ita nimirum, vt qui gymnasiis tãtùm præest, gymnasten: & qui morbis medetur, medicum. Quòd si quis hunc ipsum, vel gymnasten, vel medicum hygieinum appellet, & à parte totum, & non propriè nominat, sed abusiuè, vel ambiguè, vel quomodocunque aliter quis vocare velit, appellationem faciet. Huius rei causa est, quòd cum vna sit ars, quæ circa corpus versetur vnicum ei toti proprium nomen inditum non est. De quibus omnibus vberiùs singulari libro egimus, qui Thrasybulus inscribitur. Ac genera quidem exercitationum sunt ea, quæ diximus:

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Η'.

Περὶ τῶν εἰδῶν τῶν γυμνασίων.

Εἴδη δὲ γυμνασίων ὀνομάζω πάλην, παγκράτιον, καὶ πυγμὴν, καὶ δρόμον, ὅσα τ' ἄλλα τοιαῦτα. τινὰ μὲν, αὐτῶν τούτων γυμνάσια μόνον ὑπάρχοντα· τινὰ δ' οὐ γυμνάσια μόνον, ἀλλὰ καὶ ἔργα. γυμνάσια μὲν, αὐτά γε δὴ ταῦτα τὰ εἰρημένα, καὶ προσέτι τὸ πιτυλίζειν, τὸ ἐκπλεθρίζειν, τὸ σκιομαχεῖν, τὸ ἀκροχειρίζεσθαι, τὸ ἅλλεσθαι, τὸ δισκοβολεῖν, καὶ διὰ κωρύκου, καὶ διὰ σφαίρας, ἢ μικρᾶς, ἢ μεγάλης, καὶ δι' ἁλτήρων ἐκπονῆσαι τὸ σῶμα. γυμνάσια δ' ἅμα καὶ ἔργα σκάπτειν, ἐρέττειν, ἀροῦν, κλᾶν ἀμπέλους, ἀχθοφορεῖν, ἀμᾶν, ἱππεύειν, ὁπλομαχεῖν, ὁδοιπορεῖν, κυνηγετεῖν, ἁλιεύειν, C ὅσα τἆλλα κατὰ μέρος προσφέρουσιν ἄνθρωποι τεχνῖται καὶ ἄτεχνοι, τὰ κατὰ τὸν βίον ἕνεκα χρειῶν, ἢ οἰκοδομοῦντες, ἢ χαλκεύοντες, ἢ ναυπηγοῦντες, ἢ ἀροτρεύοντες, ἤ τι τοιοῦτον ἕτερον πολέμιον, ἢ εἰρηνικὸν ἐργαζόμενοι. τοῖς πλείστοις δὲ τῶν τοιούτων ἔνεστί ποτε, καὶ ὡς γυμνασίοις μόνον χρήσασθαι. τριττὴ γάρ τις αὐτῶν ἡ σύμπασα χρεία. ποτὲ μὲν γὰρ, ὡς ἔργων μόνον αὐτῶν δὴ τούτων παραλαμβανομένων, ἐνίοτε δὲ, ὡς ἀσκημάτων, ἕνεκα τῆς τῶν μελλόντων ἔργων χρείας. ἔστιν ὅτε δὲ, καὶ ὡς γυμνασίων. κατ' ἀγρὸν γοῦν ποθ' ἡμεῖς ληφθέντες ἐν χειμῶνι, ξύλα τε σχίζειν ἠναγκάσθημεν ἕνεκα τοῦ γυμνάζεσθαι, D καὶ κριθὰς ἐμβάλλοντες ὅλμῳ, κόπτειν τε, καὶ ἐκλεπίζειν, ἅπερ ἑκάστης ἡμέρας, οἱ κατ' ἀγρὸν ἔπραττον, ὡς ἔργα. περὶ μὲν δὴ τῆς ὡς ἔργων αὐτῶν χρήσεως, ἐν τῷ μετὰ ταῦτα λόγῳ διαιρήσομεν. ἐν δὲ τῷ παρόντι, περὶ τῆς ὡς γυμνασίων, ἐρρῶμεν. ἅπαντα γὰρ τὰ τοιαῦτα γυμνάσια γίγνονται, μήτε δι' ὅλης ἡμέρας αὐτὰ πραττόντων, μήτ' ἐν ἄλλῳ καιρῷ τοῦ πρὸ τῶν σιτίων. φυλάττεσθαι δὲ δή που προσήκει καὶ τὸ μέτρον ἐπ' αὐτοῖς τῶν γυμνασίων, καὶ τὴν καλουμένην ἀποθεραπείαν, εἰ δὲ καὶ προσανατρίψαιτό τις αὐτάρκως, ἐπ' αὐτὰ παραγένοιτο, νῦν μὲν αἱ ἀκριβεῖς ἅπαντας ἔχει τοὺς ἀριθμοὺς τῶν γυμνασίων. E ὑπὲρ τε οὖν τούτων ἁπάντων, ἃ δὴ καὶ γυμνασίων εἴδη καλοῦμεν, ἐπίστασθαι χρὴ τὸν τὴν ὑγιεινὴν μετιόντα, καλεῖν δ' ἔξεστιν αὐτὸν ὡς ἔμπροσθεν εἶπον, ἢ ὑγιεινὸν, ἢ γυμναστὴν, ἢ ἰατρόν. κυριωτάτης μὲν ἐσομένης τῆς πρώτης προσηγορίας, ἐκ καταχρήσεως δὲ, τῶν ἄλλων. εἰ γὰρ ἅπαντες οἱ τεχνῖται, παρωνύμως ὀνομάζονται τῶν τεχνῶν ἃς μεταχειρίζονται, πρόδηλον ὡς ὁ τὴν ὑγιεινὴν τέχνην μεταχειριζόμενος, ὑγιεινὸς ἂν εὐλόγως προσαγορεύοιτο. καθάπερ καὶ ὁ περὶ τὰ γυμνάσια μόνον, γυμναστὴς, καὶ ὁ περὶ τὰς ἰάσεις, ἰατρός. εἰ δέ τις, ἢ γυμναστὴν, ἢ ἰατρὸν ὀνομάζει τὸν ὑγιεινὸν τοῦτον, ἀπὸ μέρους τε F προσαγορεύει τὸ σύμπαν καὶ οὐ κυρίως, ἀλλ' ἐκ καταχρήσεως, ἢ ἐπιδιστάσεως, ἢ ὅπως ἄν τις ἐθέλοι καλεῖν, οὕτω ποιήσεται τὴν προσηγορίαν. αἴτιον δὲ τούτου, τὸ μιᾶς οὔσης τῆς περὶ τὸ σῶμα τέχνης, ἐφ' ὅλης αὐτῆς ὄνομα μηδὲν τετάχθαι κύριον, ὑπὲρ ὧν ἐπὶ πλεῖον ἐν ἑνὶ βιβλίῳ τὸν λόγον ἐποιησάμην, ὃ Θρασύβουλος ἐπιγράφεται. εἴδη μὲν γυμνασίων τὰ εἰρημένα.

ποιότης δὲ, ἢ διαφορὰ (καὶ γὰρ οὕτω καὶ ταῦτ' ἔξεστιν ἑκατέρως ὀνομάζειν) ὀξύτης τε κινήσεώς ἐστι, καὶ βραδύτης, εὐτονία τε, καὶ ὡς ἂν εἴποι τις, ἀτονία, καὶ πρὸς τούτοις ἔτι, σφοδρότης ἔσται καὶ ἀμυδρότης. τρόποι δὲ τῆς χρήσεως ἁπάντων τῶν εἰρημένων εἰδῶν, ἅμα ταῖς οἰκείαις διαφοραῖς, οἱ τοιοίδε εἰσίν. ἤτοι συνεχὴς ἡ κίνησίς ἐστιν, ἢ διαλείπουσα· καὶ εἰ μὲν συνεχὴς, ἤτοι ὁμαλὴ, ἢ ἀνώμαλος. εἰ δὲ διαλείπουσα, ἢ τεταγμένη, ἢ ἄτακτος. οὗτοι μὲν οὖν οἱ κατ' αὐτὸ τὸ πρᾶγμα τρόποι τῆς χρήσεως. οἱ δ' ἀπὸ τῶν ἔξωθεν αὐτῷ προσιόντες τοιοίδε· ἢ ἐν ὑπαίθρῳ χωρίῳ γίγνεται τὸ γυμνάσιον, ἢ ἐν καταστέγῳ, ἢ ἐν ὑποσυμμιγεῖ σκιᾷ. κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν τρόπον, ἢ θερμόν ἐστι τὸ χωρίον, ἢ ψυχρὸν, ἢ εὔκρατον. καὶ ἤτοι ξηρὸν ἀκριβῶς, ἢ ὑγρὸν, ἢ μέτριον. οὕτω δὲ καὶ τὸ μετὰ κόνεως, ἤτοι πλέονος, ἢ ἐλάττονος. ἐλαίου τε, καὶ κατὰ τὸν αὐτὸν λόγον, ἢ πλέονος, ἢ ἐλάττονος, ἢ καὶ χωρὶς ἑκατέρου, τρόπος ἐστὶ χρήσεως γυμνασίου. A B

qualitas verò, seu differentia (nam & hanc quoque vtroque modo appellare licet) velocitas, tarditásque motus sunt, & robur, &, vt aliquis dixerit, imbecillitas; ad hæc, vehementia, & leuitas. Vtendi verò modi omnium prædictorum generum vnà cum differentiis propriis huiusmodi sunt. Nam aut continuus motus est, aut intermittens; & si continuus, aut æqualis, aut inæqualis; sin intermittens, aut ordinatus, aut inordinatus. Hi igitur vtendi modi ab ipsa re sumuntur. Qui verò ab externis rebus ducuntur, eiusmodi sunt, quòd aut sub dio exercitatio fit, aut sub tecto, aut in mixta vmbra. At ipso modo, aut calens locus est, aut frigidus, aut temperatus, præterea, aut planè siccus, aut humidus, aut medio modo temperatus. Sic verò & quæ exercitatio cum puluere exiguo multóve; item quæ cum oleo exiguo, multóve, aut etiam sine vtroque, modus est vsus exercitationis.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Θ'.

Τί τὸ κοινὸν ἅπασιν ὑπάρχει γυμνασίοις, καὶ τί καθ' ἕκαστον ἴδιον· καὶ περὶ τῶν εὐτόνων τε καὶ βιαίων ὀνομαζομένων. C

Ἐπεὶ τοίνυν ἤδη διώρισται πάνθ' ἡμῖν ὧν ἔμπειρον εἶναι χρὴ τὸν ὑγιεινὸν, ἐπὶ τὰ τῶν γυμνασίων εἴδη καιρὸς ἰέναι. καὶ πρῶτον μὲν διελέσθαι τί τὸ κοινὸν ἅπασιν ὑπάρχει, καὶ τί καθ' ἕκαστον ἴδιον, ἐφεξῆς δὲ τοὺς καιροὺς τῆς τρίψεως ἀφορίσασθαι. τὸ μὲν δὴ κοινὸν ἁπάντων γυμνασίων ἐστὶ, θερμότητος αὔξησιν ἐξ αὐτῶν τοῖς ζώοις ἐργάζεσθαι. θερμαίνεται γὰρ ἡμῶν τὰ σώματα κατά τε τὰ βαλανεῖα, καὶ κατὰ τὰ θερμῶν ὑδάτων λουτρὰ, καὶ τὰς θερμὰς ὥρας τοῦ ἔτους, ἡλιοθερουμένων τε, καὶ παρὰ πυρὶ θαλπομένων, καὶ θερμοῖς φαρμάκοις ἀνατριβομένων. ἀλλ' ἔξωθεν αἱ τοιαῦται πᾶσαι θερμότητες, οὐκ ἔνδοθεν. οὐδ' ἐκ τῆς οἰκείας ἀρχῆς ἀνάπτονται, καὶ αὐξάνονται. κατὰ δὲ τὰ γυμνάσια, τῆς ἐμφύτου θερμότητος τοῖς ζώοις αὔξησίς ἐστιν, ἐξ αὐτῶν τῶν ἰδίων σωμάτων γιγνομένη. καὶ τοῦτο κοινὸν μὲν ἁπάντων τῶν γυμνασίων. οὐ μὴν ἴδιόν γέ ἐστιν. εἴ γε δὴ καὶ τοῖς θυμωθεῖσι, καὶ τοῖς ἀγωνιῶσι, καὶ τοῖς αἰδεσθεῖσιν, αὔξησις τῆς ἐμφύτου γίγνεται θερμότητος. ὁ μὲν γε θυμὸς, οὐδ' ἁπλῶς αὔξησις, ἀλλ' οἷον ζέσις κατὰ τὴν καρδίαν θερμοῦ, διὸ καὶ τὴν οὐσίαν αὐτοῦ τῶν φιλοσόφων οἱ δοκιμώτατοι, τοιαύτην εἶναί φασι. συμβεβηκὸς γάρ τι καὶ οὐκ οὐσία τοῦ θυμοῦ ἐστιν, ἡ τῆς ἀντιτιμωρήσεως ὄρεξις. αὐξάνεται δὲ καὶ τοῖς αἰδεσθεῖσιν ἡ ἔμφυτος θερμότης, εἴσω μὲν τὰ πρῶτα δραμόντος ἅπαντος τοῦ θερμοῦ, μετὰ ταῦτα δὲ, ἀθροισθέντος ἐν τῷ βάθει, κἄπειτα αὐξηθέντος, καὶ δι' ἀθροισιν μὲν τὴν ἐνταῦθα, καὶ διὰ τὴν κίνησιν δὲ, τὴν συνεχῆ. οὐ γὰρ ἡσυχάζει τὸ πνεῦμα τῶν αἰδουμένων, ἀλλ' ἔνδοθέν τε, καὶ περὶ αὐτὸ, μετὰ τοῦ σύμπαντος αἵματος, κινεῖται πολυειδῶς, ὥσπερ καὶ τὸ τῶν ἀγωνιώντων. εἰρήσεται δ' ἐπὶ πλέον ὑπὲρ τῶν τοιούτων ἁπάντων παθῶν τῆς ψυχῆς, ἐπειδὰν προσήκοντι τῷ λόγῳ. νυνὶ μὲν γὰρ, διὰ τὸ κοινὸν ἐπεσθαι σύμπτωμα τούτοις τε τοῖς πάθεσι καὶ τοῖς γυμνασίοις, ἠναγκάσθην αὐτῶν μνημονεῦσαι, δεικνὺς ὡς ἁπάντων κοινὸν γυμνασίων ἐστὶν, ἡ τῆς ἐμφύτου θερμότητος αὔξησις, ἔνδοθέν τε καὶ ἐξ αὐτῆς, οὐ μὴν ὅτι γε μόνοις ὑπάρχει τοῦτο γυμνασίοις, D E F

CAPVT IX.

Quid omnibus exercitationibus sit commune, quid proprium singulis; ac de eis quæ robustæ & violentæ appellantur.

QVoniam ergo enumerata à nobis vniuersa sunt, quorum peritum esse oportet, qui sanitatem tuendam profitetur, ad ipsa nunc exercitationum genera redire tempestiuum est. Ac primum diluere, tum quid omnibus sit commune, tum quid singulis proprium; hinc frictionis ipsius tempora definire. Ergo omnis exercitationis commune illud est, quòd animali ipsi ex ipsa caloris incrementum excitatur. Quippe calefiunt corpora nostra, & balneis, & calidarum aquarum lauacris, & calidis anni tempestatibus quum insolamur, & quum igni fouemur, & quum calidis medicamentis perfricamur. Cæterùm ab externo est omnis eiusmodi calor non ab interno, nec à proprio principio, sed aliunde accensus auctúsque, per exercitationes verò, insiti caloris augmentum animalibus ex ipsorum corporibus excitatur. Atque is omnium exercitationum communis effectus est, proprius tamen earum effectus non est, si modò, & iratis, & perturbatis, & pudore affectis, naturalis etiam calor augetur: quanquam ira non simpliciter augmentum, sed veluti feruor est caloris in corde. Itaque etiam essentiam eius, vel probatissimi philosophorum talem esse affirmant: quippe accidens quoddam iræ est, non eius substantia, vltionis appetentia. Verecundis autem augetur insitus calor, dum primum intrò se recipit vniuersus: deinde postquam in alto corporis est collectus, & ex ipso inibi congestu, & ex assiduo motu incrementum capit. Non enim quiescit pudore affectorum spiritus, sed tum ab interno, tum circa se, vnà cum toto sanguine, variè circumagitur, ita planè, vt spiritus eorum, qui perturbantur. Dicetur autem in progressu latiùs de omnibus eiusmodi animi affectibus. Nunc enim propterea, quòd commune symptoma tum hos ipsos affectus, tum exercitationes excipit, dum omnis exercitij commune esse natiui caloris incrementum ostenderem; idque de interno, & à se, non tamen solis exercitationibus inesse,

sed

ſed pariter dictis modò affectibus; coactus ſum obiter, & de his meminiſſe. Iam ſingulas exercitationum proprietates ſeorſum perſequi tempeſtiuum videtur, illo præſertim priùs ſignificato, quòd in his quoque complures differentiæ inueniantur. Quippe interim aliam partem aliud alio magis, exercitium fatigat. Et quædam lentè motis fiunt, quædam ocyſſimè agitatis; & quædam robuſtè adhibitis, quædam infirmè; ad hæc quædam vehementer, quædam languidè. Ac quod violenter quidem ſine velocitate exercetur valens exercitium voco; quod violenter, & cum celeritate conficietur vehemens. Violenter autem, robuſtéue dicere, nihil referat. Eodem ergo modo fodere, valens robuſtáque exercitatio eſt. Sic & ſiquis quatuor ſimul equos habenis coërceat, impensè robuſta exercitatio eſt, non tamen celeris; ſimili modo ſiquis maximo onere ſublato, aut eodem loco maneat, aut paululum procedat, iam ardua obambulatio huius quoque generis eſt. Attolluntur enim per ſe & veluti onus ſuſtinentur à primis quæ mouentur inſtrumentis, reliqua corporis membra vniuerſa. Præterea ſiquis per funem manibus apprehenſum ſcandat, ſicuti in palæſtra pueros exercent, qui eos ad robur præparant. Quin etiam ſi quis fune arrepto, aut etiam pertica, ſublimis ex ea pendeat, ac diu teneat, robuſtum is validúmque laborem exercet, citra tamen celeritatem. Ita verò & ſi quis manibus in pugnum reductis, iiſdem prolatis, vel in altum ſublatis, diutiſſimè eodem habitu conſiſtat. Quòd ſi adhibitum quempiam deducere ſibi manus iubeat, nec tamen ipſe remittat, adhuc ſanè impenſiùs hic tum muſculos omnes, tum neruos ad robur comparat, vt quorum maximè propria ſunt omnia id genus exercitia. Idque multò certè magis fiet, ſi quis ſummis manibus, vtraque ſeorſum, apprehenſo pondere (cuiuſmodi ſunt, qui in palæſtra halteres dicuntur) porrectis his, aut in ſublimè erectis, eodem habitu perſiſtat. Iam ſi etiam cuipiam iuſſeris, vt te violenter detrahat, inflectátque, dum ipſe non manibus modò, verùm etiam cruribus ſpináque conſtans inflexuſque reſiſtas, non leuem ad membrorum robur exercitationem obieris. Sanè hoc genere Milonem ipſum exercitaſſe ſe ferunt, dum aliàs conuellere ſe, moueréque de loco volenti permitteret, verùm hæc crurum maximè exercitatio fuerit; aliàs vtique, ſi manus exercitandas curabat, pugnum aperire iuberet. Idem (vt aiunt) malum punicum, aut tale quippiam, manibus complexus, auferendum cuiuis præbebat. Hæc igitur exercitia maximi roboris tum oſtentationem, tum exercitationem continent. Robur autem partium tum exercet, tum verò firmat, & ſi quis alterum complexus medium, aut etiam ipſe medio comprehenſus, manibus digitiſque pectinatim iunctis, aut quem complectitur, abſoluere ſe iubeat, aut ipſe ſe à complectente ſoluat. Ita etiam & quis alterum, qui verſus ipſum ſe inclinet à latere aggreſſus, ilia manibus complexus, ceu onus aliquod ſublatum inuicem protendat, reducatque; ac magis, ſi dum geſtat, ipſe nutu renutúque corporis vtatur; ſic namque ſpinam vniuerſam ad robur comparauerit.

A ἀλλὰ καὶ τοῖς εἰρημένοις ἄρτι πάθεσιν. ἤδη δ' ἐπὶ τὰ καθ'
ἕκαστα τῶν γυμνασίων ἴδια, τὸν λόγον ἄγειν καιρὸς, ἐπισημηνάμενόν γε πρότερον, ὡς καὶ κατὰ ταῦτα, πλείους εἰσὶν
αἱ διαφοραί. τὰ μὲν γὰρ ἄλλοτε ἄλλο τι μέρος, ἕτερον ἑτέρου μᾶλλον γυμνάζει. καὶ τὰ μὲν ἐλιννυόντων γίγνεται, τὰ
δὲ ὀξύτατα κινουμένων, καὶ τὰ μὲν, εὐτόνως, τὰ δὲ ἀτόνως. καὶ πρὸς τούτοις γ' ἔτι, τὰ μὲν σφοδρῶς, τὰ δὲ
ἀμυδρῶς. εὔτονον μὲν γυμνάσιον ὀνομάζω, ὃ βιαίως ἄνευ τάχους διαπονοῦσι, σφοδρὸν δὲ, ὃ βιαίως τε, καὶ
σὺν τάχει. βιαίως δὲ, ἢ ῥωμαλέως λέγειν, οὐ διοίσει. τὸ
B μὲν οὖν σκάπτειν, εὔτονόν τε καὶ ῥωμαλέον ἐστὶν, οὕτω δὲ καὶ τὸ τέτταρας ἵππους ἅμα κατέχειν ἡνίαις, εὔτονον μὲν
ἱκανῶς γυμνάσιον, οὐ μὴν ὠκύ γε. κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν τρόπον, εἴ τις ἀράμενος ὁτιοῦν μέγιστον φορτίον, ἢ μένοι κατὰ
χώραν, ἢ προβαίνοι σμικρὰ, καὶ οἱ ἄναντες περίπατοι, τούτου τοῦ γένους εἰσίν. ἀναφέρεται γοῦν, καὶ ἀναβαστάζεται κατ' αὐτοὺς, ὑπὸ τῶν πρώτων κινουμένων ὀργάνων,
ἅπαντα τὰ λοιπὰ μόρια τοῦ σώματος, ὥσπερ τι φορτίον. οὕτω δὲ καὶ ὅς τις ἀναρριχᾶται διὰ σχοινίου, καθάπερ ἐν
παλαίστρᾳ γυμνάζουσι τοὺς παῖδας, εἰς εὐτονίαν παρα-
C σκευάζοντες. ὡσαύτως δὲ καὶ ὅς τις, ἢ σχοινίου λαβόμενος, ἢ τινος ὑψηλοῦ ξύλου μέχρι πλείστου κατέχει κρεμάμενος ἐξ αὐτοῦ, ῥωμαλέον μέν τι καὶ ἰσχυρὸν γυμνάζεται
γυμνάσιον, οὐ μὴν ὠκύ γε. καὶ ὅς τις προτείνας, ἢ ἀνατείνας τὼ χεῖρε πὺξ ἔχων, ἀτρεμίζει μέχρι πλείστου. εἰ
δὲ καὶ παραστήσας τινὰ, κελεύει καθέλκειν κάτω τὼ χεῖρε μὴ ἐνδιδοὺς αὐτὸς, ἔτι δὴ μᾶλλον οὗτος, εἰς εὐρωστίαν παρασκευάζει τούς τε μῦς, καὶ τὰ νεῦρα: τούτων γὰρ ἴδια τὰ
τοιαῦτα μάλιστα ἅπαντα γυμνάσια. πολὺ δὲ δὴ μᾶλλον, εἴ τι βάρος ταῖς χερσὶν ἄκραις περιλαβὼν, ἑκατέραις κα-
D ταμόνας, οἷοί περ οἱ κατὰ παλαίστραν εἰσὶν ἁλτῆρες, ἀτρέμας ἔχει προτείνας, ἢ ἀνατείνας αὐτάς. εἰ δὲ δὴ καὶ κελεύσειας τινὶ καθέλκειν τε, καὶ κάμπτειν βιαίως, αὐτὸν ἀκίνητόν τε καὶ ἄκαμπτον, οὐ ταῖς χερσὶ μόνον, ἀλλὰ καὶ
τοῖς σκέλεσι, καὶ τῇ ῥάχει διαφυλάττων, οὐ σμικρὸν γυμνάσεται γυμνάσιον, εἰς εὐτονίαν ὀργάνων. οὕτω τοι λόγος ἔχει κἀκεῖνον τὸν Μίλωνα γυμνάζειν ἑαυτὸν, ἐνίοτε μὲν
ἀποσαλεῦσαί τε, καὶ μετακινῆσαι τῆς ἕδρας ἐπιτρέποντα τῷ βουλομένῳ, ἀλλὰ τοῦτο μὲν σκελῶν ἂν εἴη μάλιστα
γυμνάσιον. ἐνίοτε δὲ, εἰ τὰς χεῖρας γυμνάζειν βούλοιτο,
E τὴν πυγμὴν διαλύειν κελεύοντα. αὖθις δ' αὖ, ὥς φασιν, ἐν ταῖς χερσὶν ἔχων, ἢ ῥοιὰν, ἤ τι τοιοῦτον ἕτερον, ἀφαιρεῖσθαι τῷ βουλομένῳ παρέχει. ταυτὶ μὲν οὖν τὰ γυμνάσια μεγίστης ἰσχύος ἐπίδειξίν τε ἅμα καὶ ἄσκησιν ἔχει. τόνον
δὲ μορίων γυμνάζει τε καὶ ῥώννυσι, κἀπειδὰν, ἤτοι διαλαβὼν ἕτερόν τινα μέσον, ἢ διαληφθεὶς αὐτὸς, ἐπηλλαγμένων πρὸς ἀλλήλας τῶν χειρῶν τε, καὶ τῶν δακτύλων, ἤτοι
τῷ κρατουμένῳ προστάξειε διαλύειν, ἢ αὐτὸς λύει τοῦ κρατοῦντος. οὕτω δὲ κἀπειδὰν ἑτέρου προσνεύσαντος, ἐκ πλαγίων αὐτῷ προσελθὼν, ἐν κύκλῳ τοῖς λαγόσι περιλαβὼν τὰς
F χεῖρας, ὥσπερ τι φορτίον ἀράμενος ἀναφέρει τε ἅμα καὶ προφέρει τὸν ἀρθέντα, καὶ μᾶλλον εἰ ἐπινεύοι τε καὶ ἀνανεύοι βαστάζων, ὧδε γὰρ ἂν ἀκριβῶς τις ἅπασαν τὴν ῥάχιν εἰς ῥώμην
παρασκευάσειεν. οὕτω δὲ καὶ ὅσοι τὰ στέρνα πρὸς ἀλλήλοις ἀπερεισάμενοι, βιαίως ὠθοῦσιν εἰς τοὐπίσω. καὶ ὅσοι τῶν αὐχένων
ἐκκρεμάμενοι καταςπῶσιν, εἰς εὐτονίαν παρασκευάζουσιν.

ἀλλὰ τὰ μὲν τοιαῦτα, καὶ χωρὶς παλαίστρας, ἢ βαθείας κόνεως δύναται γίγνεσθαι, καθ' ὁποιοῦν χωρίον ἐπίκροτον, ὀρθῶν καὶ ἑστώτων. ὅσα δὲ παλαίοντες εἰς ἀλλήλους δρῶσιν ἀσκοῦντες τὸν τόνον, ἤτοι κόνεως βαθείας, ἢ παλαίστρας δεῖται. ἔστι δὲ τὰ τοιαῦτα, τοιάδε· περιπλέξαντες τοῖς ἑαυτῶν δυοῖν σκέλεσι τὸ ἕτερον σκέλος τοῦ προσπαλαίοντος, ἔπειθ' ἅψαντες πρὸς ἀλλήλας τὼ χεῖρε, τὴν μὲν ἐπὶ τὸν αὐχένα βιαίως ἐρείδειν, ἥτις αὖ ἡ κατ' εὐθὺ τοῦ κατειλημμένου σκέλους, τὴν δ' ἑτέραν ἐπὶ τὸν βραχίονα. δύναιτο δ' ἂν καὶ περὶ τὴν κεφαλὴν ἄκραν, τὸ ἅμμα περιθεὶς, ἀνακλᾶν εἰς τοὐπίσω βιαζόμενος. τὰ τοιαῦτα γὰρ παλαίσματα, πρὸς εὐτονίαν ἑκάτερον τῶν παλαιόντων ἀσκεῖ. καθάπερ γε καὶ ὅσα ζώσαντος τοῖς σκέλεσι θατέρου τὸ ἕτερον, ἢ κατ' ἀμφοῖν ἄμφω καθέντος γίνεται, καὶ γὰρ καὶ ταῦτ' ἀμφότερα εἰς ῥώμην παρασκευάζει. μυρία δὲ τοιαῦτα ἕτερα κατὰ παλαίστραν ἐστὶν εὔτονα γυμνάσια, περὶ ὧν ἁπάντων, τὴν ἐμπειρίαν τε ἅμα καὶ τριβὴν ὁ παιδοτρίβης ἔχει, ἕτερος δέ τις ὢν ὅδε τοῦ γυμναστοῦ, καθάπερ ὁ μάγειρος τοῦ ἰατροῦ. καί πως ἔοικεν αὖ καὶ τοῦθ' ἡμῖν ἥκειν εἰς σκέμμα, περὶ οὗ λέλεκται μὲν ἤδη, καὶ κατ' ἐκεῖνο τὸ βιβλίον, ὃ Θρασύβουλον ἐπιγράφομεν, εἰρήσεται δὲ καὶ νῦν ὅσον αὔταρκες εἰς τὰ παρόντα, πρότερόν γε διελθόντων ἡμῶν τὰς διαφορὰς τῶν γυμνασίων. ὅσα μὲν οὖν εὔτονα, καὶ δὴ λέλεκται.

A Æquè verò, qui pectoribus ex aduerso innixi, magno se conatu inuicem retrudunt. Etiam qui à ceruicibus pendentes deorsum trahunt, ad robur præparant. Cæterùm talia omnia exerceri citra palæstram, aut copiosum puluerem queunt, quocunque conculcato loco, erectis, ac stantibus. Quæ verò luctantes inter se moliuntur, quum robori augendo student, hæc aut puluerem altum, aut palæstram desiderant. Ea sunt eiusmodi. Quum vterque luctantium ambobus cruribus alterum alterius crus complectitur, deinde manibus inter se collatis, altera ceruici violenter incumbat, vtique quæ è regione impediti cruris est, altera bra-
B chio. Licebit & circa summum caput manu altera tanquam funiculo iniecta, violenter retrorsum reclinare, ac reuellere. Eiusmodi lucta, vtriusque luctatoris robur exercet; quemadmodum & ea, quæ altero, alterum cruribus cingente, vel ambo per ambo mittente fiunt; nam hæc quoque vtrumque ad robur præparant. Infinitæ aliæ eiusmodi robustæ exercitationes in palæstra sunt. Quorum nimirum omnium peritiam vsumque pædotriba callet, ipse sanè sic à gymnaste diuersus, vt à medico coquus; quod ipsum quoque venit considerandum. At dictum quidem iam de hoc est
C in eo libro, qui Thrasybulus inscribitur: cæterùm dicemus, & nunc quod satis ad præsenté sit disputationem, verùm si priùs exercitationum varietates absoluero; quarũ quæ robustæ, iam dictæ sunt.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ι'.

Τί ἐστι τὰ ταχέα τε, καὶ βίαια γυμνάσια.

Καταβαίνειν δὲ καιρὸς ἐπὶ τὰ ταχέα, χωρὶς εὐτονίας καὶ βίας. δρόμοι δ' εἰσὶ ταῦτα, καὶ σκιομαχίαι, καὶ ἀκροχειρισμοὶ, καὶ τὸ διὰ τοῦ κωρύκου τε, καὶ τῆς σμικρᾶς σφαίρας γυμνάσιον, ὅταν ἐκ διεστώτων τε καὶ διαθεόντων γίγνηται. τοιοῦτον δέ τι καὶ τὸ ἐκπλεθρίζειν, καὶ τὸ πιτυλίζειν. τὸ δὲ ἐκπλεθρίζειν ἐστὶν, ἐπειδάν τις ἐν πλέθρῳ πρόσω τε ἅμα καὶ ὀπίσω διαθέων ἐν μέρει πολλάκις ἐφ' ἑκάτερα χωρὶς καμπῆς, ἀφαιρῇ τοῦ μήκους ἑκάστοτε βραχὺ, καὶ τελευτῶν εἰς ἓν καταστῇ βῆμα. τὸ δέ τι πιτυλίζειν, ἐπειδὰν ἐπ' ἄκρων τῶν ποδῶν βεβηκὼς, ἀνατείνας τὼ χεῖρε, κινῇ τάχιστα, τὴν μὲν, ὀπίσω φέρων, τὴν δὲ, πρόσω. μάλιστα δὲ τοίχῳ παριστάμενοι, γυμνάζονται τοῦτο τὸ γυμνάσιον. ἵν' εἰ καί ποτε σφάλλοιντο, προσαψάμενοι τοῦ τοίχου ῥαδίως ὀρθῶνται, καὶ οὕτω δὲ γυμναζομένων λανθάνει τε τὰ σφάλματα, καὶ ἀσθενέστερον γίνεται τὸ γυμνάσιον. ὠκεῖαι δὲ κινήσεις εἰσὶν, οὐ μὴν βίαιοί γε. καὶ ὅσαι κατὰ παλαίστραν ἐπιτελοῦνται κυλινδουμένων ὀξέως, καθ' ἑτέρων τε, καὶ καταμόνας. ἐγχωρεῖ δὲ καὶ ὀρθοῖς ἐνειλουμένοις τε ἅμα καὶ μεταβάλλοντας ἐν τάχει τὸν πέλας, ὀξὺ γυμνάσασθαι γυμνάσιον. ἐγχωρεῖ δὲ καὶ διὰ τῶν σκελῶν μόνων ὀρθὸν, ἐφ' ἑνὸς χωρίου γυμνάσασθαι γυμνάσιον ὀξύ. πολλάκις μὲν εἰς τοὐπίσω μόνον ἀφαλλόμενον, ἔστιν ὅτε δὲ καὶ εἰς τοὔμπροσθεν ἀναφέροντα τῶν σκελῶν ἑκάτερον ἐν μέρει. καὶ μὲν δὴ καὶ διὰ τῶν χειρῶν ἔνεστιν ὀξὺ γυμνάσιον ὁμοιότροπον γυμνάσασθαι, χωρὶς τοῦ κατέχειν ἁλτῆρας. ἐπισπεύδοντα τὰς κινήσεις αὐτῶν, εἰς πυκνότητά τε ἅμα καὶ τάχος. εἴτε πὺξ ἐθέλοι τις, εἴτε χωρὶς πυγμῆς ἀναφέρειν ἁπλῶς. τοιοῦτον μὲν δὴ καὶ τὸ ταχὺ γυμνάσιόν ἐστιν, ἐν οἷς εἴπομεν εἴδεσιν ἀφωρισμένον. ἐπὶ δὲ τὸ σφοδρὸν ἰέναι καιρός.

CAPVT X.

Quæ sint exercitationes celeres, quæ vehementes.

SVperest vt de iis dicamus, quæ celeritate peraguntur, citraque robur, & violentiam. Id genus sunt cursus, & vmbratilis armorum meditatio, & quum duo summis manibus concertant, tum
D quæ per corycum, & paruam pilam exercitatio fit, vtique quum à distantibus, & currentibus administratur. Eius generis est, & ἐκπλεθρίζειν, & πιτυλίζειν. Est autem ἐκπλεθρίζειν, quum in plethro *id est, in sexta parte stadij*, quis prorsum retrorsumque vicissim, idque sæpe, in vtramque partem sine flexu cursitans, vnoquoque cursu breue quiddam de spatio demit, quoad in vnico gressu constiterit; πιτυλίζειν verò, si quis summis pedibus ingrediens, tensas in sublime manus, hanc antrorsum, illam retrorsum, celerrimè moueat. Hoc verò exercitamento maximè ante parietem stantes vti solent,
E quò si quando aberrent, facilè pariete apprehenso erigantur. Sed sic exercitatorum, vt error magis latet, ita exercitium ipsum fit imbecillius. Celeres verò motus sunt, citra tamen violentiam, & qui in palæstra eduntur, circumuolutis celeriter humi nobis, vel solis, vel cum aliis. Licet autem, & erectis, tum circumactis, ac velociter prope adstantem mutantibus, celerem exercitationem peragere. Potest & solis cruribus, erectus, ac vno loco consistens, celeriter exerceri, subinde quidem retrò tantum resiliens, interim verò in anteriora referens crurum vtrumque,
F vicissim. Quin & per manus exercitatione celeri tantumdem valente vti datur, idque citra vllos halteres vtique, si frequentiæ celeritatique motus earum impensè incumbas, siue has in pugnum ductas, siue explicatas mauis. Ac eiusmodi quidem celeris exercitatio est, in quibus dixi speciebus comprehensa. Reliquum est, vt ad vehementem veniamus.

Ea

Ea verò, ficuti prædictum iam eft, ex robufta celerique compofita eft, quando quas robuftas diximus, iis omnibus, vt vehementibus vti licet, motus modò celeritatem adiicias. Non in poftremis verò vehementes hæ funt fodere, difcum mittere, moueri, faltare, idque continuato fine intermiffione opere; fimiliter graue quoduis telum iaculari, continuatis fibi quàm maximè iactibus; aut graui armatura tectum celeriter agitari. Et qui aliquo quidem talium exercentur, intermittere paululum folent. Atque hoc loco inter affiduam interpolatámque exercitationem differentiam nofcas licet. Quas enim modò retulimus, vniuerfæ parua mora interpofita magis vfurpari folent, ac potiffimum, quæ labores operáque funt, nedum exercitia, vt foffio, & remigatio. Quæ verò remiffiores exercitationes funt, eæ fine interpofita quiete magis fiunt, veluti diu currere, & iter facere.

CAPVT XI.

Quæ exercitationes quas partes exerceant; ac de fingulis motibus, qui humano corpori conueniunt.

HÆc igitur omnia exercitationum genera funt, quæ & modò dictas differentias habent, & fupra has, quòd alia lumbos magis, quàm brachia cruráve exercent; alia fpinam totam, aut pulmonem tantum, aut thoracem tantum. Quippe ambulatio curfúfque, crurum exercitationes funt; acrochirifmi, & fciamachiæ, brachiorum ac manuum propria. Lumborum autem, affiduè fe inclinare, ac rurfus reuocare; idque aut pondus aliquod à terra tollentem, aut affiduè manibus fuftinentem. Sunt & qui depofitis ante fe halteribus, vlnæ interuallo diftantibus, poftea medij ipfi ftantes inclinant fe atque attollunt, dextrâ quidem eum, qui ad finiftram iacet, finiftrâ, qui ad dextram; tum rurfum vtrumque in fuum locum referunt; atque hoc identidem deinceps faciunt iifdem veftigiis infiftentes. Hic verò motus tranfuerfas fpinæ partes magis exercet, ficuti prior ille rectas. Thoracis verò, & pulmonis maximæ refpirationes propriæ exercitationes funt. Maximè verò vox præter iam dicta, vocis quoque inftrumenta omnia permouet; quorum enumeratio in iis, quæ de voce edidimus, habetur. Quoniam autem huc prouecti fumus, non alienum fit de omnibus animalis partibus tradere, & quæ motus euidentes, & quæ exiguos & obfcuros obtineant; quæ rurfus à fe moueantur, quæque ab aliis. Quippe eiufmodi difcretio non paruam commoditatem gymnaftæ afferet ad omnia animalis membra mouenda, aliàs à fe, & propria virtute; aliàs ab alio, & per alienam. Quæcunque enim voluntate fufcipiuntur actiones, eæ mufculorum neruorúmque, & tendonum propriæ funt. Eædem tamen, fi maiore vi & celeritate fiant, primùm quidem & maximè dictas iam partes, ex accidenti verò etiam arterias exercent; cum prædictis verò offa, venæ, carnes, ligamenta, & cæteræ omnes animalis partes vnà mouentur. Reliquorum verò motuum, qui in animalium corporibus nafcuntur, quicunque non communi voluntate fufcipiuntur, fed vel naturales funt, vel pro animi affectibus eduntur, duplices hi genere funt; alij enim cordis & arteriarum, alij venarum, & iecinoris actiones funt,

A ἔστι δ' ὡς εἴρηται τοῦτο σύνθετον ἐξ εὐτόνου τε καὶ τάχεος. ὅσα γὰρ εὔτονα τῶν γυμνασίων εἴρηται, τούτοις ἅπασιν, ὡς σφοδροῖς ἄν τις χρῷτο, κινήσεις ταχείας προσθείς. οὐχ ἥκιστα δὲ καὶ τὰ τοιαῦτα γυμνάσια σφοδρά, σκάψαι, καὶ δισκεῦσαι, καὶ κινῆσαι, καὶ πηδῆσαι συνεχῶς, ἄνευ τοῦ διαναπαύσασθαι. οὕτω δὲ καὶ τὸ ἀκοντίζειν ὁποιονοῦν τῶν βαρέων βελῶν συνείρονται τὴν ἐνέργειαν, ἢ βαρέσιν ὅπλοις ἐσκεπασμένον, ἐνεργεῖν ὀξέως. ἀμέλει καὶ οἱ γυμναζόμενοι διά τινος τῶν τοιούτων, ἀναπαύονται κατὰ βραχύ. καί σοι ἡ κατὰ τὸ συνεχές τε, καὶ διαλεῖπον γυμνάσιον, ἤδη πως γινωσκέσθω διαφορά. τὰ γὰρ εἰρημένα νῦν δὴ
B πάντα διαλείποντες, μᾶλλον εἰς χρείαν ἄγουσι, καὶ μάλιστα ὅσα πόνοι τινές εἰσι καὶ ἔργα, μὴ μόνον γυμνάσια, καθάπερ τὸ ἐρέσσειν τε καὶ σκάπτειν. ὅσα δ' ἀσθενέστερα τῶν γυμνασίων ἐστίν, ἄνευ τοῦ διαναπαύεσθαι γίνεται μᾶλλον, ὥσπερ ὁ δολιχός τε καὶ αἱ ὁδοιπορίαι.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΑ'.

Τίνα τὰ γυμνάσια τὰ τοῦ σώματος μόρια διαπονοῦντα· καὶ περὶ ἑκάστων τῷ τοῦ ἀνθρώπου σώματι πρεπουσῶν κινήσεων.

C ΤΑδ' οὖν ἅπαντα γυμνασίων ἐστὶν εἴδη, τάς τε νῦν εἰρημένας ἔχοντα διαφοράς. καὶ πρὸς τούτοις ἔτι, τὸ τὰ μὲν, ὀσφὺν μᾶλλον, ἢ χεῖρας, ἢ σκέλη διαπονεῖν. τὰ δὲ τὴν ῥάχιν ὅλην, ἢ τὸν θώρακα μόνον, ἢ τὸν πνεύμονα μόνον. βάδισις μέν γε καὶ δρόμος, ἴδια σκελῶν γυμνάσια. ἀκροχειρισμοὶ δὲ καὶ σκιομαχίαι ἴδια χειρῶν. ὀσφύος δέ, τὸ ἐπικύπτειν τε καὶ ἀνακύπτειν συνεχῶς, ἢ αἴροντά τι βάρος ἀπὸ τῆς γῆς, ἢ ἐν ταῖν χεροῖν βαστάζοντά τι διαπαντός. ἔνιοι μὲν καταθέντες ἁλτῆρας ἐν τῷ πρόσθεν διεστῶτας ἀλλήλων ὀργυιάν, εἶτ' ἐν μέσῳ στάντες αὐτῶν, ἀναιροῦνται προσκύπτοντες,
D τῇ μὲν δεξιᾷ χειρὶ, τὸν ἐν τοῖς ἀριστεροῖς, τῇ δὲ ἀριστερᾷ, τὸν ἐν τοῖς δεξιοῖς, καὶ αὖθις ἑκάτερον, εἰς τὴν οἰκείαν κατατίθενται χώραν. καὶ τοῦτο δρῶσιν ἐφεξῆς πολλάκις ἀτρεμίζοντες τῇ βάσει. τὰ δὲ πλάγια μέρη τῆς ῥάχεως, ἡ κίνησις ἥδε διαπονεῖ μᾶλλον, ὥσπερ ἡ προειρημένη τὰ κατ' εὐθύ. θώρακος δέ, καὶ πνεύμονος αἱ μέγισται τῶν ἀναπνοῶν οἰκεῖα γυμνάσια. καθάπερ καὶ αἱ μέγισται φωναί, πρὸς τοῖς εἰρημένοις ἁπάντων τῶν φωνητικῶν ὀργάνων. εἴρηται δ' ὁ κατάλογος αὐτῶν, ἐν τοῖς περὶ φωνῆς ὑπομνήμασι. ἐπεὶ δ' ἐνταῦθα τοῦ λόγου γεγόναμεν, οὐ χεῖρον ὑπὲρ ἁπάντων
E διελθεῖν τοῦ ζώου τῶν μορίων, ὅσα τε κινήσεις τινὰς ἐναργεῖς ἔχει, καὶ ὅσα βραχείας τε, καὶ ἀμυδράς· καὶ τίνα μὲν ἐξ ἑαυτῶν κινεῖται, τίνα δὲ ὑφ' ἑτέρων· ἡ γὰρ τοιαύτη διαίρεσις, οὐ μικρὰν εὐπορίαν παρέξει τῷ γυμναστῇ, πρὸς τὸ κινεῖν ἅπαντα τοῦ ζώου τὰ μόρια, ποτὲ μὲν ἐξ ἑαυτῶν τε, καὶ κατὰ τὰς οἰκείας δυνάμεις. ἔστιν ὅτε δ' ὑφ' ἑτέρων τε, καὶ δι' ἑτέρων. αἱ γὰρ κατὰ προαίρεσιν ἐνέργειαι πᾶσαι, μυῶν τε καὶ νεύρων, καὶ τενόντων ἴδιαι κινήσεις εἰσίν. εἰ δὲ καὶ σφοδρότεραι γίγνοιντο, τὰ μὲν εἰρημένα μόρια πρῶτά τε, καὶ μάλιστα γυμνάζουσι, κατὰ δέ τι συμβεβηκός, καὶ τὰς ἀρτηρίας. ὀστᾶ δέ, καὶ
F φλέβες, καὶ σάρκες, καὶ σύνδεσμοι, καὶ τὰ ἄλλα σύμπαντα τοῦ ζώου μόρια συγκινοῦνται τοῖς προειρημένοις. αἱ δ' ἄλλαι κινήσεις ἐν τοῖς τῶν ζώων σώμασιν, ὅσαι μὴ κατὰ κοινὴν προαίρεσιν, ἀλλ' ἤτοι φυσικαί τινες, ἢ κατὰ τῆς ψυχῆς γίγνονται πάθη, διτταὶ μέν εἰσι κατὰ γένος. αἱ μὲν ἕτεραι, καρδίας καὶ ἀρτηριῶν· αἱ δὲ ἕτεραι, φλεβῶν τε καὶ ἥπατος ἐνέργειαι.

προηγούμενον μὲν τούτων καὶ μάλιστα, δεύτερον δὲ τῶν ἄλλων ἁπάντων μορίων. ἐπειδὴ πάντα τέτταρσι φυσικαῖς διοικεῖται δυνάμεσιν. ἡ μὲν δὴ τῶν ἀρτηριῶν τε, καὶ τῆς καρδίας κίνησις, οὐκ ἔστιν ὅτ' ἐκλείπει τὸ παράπαν, ἐπιτείνεται μέν τοι καὶ ἀνίεται, κατὰ μέγεθος, καὶ σμικρότητα, καὶ τάχος, καὶ βραδυτῆτα, καὶ σφοδρότητα, καὶ ἀμυδρότητα, παρὰ πολλὰς αἰτίας, ἃς συμπάσας μὲν ἐν τῇ περὶ τῶν ἐν τοῖς σφυγμοῖς αἰτιῶν πραγματείᾳ διῆλθον. ἀρκεῖ δ' ἐν τῷ παρόντι, τὰ κεφάλαια μόνον αὐτῶν εἰπεῖν τὰ πρῶτα. μία μὲν οὖν αἰτία τῆς μεταβολῆς τῶν σφυγμῶν ἐστιν, αὔξησίς τε καὶ μείωσις τῆς ἐμφύτου θερμότητος. ἑτέρα δὲ, ἡ κατὰ τὴν ποσότητα τοῦ ψυχικοῦ πνεύματος ἀλλοίωσις. τρίτη δὲ, ἡ κατὰ τὴν τῆς δυνάμεως εὐρωστίαν τε καὶ ἀρρωστίαν. τετάρτη δὲ, ἡ κατὰ τὰ τῶν ὀργάνων πάθη. ἀλλὰ περὶ μὲν ταύτης, οὐ νῦν διδάσκειν καιρὸς, ἤδη γὰρ νοσεῖν ἀνάγκη τὸ ζῶον ἐν τοῖς τοιούτοις πάθεσιν. αἱ δὲ ἄλλαι πᾶσαι, τῶν σφυγμῶν ἀλλοιώσεις, καὶ ἐν τοῖς ὑγιαίνουσι γίγνονται. παρὰ μὲν τὴν αὔξησίν τε, καὶ μείωσιν τῆς ἐμφύτου θερμότητος, ἥ τε παρὰ τὰς ὥρας, καὶ τροφὰς, καὶ πόματα, καὶ λουτρὰ, καὶ τρίψεις, καὶ ὕπνους, καὶ ἐγρηγόρσεις, ἔτι τε τὰ ψυχικὰ πάθη, καὶ τὰς κατὰ προαίρεσιν ἐνεργείας. ἡ δὲ παρὰ τὴν τοῦ ψυχικοῦ πνεύματος ἀλλοίωσιν, ἐν ταῖς τῶν καθ' ὁρμὴν κινήσεων διαφοραῖς. ἡ δὲ παρὰ τὴν τῆς δυνάμεως εὐρωστίαν τε καὶ ἀρρωστίαν, ἐν ταῖς εὐκρασίαις τε καὶ δυσκρασίαις αὐτοῦ τοῦ σώματος τῆς τε καρδίας, καὶ τῶν ἀρτηριῶν. αἱ δὲ τῶν φλεβῶν ἐνέργειαι, σὺν καὶ τοῖς ἄλλοις ἅπασιν ὀργάνοις, ὅσα περὶ τὴν τῆς τροφῆς οἰκονομίαν ὑπὸ τῆς φύσεως ἐγένετο κατὰ τὰς ἐδωδάς τε καὶ πόσεις, ἀναδόσεις τε καὶ πέψεις, καὶ θρέψεις ἀλλοιοῦνται. μέρος δέ τι ταύταις ἐστὶν κἀν ταῖς ἀρτηρίαις. ὅσαι δὲ τῶν κινήσεων οὐκ ἔστιν ἐνέργειαι, τριττὴ τούτων ἡ διαφορά· τινὲς μὲν γὰρ ἐξ ἑαυτῶν τοῖς ζώοις ἐγγίνονται· τινὲς δὲ ἔξωθεν προσέρχονται· τινὲς δὲ ὑπὸ φαρμάκων καταναγκάζονται, ἐξ ἑαυτῶν μὲν, ἃς ἔμπροσθεν εἶπον. ἔξωθεν δὲ κατὰ τοὺς πλοῦς, καὶ τὰς ἱππασίας, καὶ τὰς αἰωρήσεις. ὅσαι τ' ἐκ τῶν ὀχημάτων γίγνονται, καὶ ὅσα διὰ σκιμπόδων ἐκκρεμαμένων, ἢ λίκνων σειομένων, ἢ ἐν ταῖς τροφῶν ἀγκάλαις τοῖς βρέφεσιν· ἐκ δὲ τῶν ἔξωθεν κινήσεων, εἴη ἂν καὶ ἡ ἀνάτριψις. εἴθ' οὕτως τις αὐτὴν ὀνομάζειν ὁμοίως τοῖς παλαιοῖς, εἴτε καὶ χωρὶς τῆς, ἀνὰ, προσθέσεως, ὥσπερ τοῖς νεωτέροις, βούλοιτο. διαφέρει γὰρ οὐδὲν εἰς τὰ παρόντα. ἔνιαι μέν τοι κινήσεις εἰσὶ μικταὶ, καθάπερ καὶ ἱππασίαι. οὐ γὰρ ὥσπερ ἐν τοῖς ὀχήμασι, καὶ μάλιστα ἐν οἷς κατακλίναντες ἀτρεμίζομεν, οὕτω κἀν τοῖς τῶν ἵππων ὀχήμασι συμπίπτει, σείεσθαι μόνον ὑπὸ τοῦ φέροντος, ἐνεργοῦντα μηδέν. ἀλλὰ τὴν ῥάχιν ὄρθιον ἀποδεικνύειν χρὴ, καὶ τοῖς μηροῖς ἀμφοτέροις ἀκριβῶς ἔχεσθαι τῶν πλευρῶν τοῦ ἵππου, καὶ τετάσθαι τὰ σκέλη, καὶ προορᾶσθαι τὰ πρόσθεν. ἐν τούτῳ γὰρ καὶ ἡ ὄψις γυμνάζεται, καὶ ὁ τράχηλος πονεῖ. μάλιστα δ' ἐν τῷ τοιούτῳ γυμνασίῳ, σείεται τὰ σπλάγχνα, σείεται μὴν οὐδὲν ἧττον τὰ σπλάγχνα, καὶ τοῖς ἀλλομένοις, ἐν μέν τοι ταῖς ἐπὶ τῶν ὀχημάτων αἰωρήσεσιν ἧττον. ὥστε εἴ τις ἐθέλοι τὰ κάτω φρενῶν σπλάγχνα κινῆσαι βιαιότερον, ἐπί τε τοὺς εἰρημένους ἡκέτω πόνους, καὶ πρὸς τούτοις, ὅσα διὰ τῆς τῶν ἁμμάτων περιθέσεως τρίβουσι, χρὴ δ' ὄπισθεν εἶναι τὸν τρίβοντα. περιφέροντα τὼ χεῖρε, ποτὲ μὲν ἐπ' ἀριστερὰ, ποτὲ δ' ἐπὶ δεξιὰ, συνεπικλινόμενα πρὸς ταῦτα, καὶ τριβόμενα, συγκινοῦσι μέν πως τὰ κάτω τῶν φρενῶν σπλάγχνα,

A atque horum quidem primùm & maximè; secundo loco reliquarum omnium partium; quandoquidem quatuor naturalibus facultatibus omnes gubernantur. Ac arteriarum quidem cordisque motus nunquam sanè omninò intermittitur, cæterùm magnitudine, paruitate, velocitate, tarditate, & vehementia & imbecillitate variè intenditur, atque remittitur idque multis ex causis; quas omnes in opere quod De pulsuum causis conscripsimus, percensui; nunc summa tantum capita delibasse sat erit. Vna igitur mutandi pulsus causa est naturalis caloris auctio, diminutióque. Altera causa est, quæ ex animalis B spiritus mutata quantitate spectatur. Tertia quæ ex firmitate, infirmitatéque virtutis accipitur. Quarta quæ ex instrumenti ipsius malo affectu æstimatur. Verùm de hac differere non est huius loci. Iam enim ægrotet animal necesse est in eiusmodi affectibus; quum reliquæ omnes pulsus mutationes etiam in sanis spectentur. Quæ igitur ex aucto diminutóque naturali calore mutatio oritur, ea pro anni tempore, nutrimento, potu, balneo, frictione, somno, & vigiliis, itemque animi affectibus, & actionibus voluntate susceptis incidit. Quæ verò ex animalis spi- C ritus alteratione nascitur, ea pro motus voluntarij differentiis variatur. Quæ ex virium firmitate infirmitatéque oritur, pro substantiæ ipsius cordis & arteriarum bono, contrarióve temperamento contingit. Porrò venarum opus vnà cum aliis instrumentis vniuersis, quæcunque natura ad alimenti dispensationem excogitauit, pro cibo potuque, tum verò pro distributionis in corpus, & concoctionis, & nutricationis ratione variatur. Huius verò mutationis arteriæ quoque participes sunt. Qui verò motus actiones non sunt, horum triplex diuersitas intelligitur. Alij namque animantibus ex seipsis insunt; alij D extrinsecus aduenìunt; alios medicamenta proritant. Et ex se quidem animalibus insunt ij, quos ante memoraui. Extrinsecus verò accedunt, qui nauigando, equitando, aut gestando, siue vehiculo, siue lectulo pendente, siue cunis agitatis præstantur, siue per nutricum vlnas, vt infantibus: extrinsecus præterea aduenientium, & frictio sit; siue quis eam ita velit appellare quemadmodum & antiqui, siue proferat fine additione particulæ, ἀνὰ, quemadmodum & recentiores. Nihil enim refert ad præsens institutum. Nonnulli tamen motus mixti planè sunt, E veluti equitatio. Non enim vt in vehiculis, præsertim in quibus stratus quiescas, ita etiam cum equo insideas, accidit, vt à gestante tantum agiteris, ipse nihil agas; quin spinam erectam sustinere, tum vtrisque fæmoribus equi costis firmiter hærere, & crura extendere oportet, etiam ante prospicere. In quo non modò visus exercetur, sed etiam collum laborat, præcipuè tamen viscera hoc genere agitantur. Porrò ea salientibus quoque æquè dimouentur, verùm iis qui vehiculo gestantur, non æquè. Quare si quis viscera, quæ sub septo sunt, mouere violentius F velit, & prædictos labores adeat, & præterea ad frictionem, quę per circumiectam fasciam administratur, accedat. Statuatur autem oportet, is qui fricat, à tergo; qui modò in dextram, modò in sinistram manus iniiciat, simul inclinante in has ipsas partes ipso qui fricatur. Sanè concutiunt nonnihil, ea quę sub septo viscera sunt;

& maximæ tum respirationes, tum voces; pari modo exsufflationes, & quæ per se fiunt, & quæ cum cohibito compressoque spiritu tum in tibiarum sono, tum voce adhibentur. Iam ipsa spiritus cohibitio, exercitatio quædam musculorum est, non minus certè eorum, qui in abdomine, quàm qui in thorace sunt. Verùm de hac post agetur, vtpote quæ supra alia, quæ modò retulimus, commoda, etiam alium vsum non leuem præstat, cuius nimirum causa ad finem exercitationum eam adhibemus. Verùm ad propositum redeundum, nempe quod non pauci ex iis motibus, qui partibus animalium accedunt, nec partium ipsarum actiones sunt, nec earum actiones sequuntur, sed ab aliis, & per alia perficiuntur: veluti in his, qui vehuntur, nauigant, fricantur, & purgantur medicamentis, tum vomitoriis, tum aluum ducentibus, fit. Verùm eiusmodi motus, huius de tuenda sanitate artis non est. Reliqui omnes, & potissimum ij, qui ex frictione fiunt, imprimis necessarij cognitu huius artis præsidi sunt; quippe ad quem spectat omnium motuum vires nouisse; Sicuti, reor, ad opifices ipsos spectat singulos particulares motus nosse, hi namque varietatem, quæ in materia est, norunt; gymnastes virtutis singulorum scientiam habet. Etenim, si quis me iubeat, armorum meditationis motus, vel alium doceam, vel ipse concinnè peragam, sanè vnumquemlibet eorum obire commodè nequeam. At si cui me hoplomachicorum, quum agit, adhibeas, non modò quam vim obtineat actionum quælibet, sed etiam quam maximè partem exercitet, omnibus illis certius norim. Imò verò (si verum ingenuè fateri oportet) hoplomachicus nullus earum vim reddat. Qui exercitationum artem probè callet, is omnes nouerit, singulas ad certos referens fines. Namque aut violentæ quædam sunt, grauésque ac robustæ; aut leues, celeres, & concitatæ; aut pariter violentæ, & celeres. Has igitur obiter dum agi conspicit, statim visas facilè dignoscit; atque hoc amplius, quænam crura, brachia, vel thoracem actio exerceat, quæ lumbos, caput, spinam, vel ventrem: quæ demum aliam quamuis partem egregiè præter cætera fatiget. Hoplomachicus enim aptè numerosèque motus peraget celeres fortassè, robustos, ac graues; cæterùm quòd densent, aut emacient eiusmodi motus, parum nouerit; pari modo nec quòd carnem augent, & rarefaciunt motus tardi. Iam idem robustè simul, & tardè & grauiter mouebitur; nec tamen, quòd istiusmodi motibus corpori robur, & grauitatem acquirit, intelligit. Aurigandi quoque peritus omnes motus particulares numerosè, aptéque, & ad vsum commodissimè efficiet; sed qui horum corpus emacient, aut carne impleant, robustum, vegetum, molle, durum, densum, rarúmve efficiant, omninò ignorat. Ita & peritus pila ludendi omnem pilæ iactum exceptúmque callet; minimè tamen, quem corpori affectum hi procreent nouit. Pædotriba quoque quicquid in palæstra motuum geritur, pernouit; quid quisque motus efficere queat, ignorat. Et (vt semel dicam) omnes homines, artifices iuxta, inertésque, quos corpore motus exercent, eorum ignorant vires, saltatores, nautæ, fabri, piscatores, agricolæ, fabri ferrarij, edificatores, sutores, omnes denique qui quiduis moliuntur.

A καὶ αἱ μέγισται τῶν ἀναπνοῶν τε καὶ φωνῶν, ὥσπερ γε καὶ αἱ ἐκφυσήσεις αἵ τε καταμόνας γιγνόμεναι, καὶ αἱ μετὰ καταλήψεως ἐν αὐλήσεσί τε καὶ φωναῖς, καὶ αὐτὴ δὲ ἡ κατάληψις τοῦ πνεύματος, γυμνάσιόν ἐστιν, οὐχ ἧττον τῶν κατ᾽ ἐπιγάστριον, ἢ τῶν κατὰ θώρακα μυῶν. ἀλλὰ περὶ μὲν ταύτης αὖθις εἰρήσεται. πρὸς γὰρ ταῖς εἰρημέναις ἄρτι, καὶ ἄλλην οὐ σμικρὰν χρείαν ἔχει, ἧς ἕνεκεν ἐπὶ τελευτῇ τῶν γυμνασίων αὐτὴν παραλαμβάνομεν. ἐπὶ δὲ τὸ προκείμενον ἐπανιτέον, ὡς πολλαὶ τῶν ἐγγινομένων κινήσεων τοῖς τοῦ ζώου μορίοις, οὔτ᾽ ἐνέργειαι τῶν μορίων αὐτῶν

B εἰσιν, οὔτ᾽ ἐνεργείαις ἀκολουθοῦσιν, ἀλλ᾽ ὑφ᾽ ἑτέρων τε καὶ δι᾽ ἑτέρων ἀποτελοῦνται. ὡς ἐπὶ τῶν ὀχουμένων γίγνονται, καὶ πλεόντων καὶ τριβομένων, καὶ καθαιρομένων ὑπὸ φαρμάκων, ἐμετηρίων τε, καὶ ὑπηλάτων. ἀλλ᾽ ἡ τοιαύτη κίνησις, οὐκ ἔστι τῆς ὑγιεινῆς πραγματείας. αἱ δ᾽ ἄλλαι πᾶσαι, καὶ μάλιστα ἡ διὰ τρίψεως, ἀναγκαιοτάτη γινώσκεσθαι τοῖς ὑγιεινοῖς. τῆς γὰρ τούτων τέχνης ἐστὶν, ἁπασῶν τῶν κινήσεων ἐπίστασθαι τὰς δυνάμεις, ὥσπερ οἶμαι τῶν τεχνιτῶν αὐτῶν, ἁπάσας τὰς κατὰ μέρος, ἐκεῖνοι μὲν γὰρ τῆς κατὰ τὴν ὕλην ποικιλίας, ὁ γυμναστὴς δὲ τῆς δυνάμεως αὐτῶν ἔχει

C τὴν γνῶσιν. εἰ γοῦν τις με κελεύσειεν ὁπλομαχικὰς κινήσεις, ἢ ἕτερον διδάσκειν, ἢ αὐτὸν εὐρύθμως κινεῖσθαι, οὐκ ἂν δυναίμην καλῶς ἐνεργῆσαι, μίαν δὲ αὐτῶν τὴν ἐπιτυχοῦσαν. εἰ μέν τοι παρείην τινὶ τῶν ὁπλομαχικῶν ἐνεργοῦντι, καὶ τίνα δύναμιν ἑκάστη τῶν ἐνεργειῶν ἔχει, καὶ τί μάλιστα μόριον ἐκπονεῖ, πάντων ἂν ἐκείνων ἀκριβέστερον εἰδείην· μᾶλλον δ᾽ εἰ χρὴ τἀληθὲς εἰπεῖν, ὁ μὲν ὁπλομαχικὸς, οὐδὲν ἂν εἴποι τῆς δυνάμεως αὐτῶν, ὁ δὲ τὴν περὶ τὰ γυμνάσια τέχνην ἐπιστάμενος ἀκριβῶς, ἁπάσας διαγνώσεται, πρὸς ὡρισμένους σκοποὺς ἀναφέρων, ἢ γὰρ βίαιοί

D τινές εἰσι, καὶ βραδεῖαι, καὶ εὔτονοι· ἢ κοῦφαι, καὶ ταχεῖαι, καὶ σύντονοι· ἢ βίαιοί τε ἅμα, καὶ ὀξεῖαι. ταῦτα οὖν γνωριεῖ ῥᾳδίως, ἐν αὐτῷ τῷ θεάσασθαι γινόμενα, καὶ πρὸς τούτοις ἔτι, τίνες μὲν ἐνέργειαι, σκέλη μᾶλλον, ἢ χεῖρας, ἢ θώρακα· τίνες δ᾽ ὀσφῦν, ἢ κεφαλὴν, ἢ ῥάχιν, ἢ γαστέρα· τίνες δ᾽ ὁτιοῦν ἄλλο μέρος, ὑπὲρ τἄλλα διαπονοῦσιν. ὁ μὲν γὰρ ὁπλομαχικὸς εὐρύθμως μὲν ἐνεργήσει κινήσεις ταχείας, εἰ οὕτως ἔτυχεν εὐτόνους τε ἅμα καὶ βαρείας· οὐ μὴν ὅτι τε πυκνοῦσιν, καὶ ἰσχναίνουσιν αἱ τοιαῦται κινήσεις, οἶδεν. ὥσπερ οὐδ᾽ ὅτι σαρκοῦσί τε καὶ ἀραιοῦσιν, αἱ βραδύτεραι. κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν

E τρόπον, ἐνεργήσει μέν ποτε κινήσεις εὐτόνους τε ἅμα, καὶ βραδείας, καὶ βαρείας, οὐ μὴν ὅτι γε ῥώμην αὗται, καὶ βάρος σώματος κατασκευάζουσιν οἶδεν. οὕτω δὲ καὶ ὁ ἡνίοχος ἐνεργήσει μὲν ἁπάσας τὰς κατὰ μέρος ἐνεργείας, εὐρυθμότατά τε ἅμα, καὶ τῇ χρείᾳ συμφορώτατα. ποῖαι δ᾽ αὐτῶν, ἤτοι λεπτύνουσιν, ἢ σαρκοῦσιν, ἢ ῥώμην, ἢ συντονίαν ἀποτελοῦσιν, ἢ μαλακὸν, ἢ σκληρὸν, ἢ πυκνὸν, ἢ ἀραιὸν ἐργάζονται τὸ σῶμα, παντάπασιν ἀγνοεῖ. κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν τρόπον, ὁ σφαιριστικὸς ἁπάσας μὲν ἐπίσταται τὰς τῆς σφαίρας βολάς τε καὶ λήψεις, οὐ μὴν τὴν τινά γε διάθεσιν ἑκάστη τῷ σώματι περιποιεῖ.

F οὕτω καὶ ὁ Παιδοτρίβης, ἁπασῶν μὲν τῶν κατὰ παλαίστραν ἐνεργειῶν ἐπιστήμων ἐστὶν, ὅτι καὶ ἑκάστη πέφυκε δρᾶν, ἀγνοεῖ. καὶ συλλήβδην εἰπεῖν, ἅπαντες ἄνθρωποι τεχνῖταί τε καὶ ἄτεχνοι, διὰ τῶν σωμάτων ἐνεργοῦντες, ἀγνοοῦσι τῶν ἐνεργειῶν τὰς δυνάμεις, ὀρχησταὶ, ναυτίλοι, τέκτονες, ἁλιεῖς, γεωργοὶ, χαλκεῖς, οἰκοδόμοι, σκυτοτόμοι, πάντες ἁπλῶς οἵ τι πράττοντες.

ἀλλ' ὁ γυμναστικός, ἀφ' ὧν εἶπον ὀλίγον ἔμπροσθεν, ὁρμώμενος, εἰ καὶ νῦν πρῶτος εἴη θεώμενος ἥντινα οὖν ἐνέργειαν, οὐκ ἀγνοήσει τὴν δύναμιν αὐτῆς. αὐτίκα τῶν ὀρχηστῶν αἱ σύντονοι κινήσεις, ἐν αἷς ἅλλονται μέγιστα, καὶ περιδινοῦνται στρεφόμενοι τάχιστα, καὶ ὀκλάσαντες ἐξανίστανται, καὶ προσανατείνουσι, καὶ διασχίζουσιν ἐπὶ πλεῖστον τὰ σκέλη. καὶ ἁπλῶς εἰπεῖν ἐν αἷς ὀξύτατα κινοῦνται, λεπτόν, καὶ μυῶδες, καὶ σκληρόν, καὶ πυκνόν, ἔτι τε σύντονον ἀποτελοῦσι τὸ σῶμα. κατὰ δὲ τὰς ἐκλύτους τε, καὶ βραδείας, καὶ μαλακὰς κινήσεις, οὐ μόνον οὐκ ἂν γένοιτο τὸ σῶμα τοιοῦτον, οἷον εἴρηται νῦν, ἀλλ' εἰ καὶ φύσει μυῶδές τε, καὶ σύντονον ὑπάρχει, τὴν ἐναντίαν ἀμείψει διάθεσιν. ὅπερ οὖν ὀλίγον ἔμπροσθεν ἔλεγον, ὡς ὁ παιδοτρίβης ὑπηρέτης ἐστὶ τοῦ γυμναστοῦ, τοιοῦτος οἷός περ ὁ μάγειρος ἰατροῦ, τοῦτο καὶ νῦν ἐπιδέδεικται. σκευάζει γὰρ ὁ μάγειρος, ἢ τεῦτλον, ἢ φακῆν, ἢ πτισάνην, ἄλλοτε ἀλλοίως, οὔτε τὸ σκευαζόμενον ὁποῖόν τι τὴν δύναμιν ἐστὶν ἐπιστάμενος, οὔθ' ἥτις τῶν σκευασιῶν βελτίστη. ὁ δ' ἰατρός, οὐδὲν μὲν τούτων ὁμοίως τῷ μαγείρῳ παρασκευάσαι δυνατός ἐστιν, παντὸς δὲ τοῦ παρασκευασθέντος, ἐπίσταται τὴν δύναμιν.

A At gymnastes ex iis, quæ ante retuli, principiis cuiuslibet actionis, etiam eius quam nunc primum, nec ante conspexit, vim tenebit; veluti statim saltantium vegeti motus, in quibus nimirum, quàm maximè saliunt, ac celerrimè circumacti vertuntur, & genu prius posito mox emicant, & crura, tum attrahunt, tum maximè diuaricant. Et summatim, in quibus ocyssimè mouentur, gracile, musculosum, durum, compactum, præterea vegetum corpus reddunt: at remissi, tardi, & languidi motus, non solùm non eiusmodi corpus, quale nunc diximus faciunt, sed contra, si natura musculosum, & vegetum sit, diuersam B omninò affectionem inducunt. Quod igitur paulò ante diximus pædotribam ita esse gymnastæ ministrum, vt medici coquum, id nunc quoque ostensum est. Quippe coquus betam, lentem, aut ptissanam aliàs alia ratione præparat; nec tamen, quod præparauit, quam vim obtineat intelligit, aut quænam præparandi ratio censenda sit optima. At medicus nihil horum ita, vt coquus, parare est potis; verùm quicquid præparatum sit, eius vires probè callet.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΒ'.

Ἐκ τῶν ἀνατρίψεών τε, καὶ τῶν γυμνασίων, καὶ τῶν ὕπνων, καὶ τῶν τροφῶν, καὶ τῶν λουτρῶν σύμμετρον τῷ ὑποκειμένῳ μειρακίῳ ἐκλεκτέον.

Ὁ τοίνυν γυμναστὴς τοῦ προκειμένου ἐν τῷ λόγῳ μειρακίου, τοῦ τὴν ἀρίστην ἔχοντος κατασκευήν, ἐπίσταται μὲν ἁπάντων γυμνασίων τὰς δυνάμεις, ἐκλέγεται δὲ καθ' ἕκαστον εἶδος τὰ σύμμετρά τε, καὶ μέσα τῶν ἀμετριῶν ἑκατέρων. οὔτε γὰρ ὀξέος, οὔτε βραδέος, ἡ ἀρίστη κατασκευὴ τοῦ σώματος, ἀλλὰ τοῦ μέσου τε, καὶ συμμέτρου δεῖται γυμνασίου. κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν λόγον, οὔτε βιαίου καὶ σφοδροῦ, οὔτ' ἐκλύτου καὶ ἀμυδροῦ, ἀλλὰ κἀντεῦθεν, τὸ σύμμετρον ἄριστον. οὐ γὰρ ὑπαλλάττειν προσήκει τὴν ἀρίστην κατασκευὴν τοῦ σώματος, ἀλλὰ φυλάττειν. εἴτ' οὖν ἐν ὅπλοις ἐθέλοι γυμνάζεσθαι τὸ τοιοῦτον μειράκιον, ὁ γυμναστὴς αὐτοῦ τὸν ἐμπειρότατον τῆς ὕλης τῶν ὁπλομαχικῶν ἐνεργειῶν παραλαβών, ἁπάσας αὐτῷ δειχθῆναι κελεύσει, κἄπειτ' αὐτὸς ἐκλέξεται, καὶ διακρινεῖ, καὶ προστάξει, κατὰ ποίας μὲν αὐτῶν ἐπὶ πλέον χρὴ γυμνάζεσθαι, καὶ κατὰ ποίας δ' ὀλιγάκις, ἢ συμμέτρως, ἢ οὐδ' ὅλως, ἢ διαπαντός. οὐ γὰρ δύναται λαθεῖν αὐτόν, οὔθ' ὅ, τι μόριον ἑκάστη διαπονεῖ μᾶλλον, οὔθ' ἥτις αὐτῆς ἐστιν ἡ ποιότης τε, καὶ ἡ δύναμις, εἴτε διὰ σφαίρας ἐπιθυμήσειε γυμνάζεσθαι, κἀνταῦθα πάλιν ἐξευρήσει τό τε εἶδος τῶν ἐνεργειῶν, καὶ τὴν ποιότητα, καὶ τὸ μέτρον, ὑπηρέτην λαβὼν τὸν σφαιριστικόν, παρ' οὗ τὴν ὕλην ἅπασαν θεάσασθαι τῶν ἐνεργειῶν. αὐτῆς μὲν γὰρ τῆς κατὰ μέρος ὕλης ἑκάστης τῶν τεχνῶν, ἄπειρός ἐστιν ὁ γυμναστής, ᾗ γυμναστής ἐστιν. εἰ δὲ ἅπαξ αὐτὴν θεάσαιτο, τήν τε ποιότητα, καὶ τὴν δύναμιν, αὐτίκα γνωρίζει. μυρίους γοῦν ἡμεῖς, ἀσθενέστερά τινα μέρη τοῦ σώματος ἔχοντας, ὡς συνεχέστατα τοῖς κατὰ ταῦτα νοσήμασιν ἁλίσκεσθαι, διὰ μόνης γυμναστικῆς ἀνερρώσαμεν, οὐκ ἀπαγαγόντες ἀπὸ τῶν οἰκείων γυμνασίων, ἀλλ' εἴτ' ὀρχηστικὸς ἦν, ὁ ἄνθρωπος, εἴθ' ὁπλομαχικός, εἴτε παγκρατιαστικός, εἴτε παλαιστρικός, εἴθ' ὁτιοῦν ἄλλο, τὰς ἐν ἐκείνῃ τῇ τέχνῃ κινήσεις ἁπάσας αὐτὸν ἐπιτάξαντες ἡμῶν παρόντων κινηθῆναι, κἀξ αὐτῶν ἐκλεξάμενοι τὰς ἐπιτηδειοτάτας ἅμα καιρῷ τε, καὶ μέτρῳ.

C

CAPVT XII.

Frictionem, exercitationem, somnum, cibum, balneum, & cætera, quæ proposito adolescenti adhibentur, moderata conuenire.

Ergo gymnastes propositi nobis adolescentis, vtique qui optimum corporis statum est sortitus, omnium quidem exercitationum vires pernouit; deligit verò ex omni genere, quod moderatum mediúmque inter vtrumque excessum est. Nam neque celeris, tardæve exercita- D tionis optimus status eget, sed planè mediocris, ac mediæ; nec rursus violentæ, & vehementis, nec remissæ, & languidæ, imò in his quoque mediocre optimum est; quando non alterare, sed planè seruare optimum corporis statum conuenit. Siue igitur armis eiusmodi adolescens velit exerceri, eius Gymnastes peritissimum materiæ hoplomachicarum actionum assumens, eum omnes sibi promere actiones iubebit; mox ipse eliget, ac discernet, imperabitque, quibus earum sæpe, quibus raro, quibus mediocriter, quibus aut nunquam, aut semper exercitari eum E velit: quippe quem latere non potest, quæ quodque membrum exercitatio magis agitet, quæve cuiusque exercitationis qualitas, facultásve sit. Si verò pila exerceri desideret, hic quoque rursus tum speciem, tum qualitatem, tum modum, actionis inueniet, eum pilæ peritum ministrum accipiens à quo ille omnem eius generis actionum materiam possit videre. Nam ipsius propriæ cuiusque artis materiæ gymnastes, quà gymnastes, omninò est ignarus: verùm, vbi semel inspexit, non solùm qualitatem, sed etiam vim eius, protinus intelligit. Quamplurimos enim ipsi ex F iis, quibus imbecilliores quædam corporis partes erant, vnde crebris in his vrgebantur morbis, vnius gymnasticæ ope restituimus: non abducẽtes à propriis exercitationibus, sed siue quis saltator erat, siue hoplomachicus, siue pancratiastes, siue luctator, siue alio quouis genere exercitatus, iusso eo nobis præsentibus artis suæ omnes motus promere, mox appositissimis vnà cum tempore, & mensura delectis.

lectis. Verùm de correctione id genus, procedente tractatu agemus, ea scilicet operis parte, in qua de vitiosis corporum constitutionibus disceptabitur. Nunc optimè comparato corpori suum statum tueri proposuimus. Porrò huic ex omni genere mediocritas adhibẽda est ex frictione, exercitatione, balneo, cibo, somno, ita vt nec durior illi, nec mollior, habitus corporis reddatur. Quippe ab extrinsecus imminentibus facilè offenditur, ille corporis inhibet auctum. Præterea nec densior, ne videlicet in carne excrementorum aliquid hæreat; nec rarior, ne quod est salubre effluat. Simili modo, si quidem optimo habitu erat, nec solito gracilior, nec crassior, quum constet gracilitatem externis iniuriis, crassitudinem iis, quæ internæ ab ipso corpore proueniunt, esse obnoxiam. Pari modo neque calidius, frigidius, siccius, vel humidius, efficere eiusmodi corpus expedit, siquidem inculpato temperamento erat. Vnum igitur est, quod in ita se habente corpore est spectandum, nempe in omni tuendæ sanitatis materia, quod conueniens, mediocréque est. Porrò id est inter vtrumque excessum, planè medium. Quemadmodum autem huius maximè sis compos, supra iam dictum est. Cæterùm de iis, quæ maximè necessaria sunt, vel sæpius meminisse non sit profectò inutile. Prima ergo dies crassiorem coniecturam præbebit, secunda verò, tertia, quarta & reliquarum quælibet, pro ratione magis exactam. Quippe in prima die omnia tibi pro dictis iam scopis sunt peragenda. Exuat se, sicut Ægimius præcepit, vbi in lotio iam perfecta concoctio cernitur. Mox frictionis ratio huc spectet, vt membra molliantur. Docebit id tum floridus color, qui in summa cute residebit, tum artuum flexibilitas, habilitásque ad omnem motum. Post hæc exercitetur donec & corpus intumescat, & color illi floridus appareat, & motus promptè, æqualiter, & concinnè edat. Inter hæc verò sudorem cum calido vapore mistum cernes. Inhibenda verò exercitatio tum primùm est, quum aliquod horum fuerit mutatum. Quippe si contractior paulò corporis moles videbitur, illico quiescere debet adolescens; si enim amplius se exerceat, etiam boni succi nonnihil educetur; atque ita tum gracilius corpus fiet, tum aridius atque ad incrementum minùs habile. Non minùs profectò & si coloris gratia marcescat, cessandum est, quando, si vlterius exerceas, frigidum corpus efficies, & nimium exhauries. Iam motuum alacritas, æqualitas, vel concinnitas si remitti quippiam, collabique cernitur, vtique statim desinere conueniet. Itidem si in sudore accidat vlla qualitatis eius, quantitatisve mutatio, quippe quem & copiosum magis, & magis calidum edi par est, prout motibus vehementiæ plus accesserit. Quum igitur is aut minor intelligitur, aut frigidior, tum scias digeri exhauririque corpus, præterea refrigerari ac siccari plus iusto. Quo magis sollicitè attendendum exercitando corpori est, vt quum dictarum iam notarum quælibet apparet, protinus cesset. Nec tamen protinus lauatum ablegandum est, sed summam exercitationis intensionem, remittere sistereque iubebitur. Quòd si ilia cohibendo anhelitu implere velis, perfundi oleo, atque apotherapia vti deinceps debebit. Porrò ea cuiusmodi res sit, simul qui sint in ea scopi, & quæ mensura, præterea quibus absoluatur tum motibus, tum frictionibus, sequenti libro monstrabitur, præsentem enim vtpote

A περὶ μὲν δὴ τῶν τοιούτων ἐπανορθώσεων ἐπὶ προήκοντι τῷ λόγῳ διαλέξομαι, κατ᾽ ἐκεῖνο τὸ μέρος τῆς πραγματείας, ἐν ᾧ περὶ τῶν μοχθηρῶν κατασκευῶν τοῦ σώματος δίειμι, νυνὶ δὲ τὸ μὲν ἄριστον σῶμα πρόκειται φυλάττειν ἄριστον. ἐξ ἁπάντων δὴ ἐκλεκτέον αὐτῷ, τὸ σύμμετρον ἐκ τρίψεων, ἐκ γυμνασίων, ἐκ λουτρῶν, ἐκ τροφῶν, ἐξ ὕπνων, μήτε μαλακωτέραν αὐτοῦ τὴν ἕξιν τοῦ σώματος ἐργαζομένους, μήτε σκληροτέραν. ἡ μὲν γὰρ εὐκίνητος ὑπὸ τῶν ἔξωθεν αἰτίων, ἡ δὲ τὴν αὔξησιν κωλύει, μήτε πυκνοτέραν, ὡς ἴσχεσθαί τι τῶν κατὰ σάρκα περιττωμάτων, μήτε ἀραιοτέραν, ὡς ἀπορρεῖν τι καὶ τοῦ

B χρηστοῦ. κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν τρόπον, οὐδ᾽ ἰσχνότερον ἑαυτοῦ ποιητέον οὐδὲ παχύτερον, εἴπερ ἄριστα διέκειτο γινώσκοντας, ὡς τὸ μὲν ἰσχνότερον, εὐεπηρέαστον ὑπὸ τῶν ἔξωθεν αἰτίων, τὸ δὲ παχύτερον ὑπὸ τῶν ἔνδοθεν ἐξ αὐτοῦ τοῦ σώματος ὁρμωμένων. τί γὰρ δεῖ λέγειν, ὡς οὐδὲ θερμότερον αὐτό, ἢ ψυχρότερον, ἢ ξηρότερον, ἢ ὑγρότερον ἀποφαντέον, εἴπερ ἀμέμπτως ἐκέκρατο. εἷς οὖν ἐπὶ τοῦ τοιούτου σώματος ὁ σκοπός, ἐν ἁπάσαις ταῖς ὑγιειναῖς ὕλαις τὸ σύμμετρόν τε, καὶ μέτριον, ὅπερ ἀκριβῶς ἐστι μέσον ἑκατέρων τῶν ἀμετριῶν. ὡς δ᾽ ἄν τις μάλιστα τοῦ σκοποῦ τυγχάνῃ, λέλεκται μὲν ἤδη καὶ πρόσθεν· ἀλλ᾽ οὐδὲν χεῖρον

C ὑπὲρ τῶν ἀναγκαιοτάτων ἀναμιμνήσκειν πολλάκις. ἡ μὲν γὰρ πρώτη τῶν ἡμερῶν, πλατὺν ἔχει τὸν στοχασμόν, ἡ δὲ δευτέρα, καὶ ἡ τρίτη, καὶ ἡ τετάρτη, καὶ τῶν λοιπῶν ἑκάστη, κατὰ τὸ ἑξῆς ἀκριβέστερον. ἐν γὰρ τῇ πρώτῃ, διὰ τῶν εἰρημένων σκοπῶν ἅπαντά σοι πραττέσθω. ἀποδυέσθω μὲν ἐπὶ πεπεμμένοις ἀκριβῶς τοῖς οὔροις, ὡς ὁ Αἰγίμιος ἐκέλευσεν. ἐφεξῆς δὲ τῆς μὲν ἀνατρίψεως ὁ σκοπός, ὡς μαλαχθῆναι τὰ μόρια, δηλώσει δὲ τότε ἐπιτρέχον ἄνθος αὖθις, καὶ τὸ ῥᾳδίως ἐπαλλάττειν τὰ κῶλα, καὶ τὸ πρὸς τὰς κινήσεις ἁπάσας ἑτοίμως ἔχειν. μετὰ ταῦτα δὲ ἤδη γυμναζέσθω μέχρις ἂν εἰς ὄγκον αἴρηται τὸ σῶμα, καὶ εὐανθὲς

D ὑπάρχῃ, καὶ αἱ κινήσεις ἕτοιμοί τε, καὶ ὁμαλαί, καὶ εὔρυθμοι γίγνωνται. ἐν τούτῳ δὲ καὶ ἱδρῶτα θεάσῃ θερμῷ ἀτμῷ συμμιγῆ. παύσασθαι δὲ τηνικαῦτα πρῶτον, ἐπειδὰν ἕν τι τῶν εἰρημένων ἀλλοιωθῇ. καὶ γὰρ εἰ φανείη σοι συστελλόμενος ὁ τοῦ σώματος ὄγκος, αὐτίκα παύειν τὸ μειράκιον, εἰ γὰρ ἐπὶ πλέον γυμνάζοις, ἐκκενώσεις τι, καὶ τῶν χρηστῶν· ὥστ᾽ ἰσχνότερον ἀποδείξεις τὸ σῶμα, καὶ ξηρότερον, καὶ ἀναυξέστερον. ὡσαύτως δὲ καὶ εἰ τὸ τῆς χρόας εὐανθὲς μαραίνοιτο, παύεσθαι, καὶ γὰρ καταψύξεις τὸ σῶμα, καὶ διαφορήσεις ἐπὶ πλέον εἰ γυμνάζοις ἔτι. καὶ μὲν δὴ καὶ τὸ κινήσεων ἕτοιμον, ἢ εὔρυθμον, ἢ ὁμαλές, ἐπειδὰν ἐνδι-

E δοῦναι προσφαίνηται, καὶ ὀκλάζειν κατά τι, παύειν αὐτίκα· καὶ εἰ περὶ τὸν ἱδρῶτα γίγνοιτό τις, ἢ κατὰ τὸ πλῆθος, ἢ κατὰ τὴν ποιότητα μεταβολή. πλέονα γὰρ ἀεί, καὶ μᾶλλον αὐτὸν γίγνεσθαι χρὴ καὶ θερμότερον, εἰς ὅσον ἂν αἱ κινήσεις ἀνάγωνται πρὸς τὸ σφοδρότερον. ὅταν οὖν, ἢ ἐλάττων, ἢ ψυχρότερος γίγνηται, διαφορεῖται ἤδη τὸ σῶμα καὶ ψύχεται, καὶ ξηραίνεται περαιτέρω τοῦ προσήκοντος. ἀκριβῶς οὖν προσέχειν τὸν νοῦν τῷ γυμναζομένῳ σώματι, καὶ διαπαύειν εὐθέως, ἐπειδὰν προσφαίνηταί τι τῶν εἰρημένων σημείων. οὐ μὴν αὐτίκα γε ἀπολύειν λουσόμενον, ἀλλὰ τῆς μὲν ἀκμῆς τῶν γυμνασίων

F ἐπισχεῖν, καὶ στῆναι κελεῦσαι. καὶ εἰ βουληθείης κατοχῇ πνεύματος πληρῶσαι τὰς λαγόνας, περιχέοντα τοὔλαιον ἀποθεραπεύειν τοὐντεῦθεν. ὁποῖον δέ τι πρᾶγμά ἐστιν ἡ ἀποθεραπεία, καὶ τίνες ἐν αὐτῇ σκοποί, καὶ τί τὸ μέτρον ἐξ ὧν τε συμπληροῦται κινήσεών τε καὶ τρίψεων, ἐν τῷ μετὰ ταῦτα λόγῳ δηλωθήσεται· νυνὶ μὲν γὰρ μοι δοκῶ καταπαύειν ἤδη τὸν ἐνεστῶτα

αὐτάρκες ἔχοντα μέτρον. ἐκεῖνο μόνον ἔτι προσθεὶς, ὡς καὶ τὸ A λουτρὸν, τὸ ἀκριβῶς εὔκρατον, ἐπὶ τῆς προκειμένης ἡλικίας τε, καὶ φύσεως ἐκλέγεσθαι προσήκει. πρόκειται δὲ εἴ γε μεμνήμεθα, τρίτη τις ἑβδομὰς ἐτῶν ἀπὸ τῆς γενετῆς, τουτέστιν ἡ μετὰ τεσσαρεσκαιδέκατον ἔτος ἡλικία, μέχρι πρώτου καὶ εἰκοστοῦ, καθ' ἣν οὐδέπω κελεύω ψυχρολουτεῖν τὸ μειράκιον, ἵν' ἐπὶ πλεῖστον αὔξοιτο. τελειωθέντος δὲ κατὰ μέγεθος, ἐπισκεψώμεθά τι καὶ περὶ τῆς ψυχρολουσίας. ὡσαύτως δὲ καὶ περὶ τῶν ἐν κόνει γυμνασίων, ἀκριβέστερον ἐπισκεψόμεθα κατὰ τὸν ἑξῆς λόγον. ἐν δέ γε τῷ παρόντι τοῦτο εἰπεῖν ἀρκέσει, τὸ μηδὲ κόνεως χρῄζειν τὸ μειράκιον, εἰ τὸν οἶκον ἐν B ᾧ γυμνάζεται, καθ' ὃν ἐν ἀρχῇ τρόπον ἐκέλευσα, παρεσκευασμένον ἔχοι. εἰ δέ γε θερμότερος εἴη, καὶ κόνει χρηστέον. εἰ μὲν δὴ κονίσεται, πάντως λουστέον. εἰ δὲ μὴ κονίσαιτο, δυνατὸν καὶ μὴ λούσασθαι, καὶ μάλιστα χειμῶνος. ἐφεξῆς δὲ καὶ ὅσα περὶ τροφὴν, ἢ ποτὸν, ἢ ὕπνον, ἢ περίπατον ἐστοχάσθαι χρὴ τὸν ἐπιστάτην τοῦ μειρακίου, καὶ λεχθήσεται μὲν ἐν τοῖς ἑξῆς. ἀδύνατον δὲ ἀκριβῶς ἐπιτυχεῖν αὐτῶν ἐν τῇ πρώτῃ τῶν ἡμερῶν, ἀλλὰ κατὰ τὴν δευτέραν, ἐπὶ πόσοις γυμνασίοις ὅπως διῃτήθη γινώσκων, εἰ μὲν ἀκριβῶς φαίνοιτο διαφυλάττον τὴν ἑαυτοῦ φύσιν, ἐν τοῖς αὐτοῖς μέτροις C διαιτήσει τε, καὶ διαγυμνάσει. μὴ φυλάττοντα δὲ, καθ' ὅτι ἂν ἐξίσταται τῶν ἀρχαίων, ἐπανάγειν πειράσεται μεταβάλλων τὰ μέτρα. καὶ τοῦτο οὐ παύσεται ποιῶν ἄχρι περ ἂν ἐφ' ἑκάστου τῶν πραττομένων ἀκριβὲς ὁρίσῃ τὸ μέτρον. ὁπόσαι δὲ εἰσὶ, καὶ τίνες αἱ εἰς τὸ παρὰ φύσιν ἐκτροπαὶ, καὶ πῶς ἑκάστην χρὴ διαγινώσκειν τε καὶ θεραπεύειν, ὁ ἐφεξῆς λόγος ἐξηγήσεται.

A satis verborum habentem iam commodè videor finitus, si modò illud vnum adiecero, lauacrum, quod omninò medio temperamento sit, ad propositam ætatem naturamque esse eligendum. Propositum namque est, si rectè meminimus, tertium à natiuitate septennium, id est quod inter quartumdecimum, ac vnum & vigesimum annum interuenit; quo vtique frigida lauari adolescentem adhuc nolim, ne incremento eius (cui plurimum est consulendum) sit in mora. Vbi verò iustam magnitudinem impleuerit, etiam de frigida lauatione aliquid dispiciemus. Simili ratione & de exercitationibus quæ in puluere obeuntur, exquisitiùs B in sequenti sermone agemus. In præsenti illud nouisse satis erit, ne puluere quidem huic adolescenti opus esse; modò illi, in qua exercitabitur, domus ad eum modum quem inter initia præcepimus, præparata sit. Verùm si calidior sit, tum puluere vtendum. At eo si vtetur, omninò erit lauandum. Si non vtetur, liceat & illotum dimittere, præsertim hyeme. Post hæc verò & quæ ad cibum, potum, somnum, ambulationémque pertinent, coniectanda huic sunt qui adolescenti præficitur; & in sequentibus à nobis dicentur. Verùm fieri non potest vt modi horum primo saltem die ratio illi exacta constet, secundò, vbi exploratum C habuerit quomodo post quot exercitationes nutritus adolescens sit, si proprium naturæ habitum prorsus seruare viderit, eodem seruato modo, tum nutriet adolescentem, tum exercitabit. Sin autem non seruauerit, quacunque ratione à pristino habitu est lapsus, reducere eum mutata mensura tentabit; atque hoc facere non desistet, quoad in singulis peragendis exactum modum definierit. Quot verò & qui sint præter naturam lapsus, ac quemadmodum quemlibet tum agnoscere, tum reparare conueniat, in sequenti opere docebitur.



GALENI



ΓΑΛΗΝΟΥ ΥΓΙΕΙΝΩΝ
ΛΟΓΟΣ Γ'.

GALENI DE SANITATE
TVENDA LIBER TERTIVS.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΤΩΝ ΕΝ ΤΩ Γ'. ΛΟΓΩ.

Ἐνδείκνυσιν ἀκριβῆ τὴν κόπων τε, καὶ τὴν ἄλλων διαθέσεων διάγνωσιν καὶ θεραπείαν, ἣ τοῖς γυμνασίοις ἀκολουθοῦσι, καὶ τῶν ὑγιεινῶν ἀνθρώπων εἰσὶ συμπτώματα.

ARGVMENTVM LIBRI.

Plenam laßitudinum, & cæterorum affectuum dignotionem, ac curationem exhibet; quatenus exercitationes sequuntur, & sunt sanorum hominum symptomata.

CAPVT PRIMVM.

Quid actum superioribus libris, quid hoc agendum.



MEDICORVM gymnastarúmque qui de sanitate tuenda scripserunt, alij omnium hominum communia præcepta tradiderunt, nihil vsquam cogitantes de corporum nostrorum per species differentia. Aliis dissidere inter se corpora nostra non paruo discrimine placuit, eorum tamen doctrinas, ceu comprehendi planè vniuersæ nequeant, consultò omiserunt. Pauci omninò qui per species & genera discernere sunt aggressi, plura perperam quàm rectè scripserunt. Nos primo statim volumine, quot numero species humanorum corporum sint, indicauimus, promisimúsque singulis propria tuendæ sanitatis præcepta seorsum tradituros. Exorsi autem sumus ab eo qui inculpatum corporis habitum haberet. Quoniam autem is homo negociorum interdum occasione, vel sponte, vel inuitus pro secundæ valetudinis præceptis viuere prohibetur, satius visum est primum eum liberum, suæque planè spontis, ac vni corporis valetudini vacantem proponere. Ac quemadmodum quidem educari eiusmodi hominem conueniat, primo libro docuimus, ad quartumdecimum vsque annum curam eius persecuti; secundo qua ratione ad virilem ætatem duci debeat indicauimus; vbi longior sermo incidit, postquam in communia salubris artis capita deuenit, sine quibus ne de proposita quidem ætate naturáque exactè differere licebat. Omnes enim

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Α'.

Τί ἐν τοῖς ἔμπροσθεν εἴρηται; καὶ τί ἐν τῷδε ῥητέον.

A 

ΤΩΝ γραψάντων ὑγιεινὰς πραγματείας ἰατρῶν τε καὶ γυμναστῶν, ἔνιοι μὲν ἅπασιν ἀνθρώποις κοινάς τινας ὑποθήκας ἐποιήσαντο, μηδὲν νοήσαντες ὅλως ὑπὲρ τῆς κατ' εἶδος ἐν τοῖς σώμασιν ἡμῶν διαφορᾶς. ἔνιοι δὲ ὅτι μὲν οὐ μικρῷ τινι διαφέρομεν ἀλλήλων, ἐδήλωσαν, ὡς δὲ ἀδύνατον ἁπάσας ἐπελθεῖν τὰς διαφορὰς, ἑκόντες παρέλιπον. ὀλίγοι δέ τινες εἴδεσί τε καὶ γένεσιν ἐπιχειρήσαντες ἀφορίσασθαι, πλείονα διήμαρτον, ὧν κατώρθωσαν. ἡμεῖς δὲ κατὰ τὸ πρῶτον εὐθέως βιβλίον ἐδηλώσαμεν, ὁπόσα τὰ πάντα
B ἐστὶν εἴδη τῶν ἀνθρωπίνων σωμάτων. ἐπηγγειλάμεθά τε καθ' ἕκαστον ἴδια γράψειν ὑποθήκας ὑγιεινάς. ἠρξάμεθα δ' ἀπὸ τοῦ τὴν κατασκευὴν ἄμεμπτον ἔχοντος. ἐπεὶ δὲ καὶ ὁ τοιοῦτος ἄνθρωπος ἐν περιστάσεσι πραγμάτων ἐνίοτε γινόμενος, ἢ ἑκὼν, ἢ ἄκων ἐμποδίζεται κατὰ τὰ παραγγέλματα τῆς ὑγιεινῆς τέχνης διαιτᾶσθαι, κάλλιον ἔδοξεν ὑποθέσθαι πρῶτον αὐτὸν ἐλεύθερον ἀκριβῶς, αὐτῇ μόνον τῇ τοῦ σώματος ὑγιείᾳ σχολάζοντα. ὅπως μὲν οὖν ἀνατρέφεσθαι χρὴ τὸν τοιοῦτον ἄνθρωπον, ὁ πρῶτος λόγος ἔδειξε, μέχρι τῆς τεσσαρεσκαιδεκαέτιδος ἡλικίας ἐκτείνας αὐτοῦ τὴν ἐπιμέλειαν. ὅπως δ' ἀνδροῦται, διὰ τοῦ δευτέρου γράμματος ἐδηλώσαμεν, ἐμηκύνθη δ' ὁ λόγος εἰς κοινὰ κεφάλαια τῆς ὑγιεινῆς πραγματείας ἀφικόμενος, ὧν χωρὶς οὐχ οἷόν τ' ἦν, οὐδὲ περὶ τῆς ὑποκειμένης ἡλικίας τε, καὶ φύσεως ἀκριβῶς διελθεῖν. ἁπάσας γὰρ

ἐξηριθμησάμεθα, τάς τε τῶν τρίψεων, καὶ τῶν γυμνασίων διαφοράς. οὐ μὴν διὰ τὰς κατὰ μέρος, ὅτι μὴ πάρεργον ἕνεκα παραδείγματος εἰς χρείαν ἐλθούσας, ἀλλὰ τὰς ἐν εἴδεσί τε καὶ γένεσιν ἀφωρισμένας. ἐν μὲν ταῖς τρίψεσι τήν σκληρὰν, καὶ τὴν μαλακὴν, καὶ πρὸ τούτων γε τὴν σύμμετρον, ἣν τινα δύναμιν ἔχουσιν, ἐξηγησάμενοι. προσθέντες δ᾽ αὐταῖς τὰς κατὰ τὸ ποσὸν διαφορὰς, τρεῖς οὔσας καὶ αὐτὰς, εἶτα κατὰ συζυγίαν ἐννέα τὰς πάσας ἐπιδείξαντες, ἑκάστης τε τὴν δύναμιν εἰπόντες. ἐν δὲ τοῖς γυμνασίοις, τίνα μὲν ὀξέα τε, καὶ ταχέα προσαγορεύομεν, τίνα δ᾽ ἀμβλέα τε, καὶ βραδέα, καὶ τίνα τούτων μέσα τε καὶ πρῶτα, κατά γε τὴν φύσιν ὑπάρχοντα· καὶ περὶ τῶν εὐτόνων, καὶ μαλακῶν, καὶ βαρέων δὴ καὶ κούφων ὁμοίως, ὅσα τε τούτων ἐστὶ τὰ μέσα διελθόντες, ἐδείξαμεν ὡς χρὴ τὴν ἀρίστην κατασκευὴν ἐν ἅπασι τοῖς μετρίοις τε καὶ συμμέτροις, ἃ δὴ καὶ μέσα τῶν ἀμέτρων ἐστὶ, διαιτᾶσθαι. κατά τε τρίψεις, καὶ γυμνάσια, καὶ λουτρὰ, καὶ τροφὰς, ὅσα τ᾽ ἄλλα συμπληροῖ τὴν ὑγιεινὴν δίαιταν. ὑπεσχόμεθά τε καθάπερ ἐπὶ τρίψεών τε καὶ γυμνασίων ἐποιήσαμεν, εἰς εἴδη τινὰ κοινὰ τὴν θεωρίαν ἀναγαγόντες, ὥστε εὐμνημόνευτόν τε ἅμα, καὶ μεθοδικὴν εἶναι τὴν διδασκαλίαν, οὕτω κἀπὶ τῶν ἄλλων ἁπάντων ποιῆσαι· καὶ πρῶτόν γε περὶ τῆς καλουμένης ἀποθεραπείας, ἐπειδὴ ἔμπροσθεν ἐφεξῆς ἐτέτακτο, δηλώσαντες γὰρ εἰς ὅσον ἐπιτείνειν τε, καὶ προσαύξειν χρὴ τὰ γυμνάσια, πρὸς τὸ τέλος, ὡς ἐν ὑγιείας λόγῳ, ἀκολουθεῖν ἔφαμεν αὐτοῖς τὴν καλουμένην ἀποθεραπείαν, ὑπὲρ ἧς ἤδη λέγωμεν.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Β΄.

Περὶ ἀποθεραπείας τῆς μετὰ τῶν γυμνασίων, ἤτοι ἀνατρίψει, ἢ ἄλλῳ τινὶ τρόπῳ παραλαμβανομένης.

ΕΝ μὲν καὶ πρῶτον, ὡς διπλῆ κατὰ γένος ἐστί. ἡ μέν τις, ὡς μέρος, ἡ δ᾽ ὡς εἶδος γυμνασίου. περὶ δὴ τῆς ὡς εἶδος, ἑξῆς ἐροῦμεν. περὶ δὲ τῆς ὡς μέρος, ἤδη λέγωμεν. ἁπάντος γυμνασίου καλῶς ἐπιτελουμένου, τὸ τελευταῖον μέρος ἀποθεραπεία καλεῖται, δύο δ᾽ αὐτῆς οἱ σκοποὶ, κενῶσαί τε τὰ περιττώματα, καὶ ἄκοπον φυλάξαι τὸ σῶμα. κοινὸς μὲν οὖν ὁ πρότερος σκοπὸς ὅλῳ τῷ γυμνασίῳ τῶν ἀθλητῶν τε, καὶ τῶν ὁποιονοῦν ἔργον ἀναγκαῖον ἐν τῷ βίῳ διαπραττομένων, οἷον ἤτοι σκαπτόντων. καὶ γὰρ κἀκείνου δύο τοὺς πάντας ἐλέγομεν εἶναι σκοπούς· ἐπιῤῥῶσαί τε τὰ στερεὰ μόρια τοῦ ζώου, καὶ κενῶσαι τὰ περιττώματα. ὁ δ᾽ ἴδιος τῆς ἀποθεραπείας σκοπὸς, ἐνστῆναί τε, καὶ διακωλῦσαι τοὺς εἰωθότας ἐπιγίνεσθαι τοῖς ἀμετροτέροις γυμνασίοις κόπους. ἐπὶ μὲν οὖν τῶν ἀθλητῶν, οἷον ἤτοι σκαπτόντων, ἢ ὁδοιπορούντων, ἢ ἐρεσσόντων, ἤ τι τοιοῦτον διαπραττομένων ὁποιονοῦν ἔργον ἀναγκαῖον ἐν τῷ βίῳ, ἑτοιμότεροι οἱ κόποι συνίστανται, πλὴν εἴ τις ἀποθεραπείᾳ χρῷτο· κατὰ τὸ προκείμενον ἐν τῷ νῦν λόγῳ, σῶμα τὸ κάλλιστα κατεσκευασμένον ἀπηλλαγμένον τε δουλείας ἁπάσης, ὡς μόνῃ σχολάζειν ὑγιείᾳ, σπάνιος ἡ τοῦ κόπου γένεσις. ὥσπερ γὰρ οὐδ᾽ οἱ πλεῖστα πονοῦντες ἀθληταὶ κατ᾽ ἄλλο τι γυμνάσιον, ἐφεδρεύοντα κόπον ἔχουσι, πλὴν τὸ καλούμενον ὑπ᾽ αὐτῶν τέλειον, οὕτως οὐδ᾽ οἱ βίον ἐλεύθερον ζῶντες ὑγιείας μόνης ἕνεκα γυμναζόμενοι κοπιαθήσονταί ποτε, διὰ τὸ μηδ᾽ εἰς ἀνάγκην ἀφικνεῖσθαι τοῦ τοιούτου γυμνασίου. τοῖς μὲν γὰρ ἀθληταῖς ἀναγκαῖόν ἐστιν,

tum frictionis, tum exercitationis differentias enumerauimus, non mehercle particulares (nisi sicubi has obiter, exempli causa, non necessitatis referre ex vsu fuit) sed quæ genere ac specie sunt distinctæ. Ergo in frictionibus quidem quam mollis duráque, & ante has mediocris, facultatem obtineant, interpretati sumus. Adiecimus & differẽtias quæ à quantitate sumuntur, quę & ipsæ tres sunt numero; mox quæ ex coniugatione harum oriuntur; omnes in totum numero nouem, etiam potestate singularum exposita. In exercitationibus verò enarratis, quænam acuta velóxque vocetur, quænam hebes tardáque, ac quæ harum mediæ primæque natura saltem sint; itémque quæ valens ac mollis, præterea grauis leuisque, quæque harum sint mediæ, simili modo tractatis, docuimus optimum corporis statum per omnia quæ mediocria conuenientiáque sunt, quæ eadem media planè excessuũ sunt, agi debere; idque tum in frictione, tum exercitatione, tum balneo, tum alimento, omnibus denique quæ salubrem victus rationem complent; pollicitique sumus, sicuti de frictione exercitationéque fecimus, vbi in genera quædam communia speculationem reuocauimus, quò simul recordatu facilis, ac certa ratione viaque tradita doctrina esset, ita & in reliquis omnibus facturos; ac primùm quidem de ea quam apotherapiam vocant, acturos; quandoquidem ea proximo loco tractanda in superioribus est proposita. Quippe vbi quousque intendere augeréque exercitationem oporteat, quod ad sanitatis rationem pertinet, præcepimus, finem quoque sequi debere diximus apotherapiam, de qua nunc agemus.

CAPVT II.

De apotherapia quæ post exercitationes, tum frictione, tum aliis modis adhibetur.

EST igitur vnum quidem primum, quòd ea genere duplex est. Altera quidem exercitationis ceu pars, altera eius ceu species. Ac de ea quidem quæ ceu species censetur, postea dicemus; de ea verò quæ vt pars habetur, nunc agendum. Omnis exercitationis probè peractæ postrema pars apotherapia dicitur. Et duplici scopo suscipitur, & vt excrementa expurget, & vt corpus à lassitudine tutum reddat. Communis igitur prior scopus est omni exercitationi cùm athletarum, tum eorum qui opus aliquod vitæ necessarium exercent, vt fodientium, quandoquidem eius quoque duplex omninò scopus est, & vt solidas animalis partes firmet, & excrementa expurget. Proprius tamen apotherapiæ scopus est, vt lassitudinem, quæ succedere immodico exercitio solet, summoueat atque prohibeat. Ac athletis quidem, sicut & iis, qui vel fodiunt, vel iter agunt, vel remigant, vel tale quippiam opus vitæ necessarium obeunt; præstò lassitudines adsunt, nisi apotherapia deuitentur. Verùm de quo hoc loco agimus, optimè comparatum corpus, quod ab omni seruitute est liberum, & vni sanitati vacat, raro lassitudine tentatur. Sicuti enim athletæ, quos labor maximus exercet, nullo alio exercitandi genere obnoxii lassitudini sunt, præterquam eo, quod ab ipsis absolutum dicitur, ita nec qui vitam degunt liberam, & qui tantum valetudinis tuendæ gratia exercitantur, vsquam lassabuntur, propterea quòd huiusmodi exercitium adire nulla necessitate coguntur. Athletis enim necesse est

(quò

(quò videlicet ad immodicos in certaminibus labores, etiam totum diem aliquando continuatos, præparato iam corpore sint) absolutissimum illud exercitium (ipsi κατασκευὴν vocant) aliquando obeant. Verùm qui tantùm tuendæ bonæ valetudinis causa exercitantur, iis nec necessum, nec vtile planè est immodicos labores adire; itaque his nullus instat lassitudinis metus. Nihilo secius tamen iidem apotherapia vtuntur, & si nullo lassitudinis timore, at certè excrementorum purgandi causa: cui insuper etiam lassitudinis securitas accedit. Nam & ipse exercitationis modus his est à lassitudine quam maximè alienus, actionisque omnis ratio planè citra violentiam, fieri tamen aliquando potest, vt gymnasten in vtroque paulùm quid subterfugiat, quod neglectum, si non magnam, certè leuem exercitato lassitudinem concitet. Cæterùm non conuenit, qui sibi viuat, & vni corporis sanitati vacet, vt vel minimum lædatur vsquam. Tutissimum itaque sit apotherapia semper vti. Quæ qualis adhibenda sit, ipsa finium, ad quos tendimus, demonstrabit natura. Nam quoniam id petimus, vt solidarum animalis partium excrementa, quæcunque excalfacta extenuatáque per exercitationem in corpore adhuc manent, prorsus eiiciantur, & frictiones, quæ per alios administrentur, adhiberi oportebit, & cum his vnà tum ipsarum, quæ fricantur, partium tensionem, tum etiam spiritus cohibitionem. At quoniam nec frictionum vnica ratio est, nec spiritus cohibendi, deligendum ex vtroque genere est, quod vtilissimum est. Atque ex frictionibus quidem, quæ dura est, cogere corpora, hoc est densiora simul, durioráque reddere traditum iam est. Itaque hæc ad res propositas parum est accommoda; siquidem quod densatur, intra se claudit; quod laxum fit, liberum excrementis exitum præbet. Ad eundem modum quod durat, iis quæ tensa sunt, maximè est aduersum, vt quod eorum affectum magis adauget; contra quod mollit, id est vtilissimum. Si igitur semel & excrementa digeri, & quæ tensa sunt, molliri conuenit, duræ certè frictiones omninò sunt fugiendæ; nec his minus à lentis cauendum arbitror. Nam post quàm à se corpus non amplius mouetur, periculum est, ne frigescat, ac densius fiat, dum nulla ope externa calefit. Hac igitur de causa non solùm eum celeritate est fricandum, sed etiam, quoad fieri potest, multis manibus; quò nulla corporis pars nuda maneat. At si nec tardam esse frictionem oportet nec duram, oleum nimirum fricando corpori largiter circumfundi debebit; id enim ad velocitatem simul & mollitiem frictionis multum conducit; & alioqui aliud non secundum mediocre commodum affert: quando & quæ tensa sunt remittit; & quæ inter vehementiùs laborandum fatigata sunt emollit. Atque his quidem de causis dura vitanda est frictio, ob alias verò mollis; quippe ea nec altè demittitur, sed circa cutem ipsam, & ei vicinas carnes dissoluit; nec ea quæ in angustiis meatibus contenta excrementa sunt extundit. Cuius profectò causa tum ipsam fricandarum partium tensionem, tum spiritus cohibitionem iniungimus. Media igitur mollis duræque, quæ eadem & mediocris est, ab vtriusque incommodo abesse videtur, & mollis inefficacia, & duræ violentia noxáque. Ea verò perficietur fricantis quidem manibus valenter iniectis,

A ὡς ἂν παρασκευάζωσι τὰ σώματα πρὸς τοὺς ἐν τοῖς ἄθλοις πόνοις ἀμέτροις, ἔσθ' ὅτε καὶ δι' ὅλης ἡμέρας γιγνομένοις γυμνάζεσθαί ποτε τὸ τελεώτατον ἐκεῖνο γυμνάσιον, ὃ δὴ καὶ κατασκευὴν ὀνομάζουσι. τοῖς δ' ὑγιείας μόνης ἕνεκα γυμναζομένοις, οὔτ' ἀναγκαῖον, οὔτε χρήσιμον ὅλως ἐστὶν, εἰς ἀμέτρους ἐμβάλλοντας ἄγεσθαι πόνους. ὥστ' οὐδεὶς φόβος ἀλλ' ἐνταῦθα κόπου. ἀλλ' ὅμως ἀποθεραπεύειν αὐτοὺς χρὴ τὰ σώματα, κἂν εἰ μὴ διὰ κόπου προσδοκίαν, ἀλλά τοι τῆς κενώσεως ἕνεκα τῶν περιττωμάτων. προσγίνεται δ' ἐξ ἐπιμέτρου τόδε, καὶ ἡ πρὸς τὸν κόπον ἀσφάλεια. εἰ γὰρ καὶ ὅτι μάλιστα τὸ μέτρον αὐτοῖς τῶν γυμνασίων ἄκοπόν ἐστιν, καὶ ὁ τῆς ἐνεργείας τρόπος
B ἀβίαστος, ἐνδέχεταί ποτε λαθεῖν τὸν γυμναστὴν ἐν ἑκατέρῳ τι σμικρὸν, ὃ παροφθὲν ἐργάζεταί τινα, καὶ εἰ μὴ μεγάλην, ἀλλὰ βραχύν γε τῷ γυμναζομένῳ τὸν κόπον. οὐ μὴν προσήκει τὸν ἑαυτῷ ζῶντα, καὶ μόνῃ σχολάζοντα τῇ τοῦ σώματος ὑγιείᾳ, βλάπτεσθαί ποτε οὐδὲ τὸ σμικρότατον. ἀσφαλέστατον οὖν ἀποθεραπείᾳ χρῆσθαι διὰ παντός. ὁποίαν δέ τινα ποιητέον αὐτὴν, ἡ τῶν σκοπῶν φύσις ἐνδείξεται. ἐπεὶ γὰρ πρόκειται τὴν ἐν τοῖς στερεοῖς τοῦ ζώου μέρεσι περιττωμάτων, ὅσα θερμανθέντα, καὶ λεπτυνθέντα πρὸς τῶν γυμνασίων, ἔτι μένει κατὰ
C τὸ σῶμα, κένωσιν ἀκριβῆ ποιήσασθαι, χρὴ δή που τάς τε δι' ἑτέρων ἀνατρίψεις παραλαμβάνεσθαι, μετὰ τοῦ συντείνειν τὰ τριβόμενα μόρια, καὶ πρὸς τούτοις ἔτι τὴν καλουμένην τοῦ πνεύματος κατάληψιν. ἐπεὶ δ' οὔτε τῶν τρίψεων ἓν ἁπασῶν ἐστιν εἶδος, οὔτε τῆς τοῦ πνεύματος καταλήψεως, ἄμεινον ἐκλέξασθαι τὸ χρησιμώτατον ἐξ ἑκατέρου. τῶν μὲν δὴ τρίψεων αἱ σκληραὶ συνδεῖν ἐδείκνυντο, τουτέστι πυκνότερόν τε ἅμα καὶ σκληρότερον ἀποφαίνειν τὸ σῶμα, ὥστ' οὐκ ἂν ἁρμόττοιεν αἱ τοιαῦται τοῖς προκειμένοις, εἴ γε δὴ τὸ μὲν πυκνούμενον ἐντὸς ἑαυτοῦ στέγει, τὸ δ' ἀραιούμενον ἐπιτρέπει
D διαρρεῖν τοῖς περιττοῖς. οὕτω δὲ καὶ τὸ μὲν σκληρύνεσθαι τοῖς συντεταμένοις ἐναντιώτατον. αὔξει γὰρ αὐτῶν τὴν διάθεσιν. τὸ δὲ μαλάττεσθαι, χρησιμώτατον. εἴπερ οὖν ἅμα τε διαφορεῖν χρὴ τὰ περιττώματα, καὶ μαλάττειν τὰ συντεταμένα, τὰς σκληρὰς τῶν τρίψεων φευκτέον. οὐδὲν δ' ἧττον, οἶμαι, φυλακτέον ἐστὶ, καὶ τὰς βραδείας. ἐπεὶ γὰρ οὐκέτ' ἐξ αὐτοῦ κινεῖται τὸ σῶμα, κίνδυνος αὐτῷ ψυχθῆναί τε καὶ πυκνωθῆναι, μηδὲν ἐπικούρημα θερμὸν ἔξωθεν προσλαβόντι. διὰ τοῦτ' οὖν οὐ μόνον εἰς τάχος χρὴ τρίβειν, ἀλλὰ καὶ πολλαῖς χερσὶν, ὡς οἷόν τ' ἐστὶ μάλιστα, ὡς μηδὲν εἶναι
E μέρος τοῦ τριβομένου γυμνόν. ἀλλ' εἴπερ μήτε βραδεῖαν εἶναι προσήκει τὴν τρῖψιν, μήτε σκληρὰν, ἔλαιον δαψιλὲς χρὴ περικεχύσθαι τῷ τριβομένῳ σώματι. καὶ γὰρ εἰς τάχος τοῦτο, καὶ εἰς μαλακότητα τῇ τρίψει συντελεῖ, καὶ πρόσεστιν αὐτῷ καὶ ἄλλο μέγιστον ἀγαθόν. ἐκλύει γὰρ τὰς τάσεις, καὶ μαλάττει τὰ πεπονηκότα κατὰ τὰς σφοδροτέρας ἐνεργείας. διὰ ταῦτα μὲν δὴ φευκτέον ἐστὶ τὴν σκληρὰν τρῖψιν, δι' ἕτερα δὲ τὴν μαλακήν. οὔτε γὰρ ἐξικνεῖται πρὸς βάθος ἡ τοιαύτη τρῖψις, ἀλλ' αὐτόθι που κατὰ τὸ δέρμα, καὶ τὰς πλησίον αὐτοῦ σάρκας ἐκλύεται. οὔτ' ἐκθλίβει τὰ περιεχόμενα κατὰ τοὺς στενοὺς τῶν
F πόρων περιττώματα. δι' ὃ δὴ τήν τε σύντασιν τῶν τριβομένων παραλαμβάνομεν, καὶ τὴν τοῦ πνεύματος κατάληψιν. ἡ μέση τοίνυν μαλακῆς καὶ σκληρᾶς, ἥπερ δὴ καὶ σύμμετρός ἐστιν, ἐκπεφευγέναι φαίνεται τό, τε τῆς μαλακῆς ἄπρακτον, καὶ τὸ τῆς σκληρᾶς βίαιον, καὶ βλαβερόν. ἐνεργηθήσεται δὲ τὴν μὲν τοῦ τρίβοντος χερσὶν ἐρρωμένως ἐπιβαλλομένων,

ὡς ἐγγὺς ἥκειν τὴν ἀπ' αὐτῶν θλῖψιν εἶναι τῇ σκληρᾷ τρίψει· A διὰ δὲ τὸ πλῆθος τοῦ λίπους, καὶ τὸ τάχος τῆς φορᾶς, ἐκλυομένων τοσοῦτον, ὡς ἀκριβῶς γίνεσθαι σύμμετρον. τό τε γὰρ λίπος οὐ σμικρὸν ἀλεξητήριόν ἐστι βιαίας ἐπιβολῆς, τό τε βραχυχρόνιον τῆς ὁμιλίας, τοσοῦτον ἀφαιρεῖ τῆς βιαίας, ὅσον καὶ τοῦ χρόνου. τείνειν δ' ἀξιοῦμεν ἐν τούτῳ τὰ τριβόμενα μόρια, χάριν τοῦ, πᾶν ὅσον ἐστὶ μεταξὺ τοῦ δέρματος καὶ τῆς ὑποκειμένης σαρκὸς περίττωμα, διὰ τοῦ δέρματος ἐκκενοῦσθαι. χαλαρῶν γὰρ ἀμφοτέρων ὑπαρχόντων, οὐδὲν μᾶλλον ἔξω φέρεσθαι τοῖς περιττώμασιν, ἢ εἴσω συμβήσεται. ταθέντων δὲ τῶν ὑποκειμένων τῷ δέρματι, πάντ' ἐκτὸς ἐκκρίνεται, καθά- B περ ὑπὸ δυοῖν πιεζόμενα χεροῖν· μιᾶς μὲν αὐτῶν, τῆς ἔξωθεν ἐπιβεβλημένης τοῦ τρίβοντος, ἑτέρας δὲ τῶν τεταμένων ἔνδον μερῶν. δι' αὐτὰ δὲ ταῦτα καὶ ἡ τοῦ πνεύματος κατοχή, καὶ κατάληψις, οὐ σμικρὸν μέρος ἀποθεραπείας ἐστίν· ὀνομάζεται δὲ οὕτως, ἐπειδὰν ἅπαντας ἐντείναντές τε καὶ προστείλαντες τοὺς μῦς τοῦ θώρακος οἳ κατὰ τὰς πλευράς εἰσιν, ἐπέχωμεν τὴν ἐκπνοήν. συμβαίνει γὰρ τηνικαῦτα τὸ θλιβόμενον ὑπὸ τῶν πλευρῶν πνεῦμα κεκωλυμένον ἐκπνεῖσθαι, διὰ τὸ κεκλεῖσθαι τὸν λάρυγγα, πᾶν ὠθεῖσθαι κάτω πρὸς τὸ διάφραγμα· τούτῳ δὲ ὑποκειμένων ἥπατός τε καὶ σπληνὸς, καὶ γαστρὸς, καί τινων C ἑτέρων, συνεξαίρεσθαι ταῦτα σύμπαντα τῷ διαφράγματι. χρὴ δ' ἐν τούτῳ συντείνειν ἀτρέμα τοὺς κατ' ἐπιγάστριον μῦς. ἵν' ὑπὸ τούτων τε ἅμα, καὶ τοῦ διαφράγματος, ὥσπερ ὑπὸ δυοῖν θλιβόμενα χεροῖν, ὅσα μεταξὺ κεῖται μόρια, τὸ περιεχόμενον ἐν αὐτοῖς περίττωμα πρὸς τοὐκτὸς ὠθῇ. τὰ μὲν οὖν μεταξὺ κείμενα τό, τε ἧπάρ ἐστι, καὶ ὁ σπλήν, καὶ ἡ γαστήρ, καὶ κώλου τε, καὶ λεπτῶν ἐντέρων τὰ προὔχοντα. χῶραι δ' εἰς ὑποδοχὴν ἕτοιμοι τοῖς ἐκθλιβομένοις περιττώμασιν, ἥ τε τῆς γαστρὸς εὐρυχωρία πᾶσα, καὶ τῶν ἐνταῦθα κειμένων ἐντέρων αἱ κοιλότητες. εἰ δ' ἀργοὺς ἀκριβῶς ἐάσαις τοὺς κατ' ἐπιγά- D στριον μῦς, οὐδενὸς μὲν τῶν εἰρημένων ἐκκενώσεις τὰ περιττώματα, τὰ δ' ἐν θώρακί τε καὶ πνεύμονι μεταστήσεις κάτω. προσήκει δ' ἐνταῦθα μεθίστασθαι μᾶλλον αὐτοῖς, τοῦ μένειν ἐν ἐκείνοις, ὅσῳ περ ἡ κένωσις ἑτοιμοτέρα τῶν ἐν τῇ κοιλίᾳ περιεχομένων, ἢ περὶ τῶν ἐν πνεύμονί τε καὶ θώρακι. τὰ μὲν γὰρ ἐμεῖταί τε, καὶ ἀποπατεῖται ῥᾳδίως· τὰ δὲ μετὰ συντονίας τε καὶ βίας, ὑπὸ βηχὸς ἐκβάλλεται. εἰ μέντοι τις ὁμοίως ταῖς φρεσὶν, ἐντείνει τοὺς κατ' ἐπιγάστριον μῦς ἐν ταῖς τοῦ πνεύματος καταλήψεσιν, ἀκριβέστερον μὲν ἐκκαθαρθήσεται τὰ κάτω τῶν φρενῶν σπλάγχνα· μεταστήσεται δὲ οὐδὲν ἐκ τῶν τοῦ πνεύμα- E τος ὀργάνων εἰς τὰ τῆς τροφῆς, ἀλλ' ἅπαν ἐν θώρακί τε καὶ πνεύμονι μενεῖ τὸ περίττωμα. διὸ δὴ τὴν τοιαύτην κατάληψιν τοῦ πνεύματος, οὐκ ἐπαινῶ νῦν. ἔτι δὲ μᾶλλον, ὅταν ἤτοι μηδ' ὅλως τις ἐντείνας τὰς φρένας, ἰσχυρῶς καὶ βιαίως προστείλῃ τοὺς κατ' ἐπιγάστριον μῦς. ἀνάγκη γὰρ ἐν τῷδε ἐμπιπλᾶσθαι μὲν αἵματός τε καὶ πνεύματος, ἅπαντα τὰ κατὰ τὸν τράχηλον ἀγγεῖα καὶ μόρια· φέρεσθαι δ' ἄνω τε καὶ πρὸς τὴν κεφαλήν, οὐκ ἐπὶ τὴν γαστέρα, καὶ κάτω τὰ περιττώματα. θεάσασθαι γάρ ἐστι τὸ αὐτὸ κἀπὶ τῶν αὐλούντων, ἢ μέγιστον, ἢ ὀξύτατα φωνούντων. εὐρύνεται γὰρ αὐτῶν ἅπας ὁ τράχηλος, F οἰδίσκεται δὲ τὸ πρόσωπον, ἥ τε κεφαλὴ πληροῦται σφοδρῶς, ὅτι καὶ κατὰ τοῦτο τὸ ἔργον οἱ κατ' ἐπιγάστριον ἐκτείνονται μύες, εἴκοντος αὐτοῖς τοῦ διαφράγματος, ἔστι γὰρ δὴ τὸ τοιοῦτον ἔργον ἅπαν, ὡς ἐν τοῖς περὶ φωνῆς ἀποδέδεικται, μικτὸν καὶ σύνθετον ἔκ τε μεγίστης ἐκπνοῆς, καὶ πνεύματος καταλήψεως.

ita vt earum impressio ad duram frictionem proximè accedat; cæterùm pinguedinis copia & velocitate mouendi eatenus remissis, vt planè euadat mediocris. Nam & pinguedo ipsa valentioris manuum iniectionis non leue præsidium est, & breuitas ipsa contactus tantum demit de violentia, quantum etiam de tempore. Porrò tendendas obiter, dum fricantur, partes censemus, quò quicquid inter cutem & subiectam carnem excrementorum residet, per cutem expellatur. Quippe ambabus iis laxis non magis foràs, quàm intrò ferri excrementa continget. Distentis verò iis quæ sub cute sunt, omnia foràs extunduntur ceu gemina manu expressa; vnà foris, eius vtique qui fricat; altera intus, ipsis scilicet quæ tenduntur partibus, manus vicem supplentibus. Ac propter hæc quidem non exigua portio apotherapiæ est spiritus detentio, & cohibitio; appellant verò ita, vbi omnibus thoracis musculis qui circa costas habentur, intentis coactisque expirationem continemus. Accidit namque obiter vt spiritus qui à costis premitur, dum efflari, quòd clausus sit larynx, prohibetur, vniuersus pessum ad transuersum septum detur; atque vt cum hoc, quæ ipsi subsunt, omnia simul attollantur, iecur, lien, ventriculus, & quædam alia. Oportebit autem interim musculos quoque qui in abdomine sunt leuiter intendi, vt ab his vnà cum septo, ceu gemina manu pressis quæ intersunt partibus excrementum, si quod intra se habent, foràs impellant. Porrò mediæ inter hæc partes continentur, iecur, lien, ventriculus, & crassi ac tenuis intestini partes quæ prominent. Loca verò ad excipienda quæ expelluntur excrementa, patent; tum ventris tota capacitas, tum isthic consistentium intestinorum cauitas. Si verò feriari planè abdominis musculos passus fueris, nullius prædictorum excrementa vacuabis; quæ verò in thorace ac pulmonibus habentur, ea deorsum transferes. Expedit verò huc potius transferantur, quàm in illis maneant; tanto profectò magis, quanto etiam eorum quæ in ventre, quàm quæ in pulmonibus & pectore continentur, promptior exitus patet. Hæc enim vel euomuntur facilè, vel excernuntur; illa cum conatu & vi per tusses eiiciuntur. Verùm siquis perinde vt septum, ita abdominis quoque musculos anhelitus cohibitione intendat, exquisitius planè expurgabit ea quæ sub septo sunt, viscera; non transferetur tamen quicquam à spiritus instrumentis ad ea quæ nutrimento sunt delegata, sed totum in ipso thorace & pulmonibus excrementum manebit. Quare cohibitionem anhelitus id genus nunc non probo multóque minus, si quis omninò non distento septo validè ac vehementer contrahat musculos abdominis; quando ita necesse est venas omnes partésque quæ circa collum sunt, spiritu ac sanguine impleri, excrementa verò sursum atque ad caput, non deorsum & ad ventrem ferri. Intueri enim id tum in iis qui tibia canunt licet, tum in iis, qui maximam, acutissimamque vocem edunt. Siquidem his collum omne dilatari, faciem verò intumescere, & caput validissimè impleri videas, propterea quòd in hoc opere, qui in abdomine musculi sunt, tenduntur, diaphragmate his cedente. Est enim quicquid eiusmodi operis est, veluti in iis demonstratum est quæ de voce edidimus, mixtum ac compositum ex maxima expiratione & spiritus cohibitione;

vtique

vtique quum simul omnis spiritus efflatur, maximo nimirum facto expiratu, idque cum validissima musculorum, tum qui costis insident, tum qui in abdomine sunt tensione. In spiritus autem cohibitione, eadem vtrorumque musculorum facta tensione nullo tamen spiritu elabi permisso; in iis qui tibia sonant aut acutam vocem edunt, musculis pari modo tensis; expiratione tamen nec penitus cohibita, nec tota simul emissa, sed mediam rationem seruante. Ita nimirum fit, vt trium operum communis sit musculorum tensio, propria verò confertim factas exsufflationes, velox eius foràs expulsio; in anhelitu cohibendo ipsa eius retentio; in tibiarum opere & voce mediocris emissio. Causa verò triplicis huiusce operis pharynx est; quippe qui in confertim factis exsufflationibus latissimè se pandit; in spiritus cohibitione prorsus clauditur; in iis qui tibia sonant aut qui voce acuta simul & magna vtuntur, medium quendam habitum seruat. Ac de his quidem post hoc aliquando agere necesse erit in iis quibus de vociferatione agemus. Cæterùm spiritus cohibitio quæ ad apotherapiam est idonea, ventriculum attollit, tensis qui in thorace sunt musculis vniuersis; remissis qui sunt in septo & abdomine, ita namque deorsum ferentur excrementa. Secundo autem loco habenda est quæ mediocriter eos qui in abdomine sunt musculos tendit, quò videlicet ea quæ sub septo sunt, viscera apotherapiæ fructum sentiant. His ipsis de causis etiam fasciarum circumactus fieri conueniet; quos fricantes ipsi quum à tergo fricandorum constituerint, circa totum ventrem adhibent. Alios verò, quum à fronte consistentes, fasciarum circa dorsum circumiectionibus vtuntur, duabus manibus circumagentes: alios autem costis, & spinæ, & pectori, idque conuerso, pariter cum his quodammodo eo qui fricatur. Circa lumbos verò similis fasciarum circumiectio circumactioque fiet, tendente se ad singulas eo qui fricatur, non tamen cum omnibus pariter se vertente: quum neque continuos motus, nec vehementes contingere ei ex apotherapia conueniat, sed certè aliquos & quibus ex interuallo frictiones sint interpositæ. Quæ namque & continuæ & vehementes frictiones sunt, hæ exercitationis, quam præparatoriam vocant, sunt propriæ, quæ verò non continuæ, nec vehementes, apotherapiæ. Itaque sæpe quidem reuoluatur, subinde verò etiam repellat; sæpe etiam hoc ipso tempore progymnasten mutet; sæpe ipse à tergo gymnastæ incumbens, ac crurum vtrumque per vices ipsi circumplectens, idque cum tensione aliqua haudquaquam vrgente, ab aliis qui commodè contrectent, fricetur, hac enim vel maximè ratione & calorem qui exercitando est adauctus, seruauerit: & simul excrementa propriis ipsius tum tensionibus tum motibus eiecerit. Ad quod sanè opus spiritus quoque cohibitio non parum mihi conducere videtur, quippe qui vndique compulsus, in angustos se recipere meatus cogitur, eósque si amplius trusus propulsúsque fuerit, etiam penitus transire atque extenuati iam excrementi secum nonnihil arripere. Ad hunc sanè modum exilia instrumentorum foramina, vehementiore spiritus inflatu, expurgantes opifices videas. Nam quantum is vlterius per vim coactus impellitur, tantum ab ipso quædam impelluntur, quædam trahuntur, totámque viam peregisse properant.

A ἐν μὲν ταῖς ἀθρόαις ἐκφυσήσεσι, μεγίστης ἐκπνοῆς γινομένης, ἐπὶ σφοδροτάταις ἐντάσεσι τῶν κατὰ τὰς πλευρὰς μυῶν, ἅμα τοῖς κατ' ἐπιγάστριον. ἐν δὲ ταῖς τοῦ πνεύματος καταλήψεσι, τῆς μὲν αὐτῆς ἐντάσεως γιγνομένης ἑκατέρων τῶν μυῶν, ἐκπνεομένου δ' οὐδενός. ἐπὶ δὲ τῶν αὐλούντων τε καὶ φωνούντων ὀξὺ, τῶν μὲν μυῶν ὡσαύτως τεινομένων, οὔτε δ' ἐπεχομένης ἀκριβῶς τῆς ἐκπνοῆς, οὔτε ἀθρόως ἐπιτελουμένης, ἀλλὰ μέσην ἐχούσης κατάστασιν. ὥστε ταῖς τρισὶν ἐνεργείαις κοινὴν μὲν εἶναι τὴν τάσιν τῶν μυῶν, ἰδίαν δὲ κατὰ μὲν τὰς ἀθρόας ἐκφυσήσεις, τὴν ταχεῖαν ἔξω B φορὰν τοῦ πνεύματος· κατὰ δὲ τὰς καταλήψεις, τὴν ἐπίσχεσιν· ἐν δὲ ταῖς αὐλήσεσί τε καὶ φωναῖς, σύμμετρον κένωσιν. αἰτία δὲ τῶν τριῶν ἐνεργειῶν ἡ φάρυγξ· ἀνοιγομένη μὲν ἐπὶ πλεῖστον ἐν ταῖς ἀθρόαις ἐκφυσήσεσιν· ἀκριβῶς δὲ, κλειομένη καταλαμβανόντων τὸ πνεῦμα· μέσην δ' ἔχουσα κατάστασιν αὐλούντων τε καὶ φωνούντων ὀξύ τε ἅμα καὶ μέγα. περὶ μὲν δὴ τούτων ἀνάγκη ποτὲ, καὶ αὖθις εἰπεῖν ἐν τοῖς περὶ ἀναφωνήσεως λόγοις. ἡ δ' εἰς τὴν ἀποθεραπείαν ἐπιτήδειος, ἐξαίρει τε τὴν γαστέρα, τεινομένων μὲν ἁπάντων τῶν τοῦ θώρακος μυῶν· ἀνειμένων δὲ τῶν κατ' ἐπιγάστριόν C τε, καὶ τὰς φρένας· οὕτω γὰρ ἐνεχθήσεται κάτω τὰ περιττώματα. δευτέραν δὲ ἔχει τάξιν, ἡ μετρίως ἐντείνουσα τοὺς κατ' ἐπιγάστριον μῦς, ὑπὲρ τοῦ τὰ κάτω τῶν φρενῶν ἀποθεραπεῦσαι σπλάγχνα. τῶν δ' αὐτῶν τούτων ἕνεκα, καὶ αἱ τῶν ἀμμάτων περιφοραὶ γιγνέσθωσαν, ἃς ἐξόπισθεν τῶν τριβομένων, οἱ τρίβοντες ἱστάμενοι, ποιοῦνται περὶ τὴν γαστέρα σύμπασαν· ἄλλας δ' ἐκ τῶν πρόσθεν ἱστάμενοι τῶν μεταφρένων περιβολὰς ἀμμάτων ποιοῦνται, τὼ χεῖρε περιάγοντες· ἄλλας δὲ ταῖς πλευραῖς, καὶ τῇ ῥάχει, καὶ τῷ στέρνῳ συνεπιστρεφομένου πως αὖθις τοῦ τριβομένου. κατὰ τῆς ὀσφύος D δὲ γιγνέσθωσαν ἀμμάτων ὅμοιαι περιβολαί τε καὶ περιφοραί, συνεντεινομένου μὲν ἁπάσαις αὐταῖς τοῦ τριβομένου, συνεπιστρεφομένου δὲ καὶ οὐχ ἁπάσαις· οὐδὲ γὰρ συνεχεῖς ἐπ' αὐτὸν ἀπὸ τῆς ἀποθεραπείας χρὴ ποιεῖσθαι τὰς κινήσεις, ὥσπερ οὐδὲ σφοδράς· ἀλλὰ ποιεῖσθαι μέν τινας, ἐκ διαλειμμάτων δ' ἐχόντων τρίψεις· αἱ μὲν γὰρ συνεχεῖς τε καὶ σφοδραὶ τρίψεις, ἴδιαι τῶν παρασκευαστικῶν γυμνασίων εἰσίν. αἱ δὲ μήτε συνεχεῖς, μήτε σφοδραὶ, τῆς ἀποθεραπείας οἰκεῖαι. ὥστε πολλάκις μὲν ἐνανειλείσθω, πολλάκις δὲ καὶ ἀπωθείσθω, πολλάκις δὲ καὶ μεταβαλλέτω τὸν προσγυμνα-E ζόμενον ἐν τούτῳ τῷ καιρῷ. πολλάκις δὲ καὶ κατὰ νώτου γιγνόμενος αὐτὸς, ἑκάτερον ἐν μέρει τῶν σκελῶν περιπλέκων τῷ γυμναστῇ, μετ' ἐντάσεώς τινος οὐκ ἠπειγμένης ὑφ' ἑτέρων εὐχείρως ἐπαφωμένων τριβέσθω· οὕτω γὰρ, καὶ μάλιστα διαφυλάττοι τε τὴν ἐν τοῖς γυμνασίοις ηὐξημένην θερμότητα, καὶ συνεκκρίνοι ταῖς ἰδίαις ἐντάσεσί τε καὶ κινήσεσι τὰ περιττώματα. πρὸς ὃ δὲ καὶ ἡ τοῦ πνεύματος κατάληψις οὐκ ὀλίγον μοι ἔοικεν ἐπιβοηθεῖν. ὠθούμενον γὰρ τοῦτο πανταχόθεν εἰς τοὺς λεπτοὺς πόρους, ἀναγκάζεται καταδύεσθαι, καὶ ἣν ἐπὶ πλέον θλίβηταί τε καὶ προωθῆται, πρὸς τὰς αὐτοὺς διε-F ξέρχεται συναποφέρει αὐτῷ τι καὶ τῶν λελεπτυσμένων περιττωμάτων. οὕτω γέ τοι τρήματα πολλάκις ὀργάνων λεπτὰ, τοὺς δημιουργοὺς ἔστιν ἰδεῖν ἐκκαθαίροντας ἐμφυσήσει σφοδροτέρου πνεύματος. εἰς ὅσον γὰρ τοῦτο φέρεται πρόσω βιαίως ἐπαναγκαζόμενον, εἰς τοσοῦτον τὰ μὲν ὠθεῖται πρὸς αὐτοῦ, τὰ δὲ προσσύρεται, διεξελθεῖν ἐφιέμενα τὴν ὁδὸν ἅπασαν.

ὠθεῖται μὲν τὰ πρόσω, παρασύρεται δὲ τὰ πλάγια τῇ ῥύμῃ τῆς φορᾶς ἄμφω βιαζόμενα. καὶ τοίνυν, καὶ τῶν γυμνασίων αὐτῶν μεταξὺ παραλαμβάνουσιν οἱ ἄριστοι γυμνασταὶ κατάληψιν πνεύματος. ὥσπερ γε καὶ τὴν προειρημένην ἀποθεραπευτικὴν τρῖψιν. ἅμα μὲν ἀναπαύοντες ὅτ' ἂν ἄρχωνται κάμνειν, ἅμα δὲ διακαθαίροντες κατὰ βραχὺ τοὺς πόρους, ἵν' εὔπνουν τε ἅμα καὶ καθαρὸν ᾖ τὸ σῶμα πρὸς τοὺς ἑξῆς πόνους, ὡς κίνδυνός γε, μηδενὸς τοιούτου προνοηθέντος, τὴν γυμναστικὴν ἐμφράξαι μᾶλλον, ἢ καθᾶραι τοὺς πόρους· αἱ γάρ τοι σφοδρόταται φοραὶ τῶν ὑλῶν, τὰ ἐναντία πεφύκασιν ἐργάζεσθαι, κατὰ διαφέροντας καιροὺς καὶ τρόπους ἐνεργούμεναι. ἐμφράξεις μὲν, ὅταν ἀθρόον τε ἅμα καὶ παχὺ, καὶ πολὺ τὸ φερόμενον ᾖ· καθάρσεις δὲ ἐπειδὰν ὀλίγον τε, καὶ λεπτομερὲς ὑπάρχον μὴ πάνυ κατεπείγηταί τε, καὶ καταναγκάζηται, πᾶν ἀθρόως ἐκκενοῦσθαι. φαίνεται γὰρ οὕτω ταῦτα γινόμενα, κατά τε τῶν ἐκτὸς ἁπάντων ὀργάνων τε καὶ πλοκάμων. ἀποπλύνεται γάρ τοι καὶ ἀπορρύπτεται τὸ περιττὸν ἅπαν ἐξ αὐτῶν, οὐχ ὅταν ὑπεξιόντων ἔτι τῶν προτέρων, ἕτερα βιαίως ἐπιφέρηται. κίνδυνος γὰρ ἐν τῷδε, σφηνωθέντα καὶ διαρρεῦντα πρὸς ἄλληλα τὰ ἐξερχόμενα, φράξαι τὴν ὁδόν. ἀλλ' ὅταν τῶν προτέρων ἤδη κεκενωμένων, αὖθις ἕτερα κενωθῇ, καὶ τί δὲ περὶ τῶν μικροτέρων πόρων θαυμάζειν; ὅπου γε καὶ τῶν θεάτρων ἀθρόως ἐξιόντες πολλοὶ, κατὰ τὰς διεξόδους ἴσχονται. διὰ ταῦτα μὲν δὴ καὶ τοὺς ἐν μέσοις τοῖς πόνοις ἀποθεραπείᾳ χρωμένους, ἐπαινῶ, καὶ μάλιστα ἐπὶ τῶν τοὺς βαρεῖς καλουμένους ἄθλους ἀσκούντων, ἀλλὰ περὶ μὲν τούτων αὖθις. ὁ δὲ νῦν ἡμῖν ὑποκείμενος ἄνθρωπος οὐκ ἀθλητικὴν εὐεξίαν, ἀλλ' ἁπλῶς ὑγείαν ἔχει τὸν σκοπόν. οὔτ' οὖν πολλῶν αὐτῷ χρεία γυμνασίων ἐστὶν, οὔτε πρὸς ἀνάγκην ἐδωδῆς, ἀλλ' οὐδὲ πλῆθος κρεῶν χοιρείων, οὐδ' ἄρτων τοιούτων, οἵους ἐσθίουσιν οἱ βαρεῖς ἀθληταί. διὰ ταῦτ' οὖν ἅπαντα, τῷ μὲν οὐδεὶς κίνδυνος ἐμφραχθῆναι τοὺς πόρους, εἰ καλῶς προκατεσκευάσατο, τουτέστι ἐπιτηδείῳ τε τρίψει καὶ πόνοις, ἐξ ὀλίγου τε καὶ κατὰ βραχὺ προϊοῦσι. ἀθλητῇ δὲ βαρεῖ, κίνδυνός ἐστι διά τε τὴν ποιότητα, καὶ τὸ πλῆθος τῶν ἐδεσμάτων, εἰ μὴ πάντα γίγνοιτο καλῶς, ἐμφραχθῆναι μᾶλλον ἐν τοῖς γυμνασίοις, ἢ καθαρθῆναι τοὺς πόρους.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Γ'.

Συγγνώμη τοῦ Γαληνοῦ, ὅτι τοῦ ἐν τῇ περὶ τῆς ἀποθεραπείας πραγματείᾳ, μήκους ἐφείσατο.

Ἅλις μὲν ἤδη μοι τῶν περὶ τῆς ἀποθεραπείας λόγων. ἴωμεν δ' ἑξῆς ἐπὶ τὰ λουτρά. τοσοῦτον οὖν μόνον εἰπόντες ὑπὲρ τῶν προκειμένων, ὡς ὅστις ἂν ἐλάττοσιν ἔπεσιν ἑρμηνεῦσαι ταῦτα, μακρολογίαν ἡμῖν ἐγκαλείτω. εἰ δὲ τῶν ἀναγκαίων τι θεωρημάτων, ἢ τῶν ταῦτα πιστουμένων ἀποδείξεων ὑπερβάς τινας, βραχὺν ἡγεῖται πεποιηκέναι τὸν λόγον, οὐκ ἀγάλλεσθαι προσῆκεν, ἀλλ' αἰσχύνεσθαι μᾶλλον αὐτῷ ταῖς τοιαύταις βραχυλογίαις. ἐγὼ δὲ καί τοι βιβλίον ὅλον ὑπὲρ τῆς καλουμένης ἀποθεραπείας γράψαι δυνάμενος, οὐκ ἐδικαίωσα ποιεῖν οὕτως, συντέμνειν ὅτι μάλιστα τὸ μῆκος τῆσδε τῆς πραγματείας προῃρημένος. εἰ γὰρ ἐπὶ τὸ διελέγχειν ὅσα κακῶς εἴρηται τοῖς πλείστοις ἐτραπόμην, οὐ μικρὰν, οὐδὲ φαύλην ὕλην εἰς μῆκος λόγου ἔσχον ἄν.

Et truduntur quidem quæ ante occurrunt; attra-
A huntur, quæ ad latus sunt posita; impetu ipso motus vtraque coacta. Quinetiam inter ipsam exercitationem, spiritus cohibitionem interponunt optimi gymnastæ, atque etiam quam supra comprehendimus, ipsam quæ apotherapiæ debetur, frictionem; simul hominem quum lassitudo incipit, recreantes: simul cutis meatus paulatim expurgantes, quò videlicet perspirabile simul purúmque corpus ad subsequentes labores fit. Quum alioqui verendum sit, ne si nihil tale gymnasta prouiderit, obstruat potius prædictos meatus quàm expurget, propterea quòd vehementissimi mate-
B riæ impetus diuersis temporibus ac rationibus contrarios edere effectus possunt; obstruere quidem, quum crassum simul ac multum fuerit quod confertim ac præceps agitur; purgare quum exiguum tenuéque est, nec præproperè nec violenter cogitur, simul omne expelli. Apparet enim ita accidere in omnibus tum externis instrumentis, tum verò calathorum plexibus. Quippe eluitur extergetúrque ex his omne superuacuum, non quum egredientibus adhuc paulatim prioribus, alia violenter à tergo irruunt (verendum enim interim est, ne quæ in transitu sunt impacta innixáque, inuicem viam obstruant) sed quum prio-
C ribus, planè vacuatis alia postmodum vacuantur. Et quid de exiguis meatibus miremur? quum etiam è theatris multitudo, quæ confertim egredi conatur, in exitu hæret. Ob hæc itaque, qui etiam in mediis laboribus apotherapia vtuntur, gymnastas laudo, potissimúmque in iis quos grauia (quæ vocant) certamina exercent. Verùm de his posteà. Qui autem nunc nobis propositus homo est, non athleticum habitum, sed simpliciter sanitatem scopum habet, quo minus aut multis exercitationibus, aut coacta comestione est opus, aut etiam suillæ carnis copia, aut pane id genus,
D quo graues athletæ vtuntur. Atque his omnibus de causis timendum huic non est, ne exiles eius meatus obstruantur, si modò probè est præparatus scilicet idonea frictione, ac laboribus qui ex paruis paulatim crescant. Graui verò athletæ, nisi omnia probè administrentur, ob ciborum tum qualitatem tum quantitatem verendum in exercitationibus est, ne obstruantur potiùs quàm expurgentur meatus.

CAPVT III.

E *Galeni excusatio, si fortè in docenda Apotherapia breuior fuisse videatur.*

AC de apotherapia quidem abundè mihi dictum iam est. Deinceps ad balnea veniamus, illud modo de propositis præfati, quòd si quis hæc paucioribus interpretabitur, is meritò prolixitatem sermonis nostri accuset. Verùm si quis aut necessarium aliquod theorema, aut quæ id confirment, euidentes demonstrationes præteriens, breuitate se vsum putat, hunc non tam de tali breuitate sibi placere, quàm certè pudore
F affici par est. Ego verò etsi istud volumen scribere de ea quæ vocatur apotherapia, potuissem, tamen id faciendum non censui, vt qui longitudinem huius operis contrahere maximè studui. Si enim ad ea refellenda quæ perperam à plerisque sunt scripta, me conuertere voluissem, nec paruam, nec certè leuem materiam longioris sermonis habuissem.

Verùm

Verùm arbitror ex iis quæ demonstraui, satis me seminum dedisse iis qui saltem non planè hebetes sunt, eiusmodi omnia refellendi. Quum enim dicat Asclepiades spiritus cohibitionem caput opplere, ex iis quæ ipse paulò ante definiui quum differentias eius traderem, potest qui volet, hominis sententiam refellere. Similiter in secundo quoque volumine licuit etiam mihi, omnibus exercitationibus sigillatim commemoratis librum producere; sicuti quum alij nonnulli fecerunt, tùm qui bellissimè totam materiam est exequutus, Theon Alexandrinus. Is enim quatuor libros non alia de re quàm de particularibus exercitiis scripsit. Quæ & mihi dixisse licuit, vt qui tum melius quàm ille interpretari potuerim, tum verò aliarum meminisse non paucarum exercitationum, quæ sunt operibus communia. Is enim quum illud sibi proposuisset, vt quemadmodum athletæ maximè exercitarentur, doceret; in his multùm verborum absumpsit. Potest autem qui volet & de iis quas singulæ artes præstant exercitationibus disserere. Atque hæc quidem iis qui longitudinem operis parum æquo animo ferunt, dicta sint.

CAPVT IV.

De balneis calidarum & frigidarum aquarum, quatenus ad tuendam sanitatem comparantur.

NVnc de balneis agere tempestiuum videtur. Ac primùm quidem de aquis dulcibus calfactis, vt quarum crebrior sit vsus; mox de frigidis; postremò de iis quas sponte natas appellant: quarum aliæ media temperie, aliæ feruentes, aliæ tepidæ, aliæ omninò frigidæ sunt. Dulcium calfactarum aquarum, si media temperie sint, vis calida & humida est; sin tepediores sint, humida & frigida; quòd si iusto calidiores fiant, calida quidem, sed non perinde humida. Quippe horrere corpora, contrahique exiles earum meatus subigunt, ita vt nec madescere ab extrinsecus accedente humore possint, nec excrementi, quod intus latet, quicquam emittere. Cæterùm ab iis incipiendum quæ medium temperamentum obtinent, quæ per se semper calefaciunt & humectant; euenit tamen ex accidente, vt aut per halitum digerant humores, aut superuacua fluxione corporis partes impleant, aut molliant, aut concoquant, aut vires firment, vel infirment; siquidem ad hæc quantitas quoque earum non minimum confert. Quin alios quoque multos lauationis aquæ temperatæ, & potabilis effectus, qui iam comprehensis superueniant, enumerare licet; quorum qui proposito nunc operi sunt accommodi, dicentur quàm fieri potest, paucissimis, dilato videlicet in aliud tempus eo quem in morbis præstant vsu. Sed quod ad sanitatis tuendæ spectat vsum, iuuenis in sermone propositus iam exercitatus redeat, vt priùs est comprehensum. Huic igitur prædicti balnei perexiguus est vsus: vt qui omnia iam ex mediocri exercitatione, & iam dicta apotherapia est consecutus. Nihilo secius tamen si probè balneum adhibeas, ipsum quoque apotherapiæ pars aliqua fit; siquidem duras tensasque partes emollit; excrementum, & liquamentũ si quod intus ad cutim hæret euocat; verùm neutrius horum egere videtur propositus iuuenis; nec vllum aut mollioris carnis, aut adipis liquamentum credibile est illi inter exercitandum euenire; quum & immodicos

A ἀλλ' ἐξ ὧν ἀπέδειξα, νομίζω τοῖς ἔχουσι νοῦν ἁπάσας τῆς ἀντιλογίας τὰς ἀφορμὰς παρεσχηκέναι. λέγοντος γοῦν Ἀσκληπιάδου τὴν κατάληψιν τοῦ πνεύματος ἐμπιπλάναι τὴν κεφαλὴν, ἐξ ὧν ἐγὼ διωρισάμην ὀλίγον ἔμπροσθεν, ἐπιδεικνὺς αὐτῆς τὰς διαφορὰς, ἔνεστι τῷ βουλομένῳ τὴν πρὸς αὐτὸν ἀντιλογίαν ποιεῖσθαι· οὕτω δὲ καὶ κατὰ τὸ δεύτερον βιβλίον, ἐξῆν δή που κἀμοὶ τὰ κατὰ μέρος ἅπαντα γυμνάσια διηγουμένῳ, μηκῦναι τὸν λόγον, ὥσπερ ἄλλοι γέ τινες ἐποίησαν, ὅ, τε κάλλιστα μεταχειρισάμενος ὅλην τὴν πραγματείαν Θέων ὁ Ἀλεξανδρεύς. τέτταρα γὰρ οὗτος ἔγραψε βιβλία περὶ
B τῶν κατὰ μέρος γυμνασίων, ἅπαντα, κἀμοὶ λέγειν ἐξῆν, ἄμεινον γὰρ ἑρμηνεύειν ἐκείνου δυναμένῳ, καὶ προσέτι, καὶ ἄλλων πολλῶν μνημονεύειν γυμνασίων ἔργοις κοινῶν. ἐκεῖνος μὲν γὰρ ὡς ἂν ἀθλητὰς μάλιστα γυμνάζειν ἔργον πεποιημένος, ἐν τοῖς ἐπ' ἐκείνων ἐπλεόνασε γυμνασίοις. ἔξεστι δὲ τῷ βουλομένῳ, περὶ πάντων τῶν κατὰ πάσας τὰς τέχνας διεξέρχεσθαι. ταῦτα μὲν οὖν μοι λελέχθω πρὸς τοὺς ἀγανακτήσοντας τῷ μήκει τῆς πραγματείας.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Δ'.

C Περὶ λουτρῶν ὑδάτων θερμῶν τε, καὶ ψυχρῶν εἰς τὴν ὑγιεινὴν χρῆσιν.

ΚΑιρὸς δ' ἤδη περὶ λουτρῶν διέρχεσθαι. πρῶτον μὲν ὁπόσα γλυκέων ὑδάτων ἐστὶ θερμαινόμενα. ἐπειδὴ μὲν τούτων ἡ χρεία πλείων, ἑξῆς δὲ τῶν ψυχρῶν, εἶθ' οὕτως τῶν αὐτοφυῶν ὀνομαζομένων, καὶ αὐτῶν δή που τὰ μὲν εὔκρατα, τὰ δὲ, ζέοντα· τὰ δὲ, χλιαρά· τὰ δὲ, ψυχρὰ παντάπασιν ὑπάρχει. ἔστι δὴ τῶν γλυκέων ὑδάτων θερμῶν ἡ δύναμις, εὐκράτων μὲν ὄντων, ὑγρὰ καὶ θερμή· χλιαρωτέρων δὲ γινομένων, ὑγρὰ καὶ ψυχρά· θερμοτέρων δὲ τοῦ δέοντος ἀποτελεσθέντων, θερ-
D μὰ μὲν, οὐκέτι δ' ὁμοίως ὑγρά. φρίττειν γὰρ ἀναγκάζει τὰ σώματα, καὶ πυκνοῦσθαι τοὺς πόρους αὐτῶν, ὡς μήτ' ἀπολαύειν ἔτι τῆς ἔξωθεν ὑγρότητος, μήτ' ἐκκενοῦσθαί τι τῶν ἔνδον περιττωμάτων. ἀλλά γε ἀπὸ τῶν εὐκράτων ἀρκτέον, ἃ διὰ παντὸς ὑγραίνει, καὶ θερμαίνει διὰ παντὸς καθ' ἑαυτά. συμβαίνει δ' αὖθις ἐνίοτε κατά τι συμβεβηκὸς, ἤτοι διαφορεῖν τὰς ὑγρότητας, ἢ πληθώρᾳ ῥεύματος πληροῦν τὰ μόρια τοῦ σώματος, ἢ μαλάττειν, ἢ πέττειν, ἢ ῥωννύναι τὴν δύναμιν, ἢ καταλύειν. εἰς ταῦτα μέν γε καὶ ἡ ποσότης αὐτῶν, οὐκ
E ὀλίγα συντελεῖ· πολλὰ δὲ καὶ ἄλλα τῶν τοῖς εἰρημένοις ἑπομένων, ἔνεστι καταλέγειν ἔργα τῶν εὐκράτων ποτίμων λουτρῶν, ὧν τὰ πρέποντα τῇ νῦν ἡμῖν ἐνεστώσῃ πραγματείᾳ, λεχθήσεται καθ' ὅσον ἐγχωρεῖ διὰ βραχέων, ἀναβεβλημένης ἐν τῷ παρόντι, τῆς εἰς τὰ νοσήματα χρείας αὐτῶν. εἰς δὲ τὴν ὑγιεινὴν χρῆσιν ὁ προκείμενος ἐν τῷ λόγῳ νεανίσκος, ἡκέτω γεγυμνασμένος, ὡς εἴρηται πρόσθεν. ἐπὶ τούτου τοίνυν, ὀλίγη μὲν ἡ ἐξ αὐτοῦ ὠφέλεια. πάντα γὰρ φθάνει ἔχων ἐκεῖνος, ἔκ τε τῶν συμμέτρων γυμνασίων, καὶ τῆς εἰρημένης ἀποθεραπείας, ὅμως δ' οὖν εἰ καλῶς παραλαμβάνοιντο τὰ
F λουτρὰ, μέρος ἄν τι γίνοιτο, καὶ αὐτὰ τῆς ἀποθεραπείας. εἴ γε δὴ μαλάττει μὲν τὰ σκληρὰ καὶ τεταμένα μόρια, διαφορεῖ δ' εἴ τι περίττωμα, καὶ σύντηγμα πρὸς τοῦ δέρματος ἐντὸς ἴσχοιτο. ἀλλὰ τούτων γε οὐδετέρων χρῄζειν ἔοικεν ὁ ὑποκείμενος ἄνθρωπος ἐν τῷ λόγῳ· οὔτε σύντηγμα σαρκὸς ἁπαλῆς, ἢ πιμελῆς, εἰκὸς αὐτῷ γεγονέναι τι κατὰ τὰ γυμνάσια· τοῖς γὰρ ἀμέτροις τε,

A καὶ σφοδραῖς κινήσεσιν εἵπετο τὰ τοιαῦτα· κεκένωται δὴ πάντ' αὐτῷ τὰ περιττώματα, καὶ μεμάλακται τὰ στερεὰ μόρια κατὰ τὸν τῆς ἀποθεραπείας καιρόν. ὥστ' ἀποπλύνασθαι τὸν ἱδρῶτα καὶ τὴν κόνιν, εἰ καὶ ταύτῃ ποτὲ χρήσαιτο, δεῖται μᾶλλον ἢ θερμανθῆναι κατὰ τὸ βαλανεῖον. διαβαδίσαι τοιγαροῦν χρὴ σε μόνον ἄχρι τῆς δεξαμενῆς, οὐκ ἐνδιατρῖψαι τῷ βαλανείῳ, καθάπερ οἱ χωρὶς τοῦ γυμνάσασθαι καθεψῶντες ἑαυτούς. οὐ μὴν οὐδ' ἐγχρονίζειν ἐν τῇ κολυμβήθρᾳ δεῖται, περιπλυνάμενος δ' ὡς εἴρηται, πρὸς τὸ ψυχρὸν ὕδωρ ἐπειγέσθω· σύμμετρον δ' ἔστω καὶ τοῦτο, τῇ συμμέτρῳ φύσει τοῦ σώματος. B ἐφ' ὧν γε, ἤτοι σφόδρα ψυχροῦ χρεία τοῦ ὕδατος, ἢ μαλακοῦ τε, καὶ οἷον εἰληθεροῦς, αὖθις εἰρήσεται. τὸ δ' ἄριστα πεφυκὸς σῶμα, μέχρι μὲν αὐξάνεται, λέλεκται που καὶ πρόσθεν, ὡς οὐ χρὴ ψυχρῷ λούειν, ἵνα μή τι τῆς αὐξήσεως αὐτοῦ κωλύσωμεν. ηὐξημένου δ' ἱκανῶς ἐθίζειν ἤδη, καὶ τῷδε· κρατυνεῖ τε γὰρ ἅπαν σῶμα, καὶ τὸ δέρμα πυκνόν, καὶ σκληρὸν ἀποτελεῖ. κράτιστον δὲ τοῦτο πρὸς τὴν ἀπὸ τῶν ἔξωθεν βλάβην. ὡς δ' ἄν τις ὑπάρξαιτο λούεσθαι ψυχρῷ, μηδενὸς ἀπὸ τῆς ἐξαιφνιδίας μεταβολῆς ἀπολαύσας βλαβεροῦ, πάντως μᾶλλον ἐπίστασθαι χρή. πολλοὶ γὰρ κακῶς ἀρξάμενοι, διεβλήθησαν οὕτω πρὸς ὅλον τὸ ἐπιτήδευμα τῆς ψυχρολουσίας, ὥστε μηδὲ C τοῖς ἀσφαλῶς αὐτὸ μεταχειριζομένοις, ὑπομένειν ἑαυτούς ποτε παρασχεῖν. ἔστω τοιγαροῦν, ὁ μὲν τοῦ ἔτους καιρός, ἀρχομένου θέρους. ἵνα πρὸ τοῦ χειμῶνος ἐν ἅπαντι τῷ μεταξὺ χρόνῳ γένηταί τις ἐθισμὸς ἀξιόλογος. ἔστω δὲ δή που καὶ ἡ ἡμέρα καθ' ἣν ἀρχόμεθα, νήνεμος ὡς ἔνι μάλιστα, καὶ εἰς ὅσον οἷόν τε κατ' ἐκεῖνον τὸν καιρὸν θερμοτάτη· δῆλον δ' ὡς καὶ τῆς ἡμέρας αὐτῆς ἐκλέγεσθαι χρή, τὸ θερμότατον, ὥσπερ γε καὶ τὸ γυμνάσιον εὐκρατότατον. ἡ μὲν ἔξωθεν αὕτη παρασκευή. σῶμα δ' αὐτὸ τὸ μέλλον χρῆσθαι τῷ ψυχρῷ, παρασκευαζέσθω κατὰ τάδε. τῇ μὲν ἡλικίᾳ, ἔστω κατὰ τὴν τετάρτην ἑβδομάδα D μεσοῦσαν μάλιστα, μηδὲν ὑπὸ μηδενὸς ἠλλοιωμένος αἰτίου προσφάτου κατ' ἐκείνην τὴν ἡμέραν, ἢ τὴν πρὸ αὐτῆς νύκτα. τὴν δ' ὑγιεινὴν κατάστασιν ἣν εἶχεν ἔμπροσθεν ἀκριβῶς διαφυλάττων. ἔστω δὲ καὶ τὴν ψυχὴν εὔθυμός τε καὶ φαιδρός, ὁ μέλλων χρήσασθαι τῷ ψυχρῷ νεανίσκος, εἴπερ ποτὲ ἄλλοτε, καὶ τότε μάλιστα· πρῶτον μὲν οὖν ἀνατριβέσθω σινδόσιν ἐπιπλέον. ἔστωσαν δὴ καὶ σφοδρότεραι νῦν μᾶλλον, ἢ πρόσθεν αἱ τρίψεις, καὶ διὰ σκληροτέρων ὀθονίων, εἰ δὲ καὶ χειρῖδας ῥαπτὰς περιθέμενοι τῇ χερσὶν οἱ παραγυμνασταὶ τρίβοιεν, ὡς ὁμαλωτέραν γίνεσθαι τὴν ἐνέργειαν, οὐδὲν ἂν εἴη χεῖρον. ἐφεξῆς δὲ δι' E ἐλαίου τριβέσθω, καθότι συνήθες ἦν αὐτῷ· κἄπειτα γυμναζέσθω τῷ πλήθει μὲν, ἴσα γυμνάσια· θάττονα δὲ νῦν, ἢ πρόσθεν, ἔπειθ' οὕτως εἰς τὸ ψυχρὸν ὕδωρ καταβαινέτω μὴ βλακεύων, ἀλλ' ἐπωκύνων τὴν ἐνέργειαν, ἢ ἀθρόως ἐναλλέσθω. σκοπὸν ἐν ἀμφοῖν ἔχων, ὡς μάλιστα, καθ' ἕνα χρόνον ἅπασι τοῖς τοῦ σώματος μέλεσι περιχυθῆναι τὸ ὕδωρ· τὸ γὰρ κατὰ βραχὺ πλησιάζειν αὐτῷ, φρίκης ἐστὶ ποιητικόν. ἔστω δὲ μήτε χλιαρὸν τὸ ὕδωρ, μήτε ἀτέραμνόν τε καὶ παγετῶδες· τὸ μὲν γὰρ, οὐ ποιεῖται θερμασίας ἐπανάκλησιν· τὸ δέ, πλήττει τε καὶ καταψύχει τοὺς ἀήθεις. ὡς ἔν γε τῷ χρόνῳ προϊόντι, καὶ τοιούτῳ ποτὲ χρήσαιτ' ἂν ἡμῖν F ὁ νεανίσκος, ἀνάγκης καταλαβούσης· ἀλλὰ κατά γε τὴν πρώτην ἡμέραν, ἀκριβῶς χρὴ φυλάττεσθαι τὸ λίαν ψυχρόν. ἐξελθόντι δὲ τοῦ ὕδατος, ὑπὸ πλειόνων ἀνατρίβεσθαι προσήκει δι' ἐλαίου, μέχρις ἂν ἐκθερμανθῇ τὸ δέρμα· καὶ μετὰ ταῦτα, σιτία μὲν πλείω τῶν εἰωθότων, ἔλαττόν τε προσφερέσθω τὸ πόμα.

A & vehementes motus talia sequantur; huic verò non solùm expulsa omnia excrementa, sed etiam emollitæ solidæ partes sunt, obiter dum apotherapia est vsus. Quare elui sibi in balneo sudorem & puluerem, si quando hoc vtitur, magis postulat quàm calefieri. Ergo transire tantum ad solium vsque non in laconico immorari is debebit, sicuti qui citra exercitationem seipsos elixant. Sed nec morari in piscina huic est opus; imò lotus, vt comprehensum est, ad frigidam festinet; atque ipsa quoque mediocris esto, vtpote ad medij temperamenti corpus. B Quibus enim aut vehementer frigida opus sit, aut molli, & veluti insolata, post dicemus. Cæterùm optimum corpus, quoad augescit, dictum est non esse frigida lauandum, ne eius incrementum moretur. Vbi verò abundè est auctus, iam frigidæ quoque assuefaciendus; vt quæ tum corpus vniuersum roboret; tum cutem densam durámque efficiat; quod sanè tutissimum est aduersus noxas quæ extrinsecus imminent. Quemadmodum verò quispiam frigida lauari primùm incipiet, sic vt nullam ex subita mutatione noxam sentiat, id vtique ante omnia scire conuenit. Multi enim quum parum rectè incepissent, C adeò in frigidam lauationem male fuere affecti, vt nec iis qui tutissimè eam administrare potuissent, se permitterent. Esto igitur anni tempus æstatis initium; quo videlicet ante hyemem in toto interposito tempore non spernenda consuetudo pariatur. Esto præterea dies quo auspicabimur, quàmmaximè tranquillus, & quod id tempus feret, calidissimus; cuius etiam calidissimam deligendam esse partem nemo dubitat; sicuti etiam gymnasterium, quod mediocri maximè sit temperamento. Et externa quidem præparatio talis est. Corpus ipsum quod vti frigidâ D debebit, ad hunc modum præparabitur. Esto illi ætas quarti maximè septennij medium, nulla nec ipso die, nec quæ eam præcessit nocte, noua re alterato, sed pristinam salubritatem ad vnguem seruanti. Esto verò qui frigidâ vtetur, iuuenis & animo tum præsente, tum planè hilari, si quando aliàs etiam tunc præcipuè; ac primùm quidem fricetur linteis vberius. Sunto autem frictiones magis nunc quàm antè vehementes, atque etiam linteis durioribus administratæ, si verò & manicas consutas manibus progymnasta circumdaret, atque ita frica- E ret, quo fieret opus æquabilius, non minimè ad rem pertineret. Dehinc oleo prout assueuit fricetur; inde exercitetur, exercitationibus multitudine quidem paribus, sed citatioribus quàm ante. Ab his in frigidam descendat non tamen cunctanter, sed celeriter, vel etiam semel totus insiliat, huc vtrobique spectans vt vno maximè tempore omnibus corporis partibus humor circumfundatur; quippe quum sensim his accedere, horrorem concitet. Esto verò & aqua ipsa nec tepida, nec plane cruda & glacialis; altera namque repercussum caloris non efficit; altera ferit insuetos, ac refrigerat. Si- F quidem procedente tempore tali quoque aqua vtatur iuuenis noster, si necessitas exigat; verùm primo saltem die omninò cauenda est admodum frigida. Exeunti verò ab aqua, fricari oleo, idque à pluribus expedit, quoad cutis ipsa incaleat. Post hæc cibos solitis plures potum infra consuetudinem capiat, quæ

quæ ipsemet vel iniussus faciet, ritè modò omnia sint peracta. Nam à frigida lauatione & plus appetunt, & melius concoquunt, ac minus sitiunt; veniúntque ad exercitationes postridie planè meliore habitu corporis, mole quidem pari ei quæ antè, cæterùm compacta & musculosiore ac vegetiore; cute verò duriore ac densiore. In hoc ergo secundo præterea die similiter omnia sunt peragenda, etiam tertio, & quarto. Postea verò procedente tempore ad eundem modum frigidam iterum ingredi iubebimus, videlicet post eam, quæ priori ingressui successit, frictionem, vt priùs est comprehensum. Verùm tertio eam ingredi, quod nonnullis placuit, non laudo. Nam & iterum id fecisse, abundè satis mihi esse videtur; præsertim quum pro arbitrio nostro immorari hominem iubere liceat; ipsum verò immorandi tempus, hîc quoque à quotidiana ipsius experientia est coniectandum. Nam si egressus frigidam coloratior ex frictioe citò redditur, mediocriter moratum indicat; sin & tardius ei calor redeat, & decolor diutiùs maneat, plùs æquo moratum docet. Si ergo cutis notis intentus sis, facilè intelliges an par tempus postea in frigida morari conueniat, an potiùs ad maius minúsve aliquid sit mutandum. Et de frigida lauatione, quòd ad optimam naturam spectet, abundè dictum arbitror.

CAPVT V.

De laßitudinibus, & earum causis.

ERrata autem si quæ contigerint, quomodo quis emendet iam dicere tempestiuum est. Vt enim quàm maximè statum corporis illæsum tum sortitus quispiam sit, ac ab omnibus quæ in vita contingunt, negotiis liber sit, & sibi vni viuens, fieri tamen nequit vt non aliquando vel ipse, vel is qui ei præficitur aberret. Primùm igitur non absimile est in id maximè & frequentissimè peccatum incidere iuuenem exercitationibus deditum, quæ lassitudo appellatur; de qua à multis iam non solùm medicis, aut gymnastis, sed etiam philosophis est dictum, veluti Theophrasto, qui integrum de ea volumen scripsit. Ego verò hîc quoque prolixitati parcens, quæ nonnullis parum rectè de ea sunt tradita, ea transire statui; quæ verò maximè sunt necessaria iis qui sanitatem tuendam profitentur, hæc vnà cum accommodatis demonstrationibus explicare; ac primùm de notione eius agere, quippe rectè se habet, ab hac quum exorsi fuerimus ad essentiam eius explicandam accedere. Ergo lassitudinis notionem intelligentiámque sunt qui accipiant, dum incensi distentique sibi esse videntur, idque aut omnibus corporis partibus, aut iis tantùm quibus laborarint; quidam dum tristi molestóque sensu inter mouendum afficiuntur, hunc alij indicibilem dixere, alij vlcerosum appellauere; nonnulli quum membra ceu contusa & phlegmone obsessa sentiunt. Non desunt & qui simplices hos affectus inter se miscent, & qui tésionis est, & qui vlcerosus, & qui phlegmones speciẽ præfert. Alij duos ex his miscẽt, aut eum qui vlceris speciem exhibet ei qui tésioni assimilatur; aut eum qui phlegmones sensum affert, seorsum cum vtroque, ita vt sint in vniuersum sẽtẽtiæ de lassitudinis notione septẽ. Quæ sanè omnes vt veræ ex parte sunt, ita in totũ simplici absolutóq; sermone nõ sũt

A ταῦτα δή εἰ καὶ σὺ μὴ κελεύσειας, αὐτὸς ἂν οὕτω ποιήσειεν ὀρθῶς ἁπάντων γινομένων. καὶ γὰρ ὀρέγονται πλεόνων ἐπὶ τῆς ψυχρολουσίας, καὶ πέττουσιν ἄμεινον, καὶ διψῶσιν ἧττον. ἀφικνοῦνταί τε κατὰ τὴν ὑστεραίαν ἐπὶ τὰ γυμνάσια σαφῶς εὐεκτικώτεροι, τὸν μὲν τοῦ σώματος ὄγκον ἴσον ἔχοντες τῷ πρόσθεν, ἐσφιγμένον τε καὶ μυωδέστερον, καὶ συντονώτερον, καὶ τὸ δέρμα σκληρότερόν τε καὶ πυκνότερον. ὁμοίως οὖν ἐπ᾽ αὐτοῦ κατὰ τὴν δευτέραν ἡμέραν πρακτέον ἅπαντα, καὶ κατὰ τὴν τρίτην τε, καὶ τετάρτην. εἶθ᾽ οὕτως ἐπὶ προήκοντι τῷ χρόνῳ, κελεύσομεν αὐτὸν ἐμβαίνειν τὸ δεύτερον τῷ ψυχρῷ, μετὰ τὴν ἐπὶ τῷ προτέρῳ τρῖψιν, ὡς εἴρηται πρόσθεν. τὸ δὲ καὶ τρίτον ἔτι τοῦτο ποιεῖν, B ὥς ἔνιοί τινες ἐκέλευσαν οὐκ ἐπαινῶ. καὶ γὰρ τὸ δεύτερον αὔταρκες εἶναί μοι δοκεῖ, δυναμένων γε ἡμῶν εἰς ὅσον ἂν ἐθέλωμεν, ἐν αὐτῷ κελεῦσαι διατρίβειν. ὁ δὲ σκοπὸς κἀνταῦθα τοῦ χρόνου τῆς διατριβῆς, ἐκ τῆς καθ᾽ ἑκάστην ἡμέραν λαμβανέσθω πείρας. εἰ μὲν γὰρ ἀνελθὼν ἐκ τοῦ ὕδατος ἐπὶ τὴν ἀνάτριψιν εὔχρους ἐν τάχει γίγνοιτο, μετρίως ἐν αὐτῷ διατρίψας, εἰ δὲ δυσεκθέρμαντός τε καὶ ἄχρους διαμείνῃ μέχρι πλείονος, ἀμετρότερον ἐχρήσατο τῷ ψυχρῷ. τοῦ χρωτὸς τοίνυν προσέχων τοῖς γνωρίσμασιν ἐξευρήσεις ῥᾳδίως, εἴτε τὸν C ἴσον χρόνον αὖθις ἐν τῷ ψυχρῷ διατρίβειν προσήκει, εἴτε καὶ μετακινῆσαί τι πρὸς τὸ ἔλαττον, ἢ πλέον, καὶ περὶ μὲν ψυχρολουσίας, ὡς πρὸς τὴν ἀρίστην φύσιν, ἱκανὰ καὶ ταῦτα.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ε'.

Περὶ κόπων τε καὶ τῶν αἰτιῶν αὐτῶν.

ΤΑς δὲ τῶν παρεμπιπτόντων ἁμαρτημάτων ἐπανορθώσεις, ὅπως ἄν τις κάλλιστα ποιοῖτο, διελθεῖν ἤδη καιρός. εἰ γὰρ ὅτι μάλιστα τὴν κατασκευὴν τοῦ σώματος ἀμεμπτον D ἔχοι τις, ἀπηλλαγμένος τε εἴη τῶν κατὰ τὸν βίον ἁπάντων πραγμάτων, καὶ ἑαυτῷ μόνῳ ζῶν, ἀλλά τό γε μηδέποτ᾽ ἁμαρτάνειν μηδέν, ἢ αὐτὸν, ἢ τὸν ἐπιστάτην αὐτοῦ, παντάπασιν ἀδύνατον. εἰκὸς τοίνυν ἐστὶ πρῶτόν τε, καὶ μάλιστα, καὶ συνεχέστατα περιπίπτειν ἁμαρτήματι νεανίσκον γυμναστικὸν, εἰ ὁ κόπος ἐστίν· ὑπὲρ οὗ πολλάκις μὲν ἤδη πολλοῖς, οὐκ ἰατροῖς μόνον, ἢ γυμνασταῖς, ἀλλὰ καὶ φιλοσόφοις εἴρηται, ὥσπερ καὶ Θεοφράστῳ βιβλίον ὅλον ὑπὲρ αὐτοῦ γράψαντι. ἐγὼ δὲ κἀνταῦθα μήκους φειδόμενος, ἃ μὲν εἴρηται κακῶς ὑπὲρ αὐτοῦ τισιν, ὑπερβῆναι διέγνωκα. τὰ δ᾽ ἀναγ- E καιότατα τοῖς ὑγιεινοῖς, ἅμα ταῖς οἰκείαις ἀποδείξεσι διελθεῖν, καὶ πρῶτόν γε περὶ τῆς ἐννοίας αὐτοῦ. δίκαιον γὰρ ἀπὸ ταύτης ἀρξαμένους, οὕτως ἐπὶ τὴν οὐσίαν μεταβῆναι. ἐννοίας δ᾽ ἔχουσι κόπου τινὲς μὲν ἐν τῷ πεπρῆσθαί τε καὶ τετάσθαι δοκεῖν, ἤτοι πάντα τὰ μέλη τοῦ σώματος, ἢ τὰ πονήσαντα μόνον. τινὲς δ᾽ ἐν τῷ δυσχερῆ τινα, καὶ ἀνιαρὰν αἴσθησιν ἑαυτῶν κατὰ τὰς κινήσεις λαμβάνειν, ἣν τινες μὲν ἄρρητον, ἔφασαν. ἔνιοι δὲ ἑλκώδη προσηγόρευσαν. ἄλλοι δέ τινες, ὅταν ὡς τεθλασμένων τε καὶ φλεγμαινομένων αἰσθανώμεθα τῶν μελῶν. εἰσὶν μὲν οἱ καὶ μιγνύουσιν ἀλλήλαις F τὰς ἁπλᾶς ταύτας διαθέσεις, τήν τε τῆς τάσεως, καὶ τὴν ἑλκώδη, καὶ τὴν φλεγμονώδη. τινὲς δὲ δύο μιγνύουσιν ἐξ αὐτῶν ἤτοι τὴν ἑλκώδη, τῇ μετὰ τάσεως, ἢ τὴν φλεγμονώδη, μεθ᾽ ἑκατέρας αὐτῶν ἀνὰ μέρος. ὥσθ᾽ ἑπτὰ τὰς πάσας γίγνεσθαι δόξας περὶ τῆς κατὰ τὸν κόπον ἐννοίας. ἐκ μέρους μὲν τινος ἁπάσας ἀληθεῖς, τὸ σύμπαν δὲ οὐχ ἁπλῶς.

ἐάν τε γὰρ ἑλκώδης αἴσθησις γίγνηται κινουμένοις, ἐάν τε φλεγμονώδης, ἐάν τ' ἐμπίπρασθαι καὶ τείνεσθαι δοκῶσιν, ἐάν τε κατὰ συζυγίαν τινὰ τούτων, ἢν θ' ὁμοῦ συνέλθῃ τὰ πάντα, κόπος ὀνομάζεται τῶν εἰρημένων διαθέσεων ἑκάστη. ὥστ' εἶναι διαφορὰς ἑπτὰ τὰς συμπάσας τῶν κόπων. ἁπλᾶς μὲν τρεῖς, συνθέτους δέ, τέτταρας. ἐπανορθώσεις δὲ τῶν οὕτως ἐχόντων σωμάτων, αἱ μέν τινες ἴδιαι καθ' ἑκάστην εἰσὶ διάθεσιν. αἱ δέ τινες ἁπασῶν κοιναί. λεχθήσεται δ' ἑξῆς ὑπὲρ αὐτῶν, ἐὰν πρότερον ὑπὲρ τῆς παρακειμένης τοῖς κόποις διαθέσεως εἴπωμεν, ἣν ἐξαπατώμενοί τινες ὀνομάζουσι κόπον. ὁποία δ' ἐστὶν αὕτη, καὶ τίνα κέκτηται γνωρίσματα, δηλωθήσεται σαφέστερον, ἂν τὴν οὐσίαν ἑκάστης τῶν κοπωδῶν διαθέσεων εὕρωμεν. ἄχρι μὲν γὰρ τοῦδε, τὰ συμπτώματα μόνον εἴρηται, καὶ γὰρ τὸ πεπρῆσθαί τε, καὶ τείνεσθαι δοκεῖν τὰ μόρια, καὶ τῷ κινουμένῳ, ἤτοι φλεγμονώδη τινά, ἢ ἑλκώδη γίγνεσθαι τὴν αἴσθησιν, οὐδὲ διαθέσεις εἰσίν, ἀλλὰ συμπτώματα. διαθέσεις δέ γε τοῦ σώματος αὐτῶν, ἐφ' οἷς εἴωθε τὰ τοιαῦτα συμπίπτειν, ἁπλαῖ μὲν τρεῖς, σύνθετοι δὲ τέσσαρες. ἡ μὲν οὖν ἑλκώδης διάθεσις, ἐπὶ πλήθει γίγνεται περιττωμάτων λεπτῶν τε ἅμα καὶ δριμέων, ἅπερ ἐν τῷ γυμνάζεσθαι γίνεται κατὰ διττὴν αἰτίαν, ἤτοι τῶν παχυτέρων περιττωμάτων χυθέντων τε καὶ λεπτυνθέντων, οὐχ ἁπάντων δὲ ἐκκριθέντων, ἢ τακείσης τινός, ἤτοι πιμελῆς, ἢ σαρκὸς ἁπαλῆς, ἀνάγκη γὰρ ὑπὸ τῶν τοιούτων ὑγρῶν, λεπτῶν καὶ δριμέων ὑπαρχόντων κεντεῖσθαί τε, καὶ οἷον τιτρώσκεσθαι τό, τε δέρμα καὶ τὰς σάρκας, ὥστε καὶ φρίκην ἐνίοτε γίνεσθαι, καί τι καὶ ῥῖγος, ὅταν ἰσχυρῶς ᾖ δριμέα τε ἅμα καὶ πολλά. τοιοῦτος μὲν δή τις ὁ οἷον ἑλκώδης κόπος. ἐν ᾧ δὲ τείνεσθαι δοκεῖ τὰ μόρια μόνον, ἑλκώδης δ' οὐκ ἔστιν αἴσθησις, ἐν τῷδε τῷ κόπῳ, περίττωμα μὲν οὐδὲν ὅ, τι καὶ ἄξιον λόγου περιέχεται ἐν τοῖς σώμασι, κατὰ δὲ τοὺς μῦς, καὶ τὰ νεῦρα διάθεσίς τις ἐπὶ ταῖς σφοδροτέραις ἐντάσεσιν, ἃς ἐποιήσαντο κατὰ τὰ γυμνάσια, συνίσταται, τοῦ ποιήσαντος αἰτίου τὴν δύναμιν ἐνδεικνυμένη. συμβαίνει γὰρ ἐν ταῖς σφοδροτέραις ἐντάσεσιν, ἁπάσας μὲν τῶν μυῶν τείνεσθαι τὰς ἶνας, οὐχ ὁμοίως δὲ ἁπάσας, κάμνειν. ἀλλ' ὅσαι μάλιστα κατὰ τὴν εὐθύτητα τῆς τάσεώς εἰσιν. ὡς ὅσαι γε λοξότεραί πως ὑπάρχουσιν, ἧττον εὐθύνονται τεινόμεναι. ὥστε ταύταις μὲν οὐδεὶς ἐφεδρεύει κίνδυνος. ἐν δὲ ταῖς ἐπὶ πλέον ἐκτεινομέναις, ὡς ἐγγὺς ἥκειν τοῦ διασπασθῆναι, καταλείπεταί τις διάθεσις ὁμοία τῇ κατὰ τὰς ἐνεργείας ἐπιτεινομένῃ. τείνεσθαι γὰρ ἔτι δοκοῦσι, κἂν μηκέτι τείνωνται. ἡ δὲ δὴ τρίτη τοῦ κόπου διαφορά, καθ' ἣν ὥσπερ τεθλασμένων, ἢ φλεγμαινόντων αἰσθανόμεθα τῶν μορίων, τηνικαῦτα μάλιστα συμπίπτειν εἴωθεν, ὅταν ἐκθερμανθέντες ἱκανῶς οἱ μύες, ἐπισπάσωνταί τι τῶν περικεχυμένων ἑαυτοῖς περιττωμάτων. εἰ δὲ καὶ περὶ τοὺς τένοντάς τε καὶ νεῦρα, τὴν αὐτὴν γίνεσθαι διάθεσιν συμβαίνει, ὀστοκόπον ὀνομάζουσι τὸ πάθημα, τῷ βυθίῳ τῆς αἰσθήσεως, ἐπὶ τὰ διὰ βάθους κείμενα μόρια τοὔνομα φέροντες. ἐπιπολῆς μὲν γὰρ τὸ δέρμα, δευτέραν δὲ ἔχουσι θέσεως τάξιν οἱ μύες, ἐν κύκλῳ τοῖς ὀστοῖς περικείμενοι. συμφυεῖς δὲ οἱ τένοντες ὑπάρχουσι τοῖς ὀστοῖς, ὥστ' εὐλόγως, ὅταν οὗτοί τι τῶν εἰρημένων πάσχωσιν, ἐν τῷ βάθει τε καὶ περὶ τοῖς ὀστοῖς αὐτοῖς ἡ διάθεσις εἶναι δοκεῖ. αὗται μὲν αἱ μόναι τρεῖς ἁπλαῖ τῶν κόπων εἰσὶ διαφοραί· σύνθετοι δ' ἐξ αὐτῶν, ὡς ἔμπροσθεν εἴρηται, τέτταρες ὑπὲρ ὧν ἑξῆς ἐροῦμεν, ἐὰν πρότερον τὸν περὶ τῶν ἁπλῶν διέλθωμεν λόγον. ἔστι γὰρ δή τις, καὶ ἄλλη διάθεσις ἐξαπατῶσά τινας, ὡς κόπος,

A Nam siue vlceris sensus quum mouentur, se exhibet, siue phlegmones, siue incendi tendique videntur, siue duo quilibet horum, siue etiam omnes coëant, lassitudo dicitur eorum affectuum vnusquisque. Quò fit vt septem eius in vniuersum differentiæ sint, simplices tres, compositæ quatuor. Corporis verò quòd his sit affectum, remedia quædam propria cuiusque lassitudinis sunt, quædam omnibus communia. De his mox dicetur, si priùs de affectu quodam, qui lassitudini proximus est, dixero quem decepti nonnulli prauè lassitudinem nominant; is qualis sit, & quas notas habeat, illustriùs apparebit, si cuiusque lassitudinis essentiam prius disquisiuerimus. B Hactenus enim ipsa symptomata dicta sunt. Illa enim quòd incendi tendique corpus videatur, & quòd mouenti se vel vlceris, vel phlegmones sensus oboriatur affectus non sunt, sed symptomata. Affectus verò corporum, quibus hæc superuenire solent, tres simplices sunt, quatuor compositi. Et vlcerosus quidem affectus oritur ab excrementorum copia tenuium simul & acrium. Quæ nimirum inter exercitandum proueniunt duplici ex causa, aut eo excremento, quòd crassius erat, fuso & attenuato, non tamen toto expulso; C aut adipe mollíve carne liquata. Necesse enim est abs tali humore ceu tenui atque acri, pungi & quasi vulnerari tum cutem, tum ipsam carnem, sic vt etiam horror interim oboriatur, imò etiam quadantenus rigor, si modo admodum tum copiosus humor, tum acer sit. Ac talis quidem est vlcerosa lassitudo. Vbi autem tendi solum membra videntur, vlceris verò sensus non est, in hac certè lassitudine nullum excrementum, de quo ratio vlla sit habenda, in corpore continetur, sed residet in musculis & neruis ex nimia tensione, quam exercitando admiserunt, D affectus quidam effectricis causæ potestatem indicans. Accidit namque in vehementi tensione omnes musculorum fibras tendi, non tamen similiter omnes lassari, sed eas maximè quæ per longitudinem tensionis porriguntur. Quippe quæ obliquiores quodammodo iacent, minus in directum aguntur; quare his nullum instat periculum. In iis verò quæ immoderatiùs sunt extentæ ita vt parum à disruptione absint, relinquitur affectio quædam similis ei quæ inter agendum fiebat; quippe tendi adhuc videntur, quum tamen nulla iam tensione vrgeantur. Tertia verò lassitudinum differentia, E qua nimirum ceu contusas, aut phlegmone obsessas partes sentimus, tum maximè solet incidere, quum musculi nimium excalefacti attraxere quippiam ex circumfusis sibi excrementis. Quòd si etiam tum tendonibus, tum neruis idem affectus incidit ossium dolorem, eum affectum nominant, ob penitiorem scilicet sensum, partibus quæ in alto maximè corpore sunt positæ, nomen tribuentes; quippe summum locum cutis occupat; secundum ab ea situs ordinem musculi habent, vtique circum ossa positi; at tendones ipsis ossibus adhærent. Quo magis rationabile est, quum hi quicquam prædictorum F patiuntur, videri in imo, ac circa ipsa ossa affectionem hærere. Atque hæ quidem solæ tres simplices lassitudinum differentiæ sunt; compositæ verò ex his, vt iam dictum est, quatuor sunt de quibus mox agendum, si tamen prius simplices vniuersas absoluero. Est namque affectio alia quoque, quæ ceu lassitudo sit, nonnullis imponit:

hæc

hæc incidit quum supra modum musculi siccantur adeò vt squallens contractúmque corpus appareat, atque ad motus quodammodo pigrum; non tamen ei quicquam eorum quæ modò diximus inest; neque is, qui veluti vlceris aut tensionis est, multóque minùs qui veluti phlegmones est sensus. Quippe diuersissimus aspectus eiusmodi affectus est, & eius quem vltimo loco retulimus. Hic namque squallens & contractius corpus efficit; at qui phlegmones sensum præ se fert, in mole etiam, ea quæ naturalis est, ampliore consistit. Quare quatuor in vniuersum simplices affectus sunt; quorum singulis sua sunt remedia.

CAPVT VI.

De remediis lassitudinis, quæ vlceris & quæ tensionis sensum repræsentat.

ORdiendum verò ab ea, quæ vlceris sensum inuehit; quam etiam ab excrementorum acrimonia ortam diximus: hæc autem lassitudo maximè in ea incidit corpora quæ & mali succi sunt, & excrementis abundant. Succedit verò recentibus cruditatibus, quum aut exercitantur immoderatiùs, aut in sole sunt morati. Cæterùm nihil obstat quin in corpore boni succi citra cruditatem proueniant, vtique ob exercitationis nimium excessum. Sanè excitare eam solent celeres ac multi motus. In hac verò lassitudine etiam densa esse, horreréque cutis videtur. Fatentúrque qui ea sunt affecti, inter mouendum dolere sibi vlceris ritu alij cutim tantum, alij subiectam etiam carnem. Remedium huius ex iis quæ affectui sunt contraria, comparatur quippe si quæ redundant discutias, malum cessabit. Sanè discutientur frictione multa mollique cum oleo, à quo omnis adstringendi vis abest: quod genus maximè Sabinum est. Aduersissimum verò huic affectioni est, quod ex Hispania affertur & ex Iberia: vocant autem Hispanum, tum quod omphacinum vocant, vel crudum; & vt semel dicam, quod austerum est, omne id alienum est. Adeò gustu ipso vim eorum discernere licet, etiamsi de ipsis ante periculum non feceris. Sic namque & nos quondam in Macedonia degustato oleo, quod fit circa Aulonem, qui est super Strimonem, deprehendimus eandem cum Hispano vim habere. Quin & reliquorum omnium olei generum ita deprehendas vires, etiam quæcunque per abusionem nominant, & quæ ex sale, ex radicibus, ex herbis, ex germinibus, ex foliis, vel fructibus præparantur. Dictum verò abundè de his omnibus est in operibus iis quæ de medicamentis inscripsimus; nihilo tamen minùs etiam in proposito opere dicetur suo loco. Illud tantùm in præsentia dixisse satis sit, quod planè dulcissimum oleum est, id esse ad propositum affectum maximè accommodatum. Hoc igitur copioso cum multa frictione vtendum; primo quidem die, quò suspectam fortè lassitudinem omninò declines; secundo verò, vt si qua incidit, discutiatur. Discutit porrò eam exercitatio, quæ apotherapia dicitur; in qua scilicet motus adhibeas quantitate mediocres, qualitate tardiores, idque cum frequenti interposita his quiete; qua vtique fricare hominem oportet pluribus simul contrectantibus, quò nec refrigescat pars vlla, & ocyssimè excrementa discutiantur. Porrò fri-

A ἡ μὲν γένεσις ἐν τῷ ξηρανθῆναι τοὺς μῦς, περαιτέρω τοῦ προσήκοντος, ὥστε ἄντικρυς αὐχμηρὸν καὶ προσεσταλμένον φαίνεσθαι τὸ σῶμα, καὶ πρὸς τὰς κινήσεις ὀκνηρὸν ἀτρέμα. ἀλλ' οὐδὲν ὑπάρχει αὐτῷ τῶν ἔμπροσθεν εἰρημένων, οὔτε τὴν τῆς ἕλκους αἴσθησιν, ἢ τάσεως, οὔτε πολὺ μᾶλλον τὴν τῆς φλεγμονῆς. ἐναντιωτάτη γὰρ ἡ ὄψις τοῦ τε τοιούτου, καὶ τῆς νῦν λεγομένης διαθέσεώς ἐστιν. αὕτη μὲν γὰρ αὐχμῶδες, καὶ προσεσταλμένον ἀπεργάζεται τὸ σῶμα, ὁ δὲ φλεγμονώδης κόπος, ἐν ὄγκῳ μείζονι, καὶ αὐτοῦ τοῦ κατὰ φύσιν. ὡς εἶναι τὰς πάσας τέτταρας ἁπλᾶς διαθέσεις, ἰδίας ἑκάστην ἐπανορθώσεως δεο-
B μένην.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ϛʹ.

Περὶ τῆς τοῦ κόπου τὴν ἑλκώσεώς τε, καὶ τάσεως αἴσθησιν φέροντος ἰάσεως.

ΑΡκτέον δ' ἀπὸ τοῦ τὴν ἑλκώδη φέροντος αἴσθησιν· ὃν καὶ διὰ δριμύτητα περιττωμάτων ἐλέγομεν αἴσθεσθαι. ἔστι ὁ κόπος συμπίπτει μάλιστα τοῖς κακοχύμοις τε καὶ περιττωματικοῖς σώμασιν. ἐπιγίνεται δὲ καὶ ταῖς ὑπο-
C γύοις ἀπεψίαις, ὅταν ἤτοι γυμνάσωνται περιπετέστερον, ἢ ἐν ἡλίῳ διατρίψωσιν. οὐ μὴν ἀδύνατόν γε αὐτὸν συστῆναί ποτε χωρὶς ἀπεψίας, ἐν εὐχύμῳ σώματι, δι' ὑπερβολὴν ἀμέτρων γυμνασίων. εἰώθασι δ' αὐτὸν ὀξεῖαι, καὶ πολλαὶ φέρειν κινήσεις. πυκνὸν δὲ καὶ φρικῶδες φαίνεται, τὸ ἐν τούτῳ τῷ κόπῳ, τὸ δέρμα. καὶ ὁμολογοῦσιν ἐν τῷ κινεῖσθαι, καθάπερ ἕλκους ἀλγεῖν, οἱ μὲν τὸ δέρμα μόνον, οἱ δὲ καὶ τὰς ὑπ' αὐτῷ σάρκας. ἡ δ' ἴασις ἐξ ὑπεναντίου τῇ διαθέσει, διαφορῆσαι γὰρ χρὴ τὰ περιττώματα, καὶ πέπαυται τὸ πάθημα. διαφορηθήσεται δὲ τρίψει πολλῇ, καὶ μαλακῇ σὺν ἐλαίῳ μηδεμίαν ἔχοντι στύψιν, ὁποῖόν μάλιστ' ἐστὶ, τὸ Σαβῖνον.
D ἐναντιώτατον δὲ τῇ διαθέσει τό τ' ἐκ τῆς Ἰσπανίας, καὶ τὸ ἐκ τῆς Ἰβηρίας, ὅπερ Ἰσπανὸν ὀνομάζουσι, τό τε καλούμενον ὀμφάκινον, ἢ ὠμοτριβὲς, ἑνὶ δὲ λόγῳ, τὸ αὐστηρὸν ἅπαν οὐκ ἐπιτήδειον. ὡς ἔνεστί σοι γευομένῳ διαγινώσκειν τὴν δύναμιν αὐτῶν, κἂν μὴ πρότερον ᾖς πεπειραμένος. οὕτω γοῦν καὶ ἡμεῖς ἐν Μακεδονίᾳ ποτὲ γευσάμενοι τοῦ κατὰ τὸν Αὐλῶνα τὸν περὶ τῷ Στρυμόνι, γινομένου ἐλαίου τῆς αὐτῆς εἶναι δυνάμεως ἐγνωρίκαμεν αὐτὸ τῷ καλουμένῳ Ἰσπανῷ. καὶ μὲν δὴ καὶ τῶν ἄλλων ἐλαίων ἁπάντων οὕτω γνωρίσεις τὴν δύναμιν. ὅσα τε καταχρηστικῶς ὀνομάζεται, καὶ
E ὅσα σκευάζεται δι' ἁλῶν, ἢ ῥιζῶν, ἢ βοτανῶν, ἢ βλαστῶν, ἢ φύλλων, ἢ καρπῶν. εἴρηται δ' αὐτάρκως μὲν ὑπὲρ ἁπάντων αὐτῶν, ἐν ταῖς περὶ φαρμάκων πραγματείαις· λεχθήσεται δὲ καὶ κατὰ τὸν ἐνεστῶτα λόγον ἐν οἰκείῳ καιρῷ. νῦν δὲ τοῦτ' ἀρκεῖ μόνον εἰπεῖν, ὡς ὅπερ ἂν ᾖ γλυκύτατον ἔλαιον, ἐπιτηδειότατόν ἐστιν εἰς τὰ παρόντα. τούτῳ τοίνυν χρῆσθαι δαψιλεῖ, μετὰ τρίψεως πολλῆς· ἐν μὲν τῇ πρώτῃ τῶν ἡμερῶν, ὑπὲρ τοῦ μηδ' ὅλως γενέσθαι τὸν ὑποπτευόμενον ἔσεσθαι κόπον, ἐν τῇ δευτέρᾳ δὲ, χάριν τοῦ λῦσαι τὸν ἤδη γεγονότα. λύει δ' αὐτὸν, τὸ καλούμενον ἀποθεραπευτικὸν γυ-
F μνάσιον, ἐν ᾧ καὶ κινήσεις ἔνεστι ποιεῖσθαι, συμμέτρους μὲν τῇ ποσότητι, βραδυτέρας δὲ τῇ ποιότητι, μετὰ πολλῶν τῶν μεταξὺ διαναπαύσεων, ἐν αἷς χρὴ τρίβειν τὸν ἄνθρωπον, ἐφαπτομένων ὁμοῦ πλειόνων, ὅπως μήτε καταψύχοιτό τι μέρος αὐτοῦ, καὶ τάχιστα διαφοροῖτο τὰ περιττώματα. πλεονάζειν

δὲ χρὴ τοῖς μὲν τρίψεσι, κατὰ τὸ ἐν τῷ δέρματί τε, καὶ ὑπὸ τῷ δέρματι, τὸ πλῆθος τῶν περιττωμάτων ἔχοντα. ταῖς δ᾽ ἐξ αὐτοῦ κινήσεσι, κατὰ τὸν ἕτερον κόπον, ᾧ τὸ πλέον ἐν τοῖς μυσὶν ἤθροισται. τὰ γὰρ ἐν τούτοις περιττώματα, τρίψις μόνη διαφορεῖν οὐχ ἱκανή. δεῖται γὰρ οὐκ ἔξωθεν μόνον ἕλκεσθαι πρός τινος, ἀλλὰ καὶ συνεπωθεῖσθαι πρὸς ἑτέρου τινὸς ἔσωθεν. ἐπωθεῖ δ᾽ αὐτά, τό τ᾽ ἀναπτόμενον θερμὸν ἐν ταῖς κινήσεσι, καὶ τὸ συνεκκρινόμενον πνεῦμα, καὶ ἡ αὐτῶν τῶν μυῶν ἔντασις· ἐξ ἐπιμέτρου δέ, καὶ ἡ καθ᾽ ἕκαστον μόριον ἀποκριτικὴ τῶν ἀλλοτρίων δύναμις. ὁ δὲ ἕτερος κόπος, ἐφ᾽ οὗ συντάσεως αἰσθάνονται, τὸν σκοπὸν τῆς ἰάσεως ἔχει τὴν πρὸς Ἱπποκράτους ὀνομαζομένην χάλασιν, ἐναντίον γὰρ τὸ τῇ συντάσει, καθάπερ τῇ σκληρότητι μάλαξις. ἔλεγε γοῦν ὧδε. δέρματος σκληροῦ, μάλαξις, συντεταμένου χάλασις. ὡς ἐναντίον ὑπάρχον, τῷ μὲν σκληρῷ τὸ μαλακόν, τῷ δὲ συντεταμένῳ, τὸ χαλαρόν. χαλᾶται δὲ τὸ συντεταμένον, ἐν μὲν ταῖς ἄλλαις διαθέσεσιν ἃς ἐν τῷ πέμπτῳ, περὶ τῆς τῶν ἁπλῶν φαρμάκων δυνάμεως εἴπομεν, ἑτέρως. ἐπὶ δὲ τῇ διὰ τὰ γυμνάσια, τρίψει μὲν ὀλίγῃ τε ἅμα καὶ μαλακῇ, δι᾽ ἐλαίου γλυκέος εἱληθερέος. ἀναπαύσει δὲ ὅλως, ἢ καὶ ἡσυχίᾳ, καὶ λουτροῖς εὐκράτοις, καὶ διατριβῇ πλέονι κατὰ τὸ θερμὸν ὕδωρ. ὥστε καὶ εἰ δὶς αὐτόν, ἢ τρὶς λούσαις, ὀνήσεις μειζόνως. οὗτοι δὲ καὶ μετὰ τὰ βαλανεῖα ἀλείφεσθαι δέονται, πρὶν ἀμφιέννυσθαι· καὶ εἰ δι᾽ ἱδρῶτά τινα, τύχοιεν ἀπομάξασθαι τὸ λίπος, αὖθις ἀλείφεσθαι χρῄζουσι. καὶ μέν τοι καὶ κατὰ τὴν ἑξῆς ἡμέραν, ἀναστάντες ἐκ τῆς κοίτης ἀλείφεσθαι δέονται· μηδέποτ᾽ ἄκρως ψυχρῷ τῷ ἐλαίῳ, μηδὲ σκληρῶς ἀνατριβόμενοι. γίνεται δ᾽ ὁ τοιοῦτος κόπος εὐχύμοις ἀνδράσι πονήσασιν εὔτονα μᾶλλον, ἢ ὀξέα γυμνάσια, καὶ δεινῶς ὀκνηρούς τε, καὶ δυσκαμπεῖς ἐργάζεται τοὺς κοπωθέντας. οὐ μὴν πυκνοί τε, καὶ φρικώδεις οἱ τοιοῦτοι φαίνονται, καθάπερ οἱ μικρῷ πρόσθεν εἰρημένοι. προσεσταλμένοι δ᾽ οὐδὲν ἧττον ἐκείνων οὗτοι, καὶ αὐχμώδεις ὁρῶνται. καὶ θερμότεροι τοῖς ἁπτομένοις εἶναι δοκοῦσιν, οὐ μόνον τῶν τὴν ἑλκώδη διάθεσιν ἐχόντων, ἀλλὰ καὶ σφῶν αὐτῶν ὅθ᾽ ὑγίαινον.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ζ'.

Περὶ ἰάσεως κόπου τοῦ τῇ φλεγμονῇ ἐοικότος, καὶ περὶ τῆς ἰσχνότητος ἑτέρας τοῦ κόπου.

Ὁ δὲ δὴ τρίτος τῶν κόπων ἐπὶ σφοδροτάταις γίνεται κινήσεσι, καὶ μόνος ἐξαίρει τοὺς μῦς ὑπὲρ τὸ κατὰ φύσιν, ὡς ἐοικέναι φλεγμονῇ τὴν διάθεσιν αὐτῶν. ταῦτά τοι καὶ ψαυόντων ὀδυνῶνται, καὶ θερμότεροι φαίνονται. ὀδυνῶνται δέ, καὶ ἢν αὐτοὶ καθ᾽ ἑαυτοὺς ἐπιχειρήσωσι κινεῖσθαι. ἀήθεσι δὲ γυμνασίων ἀνθρώποις ὁ τοιοῦτος κόπος, ὡς τὰ πολλὰ συμπίπτει, γυμνάζεσθαι δ᾽ εἰθισμένοις, ὀλιγάκις ἐγένετο κατὰ τὰς σφοδροτάτας τε ἅμα, καὶ παμπόλλας κινήσεις. ἡ δὲ ἴασις αὐτοῦ τρεῖς ἔχει τοὺς σκοπούς, ὥσπερ σχεδόν τι καὶ τὰ φλεγμαίνοντα σύμπαντα, κένωσιν τοῦ περιττοῦ, καὶ ἀνάπαυσιν τοῦ συντεταμένου, καὶ ἀνάψυξιν τοῦ φλογώδους. ἔλαιόν τε οὖν πολὺ χλιαρόν, αἵ τε τρίψεις μαλακώταται, καὶ ἡ ἐν τοῖς εὐκράτοις ὕδασι διατριβὴ πολυχρονιωτάτη, τοὺς τοιούτους ἰᾶται κόπους. εἰ δὲ καὶ βραχύ τι χλιαρώτερον εἴη τὸ ὕδωρ, ὀνήσει μᾶλλον. οὕτω δὲ καὶ ἡσυχία πολλή, καὶ ἀλείμματα συνεχῆ, καὶ πάνθ᾽ ὅσα, τὸ μὲν κεκμηκὸς ἀναπαύει τε ἅμα καὶ παρηγορεῖ, τὸ δὲ περιττὸν διαφορεῖ.

ctionum plus adhibebitur in iis, qui in cute & sub cute excrementorum collectam vim habent; motuum verò, quos ipsemet edat, in altera lassitudine; scilicet in qua plus est in ipsis musculis congestum. Quæ enim in his coacta excrementa sunt, sola frictio educere non potest; his enim opus est non solùm ab aliquo foris attrahi, verùm etiam ab altero quopiam intrinsecus impelli. Impellit ea partim calor ipse qui per motum accenditur, partim spiritus qui vnà emittitur, partim ipsa musculorum tensio; super hæc verò ipsa singularum partium excretrix alieni facultas. Altera verò lassitudo in qua tensio sentitur, illud pro remedio postulat, quod Hippocrati laxatio dicitur. Ea namque tensioni contraria est ad eum modum, quo duritiei mollities. Ait enim ita: *Cutis duræ mollitio; distentæ laxatio ceu duro molle, distento laxum contrarium sit.* Sanè relaxatur quod distentum est in aliis quidem affectibus quos in quinto de simplicium medicamentorum facultatibus diximus, alia ratione. Quod verò per exercitationem incidit, tum pauca mollique frictione, eáque ex oleo dulci atque insolato, tum intermissione omninò aut etiam quiete, præterea lauatione medij temperamenti, atque in calida pluscula mora; adeò si bis térve lauabis, plus proderis. Hi verò & post balneum vngi desiderant priùs quàm vestiantur. Quòd si propter sudorem fortè aliquem pingue detersérint, rursus vngi desiderant. Quinetiam postero die quum è cubili surgunt, vngi his expedit; nunquam tamen oleo summè frigido, nec dura frictione. Incidit certè huiusmodi lassitudo iis quibus salubris succus est post robustas potiùs quàm celeres exercitationes; redditque lassatos ipsos pigros admodum ægréque flexibiles. Non tamen hi densi horrentésque apparent, quemadmodum quos paulò ante comprehendimus, cæterùm contracti aridique non minus ipsis apparent; tangentibus verò calidiores videntur non solùm iis, quos vlcerosa lassitudo vrget, sed etiam quàm ipsimet quum sani essent.

CAPVT VII.

De remediis laßitudinis quæ inflammationi similis est, & gracilitatis quæ à laßitudinibus separatur.

Tertia lassitudo ex vehementissimis nascitur motibus soláque supra naturalem habitum musculos attollit sic, vt phlegmonæ persimilis affectus sit. Itaque & leui tactu offenduntur, & calidiores apparent. Dolent verò etiam si ipsi per se moueri conentur. Incidit hæc lassitudo iis plurimum qui assueti exercitationibus non sunt, nam exercitari assuetis rarò incidit vtique ex vehementissimis plurimisque motibus. Sanationis verò eius tres sunt scopi quemadmodum fere & omnium phlegmone obsessorum, nempe superuacanei vacuationem, extenti requiem, & inflammationis refrigerationem. Ergo & oleum copiosum ac tepidum cum frictione mollissima, & longissima in medij temperamenti aquis mora, huiusmodi lassitudines emendat. Quòd si paulò tepidior aqua sit, plus proderit. Ad eundem modum multa quies, & vnctio assidua, denique omnia quæ id quod lassatum est, quiete lenimentoque recreent, ac quod superuacuum est, per halitum digerant.

rant. Sed putet fortasse quispiam lassitudinem hanc, nec simplicem esse, nec à duabus iam traditis tertiam, sed ex his compositam, nec aliundè constantem, quàm ex neruosarum partium tensione, & vlceris sensu. Calorem namque in huiusmodi lassitudine, alioqui quidem naturaliter inesse, veluti in memoratarum vtraque: nec tamen complendæ notionis, substantiæve partem esse vllam. Verùm illud huic vni egregiè præ cæteris inest, nempe maior quàm pro naturali habitu tumor, tum quod nec doloris sensus similis in hac, & tensionis lassitudine habetur; quippe in illa tendi, in hac contusos esse vsque ad ossa neruos vniuersos putant, qui ipsa laborant. Quare in his saltem proprium à reliquis duabus discrimen habet, nec est composita tantum. Tres igitur siue corporis status, siue affectus, siue quid aliud dixisse velis, hi sunt. Est alia quædam super has quarta, similis quidem lassitudini, non tamen lassitudo, quòd neque vlceris, neque tensionis, neque phlegmones affectum præ se ferat: sed nec horrorem vllum dolorémve, nec pigritiam ad motus, quemadmodum lassitudines infert, sed gracilitatem tantum ariditatemque facit. Incidit quidem hæc in corporibus boni succi, & exercitationi assuetis, vbi immodicè exercitata, parum ritè apotherapia sunt vsa. Quippe ita & digeruntur excrementa, & quæ tensa fuerant, laxantur: nec aliud in corpore relinquitur præter siccitatem, quam ex immodico motu contraxerunt. Postulat autem primo die nihil sanè diuersum ab iis quæ prius dicta sunt, præter calidiorem aquam quæ sensim contrahat, & calfaciat, & roboret cutem: secundo apotherapiæ exercitationem, quæ tum in motu, tum frictione, & pauca, & mollis, & tarda sit: prætereà solium similiter calidum. Verùm protinus in frigidam exiliant: quò videlicet ipsis robur in cute vnà cum calore constet. Nam & minus in sequenti tempore dissoluuntur, & facilè in carnem cutémque nutrimentum resumunt: quo maius his commodum nullum profectò inuenias, vt qui nullum notabilem affectum, præter carnis gracilitatem, ariditatémque habeant. Quippe postulat (arbitror) tale saltem corpus nutriri simul ac madefieri; quorum vtrumque ex humido nutrimento optimè assequetur.

CAPVT VIII.

De nutrimento illorum qui laßitudine correpti sunt; ac de veterum gymnastarum erroribus in laßitudinibus emendandis.

Qvoniam verò facta semel mentio de victu post balneum est, non alienum fuerit & de eo quod ad lassitudines pertinet præcipere. Vlcerosa igitur lassitudo post legitimam apotherapiam consuetum nutrimentum desiderat, aut etiam parcius; prætereà humidius. Quod si in ipsa apotherapia in quartum migrauerit affectum, (solet enim ita plerumque fieri) pro ipsius ratione tum lauetur, tum nutriatur. At quæ tensionem lassitudo præfert, ea etiam magis quàm vlcerosa, parcè nutriri postulat. Quæ verò phlegmones sensum affert, ea supra reliquas omnes tum humidissimum, tum minimum, tum verò quod refrigerans quippiam habeat, requirit. Boni succi tamen nutrimentum omnes, qui lassitudine grauantur, iuxta postulant: quali nimirum propositus nobis iuuenis adhuc integer vtebatur. Cauendus

A Τάχα δ' ἄν τις οἰηθείη, τὸν τοιοῦτον κόπον οὐχ ἁπλοῦν, οὐδὲ τρίτον ἐπὶ τοῖς ἔμπροσθεν εἰρημένοις δύο, σύνθετον δ' ὑπάρχειν ἐξ αὐτῶν, οὐδὲν ἔχοντα πλέον τῆς τάσεως τῶν νευρωδῶν σωμάτων, καὶ τῆς ἑλκώδους αἰσθήσεως. τὴν γὰρ θερμότητα τοῖς τοιούτοις κόποις, ἄλλοις μὲν ὑπάρχειν φύσει, καθάπερ καὶ τῶν προειρημένων ἑκατέρῳ, οὐ μὴν συμπληρωτικήν γε τῆς ἐννοίας, ἢ τῆς οὐσίας εἶναι· ἀλλά τοι τό γε τοῦ παρὰ φύσιν ὄγκου τούτῳ τῷ κόπῳ μόνῳ παρὰ τοὺς ἄλλους ἐξαίρετον ὑπάρχει, καὶ τὸ τῆς ἀλγεινῆς αἰσθήσεως οὐχ ὅμοιον ἔν τε τῷ τονώδει κόπῳ, καὶ τῷδε. τείνεσθαι μὲν γὰρ ἐν ἐκείνῳ, τεθλάσθαι τε τὰ νεῦρα σύμπαντα, μέχρι καὶ τῶν
B ὀστῶν, οἱ τούτῳ τῷ κόπῳ κατεχόμενοι νομίζουσι. ὥστε κατά γε ταῦτα διαφοράν τινα ἐξαίρετον ἔχει παρὰ τοὺς ἄλλους δύο κόπους, οὐχὶ σύνθετος μόνον ἐστί. αὗται μὲν δὴ τρεῖς, εἴτε καταστάσεις σώματος, εἴτε διαθέσεις, εἴθ' ὅ,τι βούλεταί τις ὀνομάζειν. ἄλλη δ' ἐπ' αὐταῖς τετάρτη, παραπλησία μὲν ὑπάρχουσα κόπῳ, κόπος δ' οὐκ οὖσα, τῷ μήτε τὴν ἑλκώδη, μήτε τὴν τονώδη, μήτε τὴν φλεγμονώδη διάθεσιν ἔχειν, ἀλλὰ μηδὲ φρίκην τινά, μηδ' ἄλγημα, μηδὲ τὸν πρὸς τὰς κινήσεις ὄκνον, ὅμοιον τοῖς κόποις ἐπιφέρειν, ἰσχνότητα δὲ μόνην, ἅμα καὶ ξηρότητα. γίνεται μὲν οὖν ἐν εὐχύμοις τε ἅμα καὶ γυμναστικοῖς σώμασιν,
C ὅταν ἀμετρότερον γυμνασθέντα, μὴ καλῶς ἀποθεραπευθῇ, διαφορεῖται γὰρ οὕτω τὰ περιττώματα, καὶ χαλᾶται τὰ τεταμένα, καὶ οὐδὲν ἄλλο ὑπολείπεται κατὰ τὸ σῶμα, πλὴν ξηρότητος, ἣν ἐκ τῆς ἀμετροτέρας κινήσεως ἔσχον. δεῖται δὲ κατὰ μὲν τὴν προτέραν ἡμέραν, οὐδενὸς ἐξηλλαγμένου παρὰ τὰ πρόσθεν. ὅτι μὴ θερμοτέρου τοῦ ὕδατος, ὡς συναγαγεῖν ἀτρέμα, καὶ θερμῆναι, καὶ τονῶσαι τὸ δέρμα. κατὰ δὲ τὴν δευτέραν, ἀποθεραπευτικοῦ γυμνασίου, βραχέος τε ἅμα καὶ μαλακοῦ, καὶ βραδέος. ἔν τε κινήσεσι, καὶ τρίψεσι, καὶ τῆς δεξαμενῆς ὁμοίως θερμῆς. ἐκπηδάτωσαν δ' εὐθέως εἰς τὴν ψυχράν, ὑπὲρ τοῦ μένειν αὐτοῖς τὸν
D ἐν τῷ δέρματι τόνον, ἅμα θερμότητι, καὶ γὰρ ἧττον ἐν τῷ μετὰ ταῦτα χρόνῳ διαφοροῦνται, καὶ ῥᾳδίως εἴς τε τὰς σάρκας, καὶ τὸ δέρμα τὴν τροφὴν ἀναλαμβάνουσιν, οὗ μεῖζον ἀγαθὸν οὐδὲν εὕροις ἂν αὐτοῖς, οὐδεμίαν διάθεσιν ἐξαίρετον ἔχουσι, παρὰ τὴν τῆς σαρκὸς ἰσχνότητα, καὶ ξηρότητα. δεῖται γὰρ οἶμαι τό γε τοιοῦτον ἀνατραφῆναί τε ἅμα, καὶ ὑγρανθῆναι, καὶ ταῦτ' ἄμφω κάλλιστ' αὐτῷ γίνεσθαι πέφυκεν ἐκ τῆς ὑγραινούσης τροφῆς.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Η.

E *Περὶ τῆς τῶν κοπωθέντων τροφῆς, καὶ περὶ σφαλμάτων τῶν παλαιῶν γυμναστῶν ἐν τῷ κατορθοῦσθαι τοὺς κόπους.*

Ἐπειδὴ δὲ ἅπαξ ἐμνημόνευσα τῆς ἐπὶ τοῖς λουτροῖς διαίτης, οὐ χεῖρον ἂν εἴη, καὶ τὰ περὶ τῶν κοπωδῶν διαθέσεων ἐπεξελθεῖν. ὁ μὲν οὖν ἑλκώδης κόπος, εἰ μὲν ἱκανῶς ἀποθεραπευθείη, τῆς συνήθους δεῖται τροφῆς, ἤ τι βραχὺ μείονος. ἔτι δ' ὑγροτέρας τε ἅμα, καὶ ἐλάττονος. εἰ δὲ κατὰ τὴν ἀποθεραπείαν εἰς τὴν τετάρτην μεταπέσοι διάθεσιν, εἴωθε γὰρ οὕτω γίγνεσθαι τὰ πολλά,
F κατ' ἐκείνην, καὶ λουέσθω, καὶ τρεφέσθω. ὁ δὲ τονώδης, ἔτι δὴ καὶ μᾶλλον ὀλιγωτέρας δεῖται τῆς τροφῆς. ὁ δὲ φλεγμονώδης, ὑπὲρ ἁπάσας ὑγροτάτης τε καὶ βραχυτάτης, καί τι καὶ ψύχον ἐχούσης. εὐχύμου δ' ὁμοίως ἅπαντες οἱ κεκοπωμένοι δέονται τροφῆς, ὁποίᾳ δηλονότι καὶ ὑγιαίνων, ὁ ὑποκείμενος ἐν τῷ λόγῳ νεανίσκος ἐχρῆτο. φυλάττεσθαι

δὲ προσήκει τὸ γλίσχρον ἐν αὐτῷ, κατά τε τὸν φλεγμονώδη, A
καὶ τὸν ἑλκώδη κόπον, ὡς ἂν κωλῦον διαφορεῖσθαι τὰ περιτ-
τώματα. κατὰ μέν τοι τὸν τονώδη, καὶ τὰ τοιαῦτα σιτία δοτέον
ἀφαιροῦντα τοῦ πλήθους αὐτῶν. οὐδὲν οὖν θαυμαστὸν ἐναν-
τιολογίαν εἶναι παμπόλλην, οὐκ ἰδιώταις μόνον ἐν ἀλλήλοις,
ἀλλὰ καὶ τεχνίταις πρός ἑαυτούς τε, καὶ τοὺς ἰδιώτας, οὔτε
περὶ γυμνασίων, οὔτε περὶ τρίψεων, οὔτε περὶ λουτρῶν,
οὔτε περὶ διαιτημάτων ὁμολογοῦσιν, ὑπὲρ τῶν κοπωθέν-
των. ἀκοῦσαι γοῦν ἐστι τῶν μὲν φασκόντων, ὡς κόπῳ χρὴ
λύειν τὸν κόπον. ἑτέρων δέ, ὡς ἀνάπαυσις ἰᾶται τὸν κάματον,
καὶ τῶν μέν, ὡς ἐνδεῶς χρὴ διαιτᾶσθαι τοὺς κοπωθέντας. ἄλ- B
λων δέ, ὡς οὐ μόνον ἀφαιρεῖν προσήκει τῶν εἰθισμένων,
ἀλλὰ καὶ τοσούτῳ πλείω προσφέρειν, ὅσῳ περ ἔτυχε πλείω
γυμνασάμενοι, ἀνάλογον γὰρ χρῆναι τοῖς πόνοις προσαί-
ρεσθαι τὰς τροφάς. ἄλλων δέ τινων, ὡς οὔτε προστιθέναι χρὴ
ταῖς τροφαῖς, οὔτ᾽ ἀφαιρεῖν. οὕτω δὲ καὶ λούουσιν, οἱ μέν, εὐ-
κράτοις ὕδασιν, οἱ δέ, θερμοτέροις, οἱ δὲ χλιαρωτέροις. ἥ
τε γὰρ ἐμπειρία πρὸς ἐκεῖνο μόνον ἕκαστον ἀπάγει, πρὸς
ὅπερ ἔτυχε θεασάμενος πολλάκις. ὅ, τε λόγος, ὡς ἂν μὴ
τέλειος ὑπάρχων ἑκάστῳ, καθάπερ ἐδείκνυτο πρόσθεν.
ἀλλὰ μίαν τινὰ διάθεσιν ἐκδιδάσκων κοπώδη, τὰς δ᾽ C
ἄλλας, ὥσπερ οὐκ οὔσας ὑπερβαίνων, ἐκείνης μόνης ἐκ-
διδάσκει τὴν ἐπανόρθωσιν, ἧς ἔγνω μόνης. ἀληθὲς γοῦν
ἐστι καὶ τό, κόπῳ λύεσθαι τὸν κόπον, ὅταν γε δὴ φαίνηταί
ποτε δέον εἶναι τοῖς ἐν τῇ προτεραίᾳ γυμνασίοις, ἴσα κατὰ
τὴν ὑστεραίαν γυμνάζεσθαι. ἔστι τὸ τὴν ἴασιν κόπων, ἡσυ-
χίαν ὑπάρχειν. τούτων γὰρ τὸ μὲν ἐν τοῖς περιττωματι-
κοῖς κόποις, καὶ μάλιστα ὅσοι κατὰ τοὺς μῦς ἔχουσι τὰ
περιττώματα. τὸ δ᾽ ἐν τοῖς τονώδεσί τε, καὶ φλεγμονώ-
δεσι φαίνεται συμφέρειν. ἀληθὲς δὲ καὶ τὸ χρῆναι τοὺς κο-
πωθέντας, ἐνδεῶς διαιτᾶσθαι· τοῦτο γὰρ ὁρᾶται τοὺς φλεγ- D
μονώδεις ὠφελοῦν. ἀληθὲς δὴ καὶ τὸ τὰ συνήθη διδόναι,
τοῦτο γὰρ ἐπὶ τῶν ἑλκωδῶν, ὅταν ἀποθεραπευθῶσιν, ὀρ-
θῶς τετήρηται γιγνόμενον· ὥσπερ γε καὶ τὸ πλείω λαμβά-
νειν, ἐπὶ τῆς ὁμοιουμένης τοῖς κόποις διαθέσεως, εἰς ἣν
κἀκ τῆς ἑλκώδους ἔνιοι μεταπίπτουσιν. οὕτω δὲ ἔστι τὸ λούειν
εὐκράτοις ὕδασιν, ἀληθὲς ἐπὶ τοῖς περιττωματικοῖς κόποις.
ἀληθὲς δὲ καὶ τὸ μὴ λούειν τοιούτοις ἐπί τε φλεγμονωδῶν,
χλιαρωτέρων γὰρ οὗτοι δέονται, κἀπὶ τῆς ὁμοίας κόπῳ δια-
θέσεως, οὗτοι γὰρ οὐ χρήζουσι θερμοτέρων. οἴονται δ᾽ ἔνιοι καὶ
τὴν τοιαύτην διάθεσιν εἶναι κόπον. ἕτεροι δέ τινες ὁποία E
μέν τις ἐστὶν ἡ διάθεσις οὐκ εἶπον. ὑφ᾽ ὧν δ᾽ ἂν ὑποψία
τις ᾖ γενησομένου κόπου, συμβουλεύουσι θερμοτέρῳ χρῆ-
σθαι τῷ κατὰ τὸ λουτρὸν ὕδατι, καὶ προστιθέασι δὲ τὴν αἰτίαν,
ὡς ἡμεῖς ἔμπροσθεν ἔφαμεν, οἱ μὲν ἀναδόσει φάσκοντες,
οἱ δὲ θρέψει συντελεῖν τὸ τοιοῦτον λουτρόν, οὐ μὴν καθ᾽ ὅν
γέ τινα λόγον οἷαί τε κωλύειν εἰσὶ κόπον, ἀναδόσεις καὶ θρέ-
ψεις ἐκδιδάσκουσιν, ἀλλ᾽ οὐδὲ τὴν ἀρχὴν ὁποία τίς ἐστιν
ἡ τοῦ κόπου διάθεσις, οὐδὲ τοῦτο γράφουσιν. οἱ γοῦν πλείους
αὐτῶν, οὐδὲν εἶπον. ἔνιοι δὲ τολμήσαντες εἰπεῖν, ἀπεφήναντο
ξηρότητα. τὸ μὲν οὖν ὑπὸ τροφῆς θεραπεύεσθαι ξηρότητα. F
καὶ μάλιστα τῆς ὑγραινούσης, ὅπερ οὐδ᾽ αὐτὸ προστιθέασιν οἱ
πλείους αὐτῶν, ἀληθέστατον. οὐ μὴν οὔτ᾽ ἴαμα κόπων ἐστίν,
οὔτε προφυλακὴ τὸ τοιοῦτον. ἀλλ᾽ ὅταν, ὡς εἴρηται, ξηρό-
τερα μὲν ἀπεργασθῇ τὰ μόρια, μήτε δὲ τάσις ἡ κατ᾽ αὐτὰ
μηδεμία, μήτε περιττώματα λεπτὰ καὶ δριμέα, μήτε φλεγ-

tamen in vlcerosa, & ea quæ phlegmones sensum
exhibet, glutinosus cibus est, ceu qui excremento-
rum digestionem moretur. At in tensionis lassitu-
dine etiam exhibendum eiusmodi nutrimentũ est,
auferentes aliquid de eius copia. Quo minus mirũ
est, si multiplex pugna non plebeiis modò inter se,
sed etiam artificibus & inter se & cum plebeiis ori-
tur, dum neque de exercitationibus, neque frictio-
nibus, neque balneis, neque victu lassatorum con-
sentiunt. Quippe alios affirmare audias lassitudinẽ
lassitudine esse abolendã: alios laborem quiete sa-
nari; alios parcius nutriendos qui lassitudine pre-
muntur; alios contrà non modò de cõsueto nutri-
mento non demendum quicquam, sed etiam tantò
plus adiiciendum, quantò plus se fatigauerint, ad
portionem enim laborum, nutrimentum exhiben-
dum; alios rursus nec adiiciẽdum quicquam nutri-
menti, nec etiam demendum. Ad eundem modum
balneo quoque vtuntur, alij ex aquis medij tempe-
ramenti, alij calidioribus, alij tepidioribus. Nam &
experientia ad id tantum probãdum, quod vsu sæ-
pe vsurpauit, quemlibet impellit: & præterea ratio,
vtpote quam quisque absolutam non habet, vt su-
pra dictum est. Verùm quum vnum tantum lassitu-
dinis sensum traderet, reliquis ceu non sint, præte-
ritis, eius tantummodo, quàm nouit, remedium
docuit. Ergo verum est & quòd lassitudine lassitu-
do soluitur, quum videlicet hesternis exercitatio-
nibus pares postridie adhibendas videtur expe-
diens, & lassitudinis medelam esse quietem. Horũ
enim duorum primum quidem in iis quæ ex con-
gestis excrementis lassitudines consistunt, ac præ-
cipuè vbi in musculis excrementa hæserunt; secũ-
dum verò in iis quæ tensionis, & phlegmones sen-
sum præbent, vtile videtur. Iam illud quoque ve-
rum est, qui lassitudine grauantur, eos parcius esse
nutriendos; id enim cõducere videtur ei qui phleg-
mones sensum præfert. Verùm præterea est & ex
consuetudine esse nutriendum; id namque in vlce-
rosa lassitudine, vbi rectè apotherapia sunt vsi, fieri
obseruatum est, sicut etiam vberius cibandum in
eo affectu quem similem lassitudinibus diximus;
in quem ex vlcerosa quoque nonnulli transeunt.
Simili ratione, & medij temperamenti aquis esse
lauandum in iis, quæ ex redundantia superuacuō-
rum natæ sunt, verum fateor; sed nec illud verum
negem, eiusmodi aquis non esse vtendum, nec in
ea, quæ phlegmones sensum præfert, quum te-
pidiores hæc desideret; nec iis qui similem lassi-
tudini affectum sentiunt, hi namque calidiores
volunt. Sunt & qui eum affectum lassitudinem
esse putent. Alij quínam affectus sit, non dixerunt.
In quibuscunque verò suspicio futuræ lassitudinis
subest, suadent calidiore aqua in balneo vti, cau-
sámque assignant sicuti ipsi supra retulimus alij di-
stributioni in corpus, alij nutritioni id genus bal-
nei conducere dicentes, non tamen rationem vl-
lam afferunt, cuius gratia eiusmodi distributione,
& nutrimento prohiberi lassitudo possit. Sed nec
omninò qualis sit ipse lassitudinis affectus, scri-
bunt. Nam maior eorum pars nihil dixit: qui verò
dicere ausi sunt, siccitatem esse definiuerunt. Ac
quòd nutrimentum siccitati medetur, præsertim-
que humectans (quam tamen conditionem ma-
ior eorum pars non adiecit) est sanè verissi-
mum: cæterùm, nec remedium id, nec cautio
lassitudinum. Sed quum (vti dictum est) mem-
bra sicciora sunt facta, nulla tamen nec tensio sub-
est, nec tenue aeréque excrementum, nec phleg-
monæ

monæ similis affectus, reficere nutrimento humectante expedit, quæ exhausto humore sunt siccata: quando nisi abundè nutrias, & gracilius & aridius quàm fuerat, postero die corpus cernes. Atque hũc affectum nonnulli lassitudinem rati, eum existimãt calidiore balneo, & pleniore cibo, ne incidat, prohiberi. Illud tamẽ quorundam, sicuti etiam Theonis, demiror, si iam factã lassitudinem similiter sanari non putant. Nam siue quem modò memorauimus affectum velit quis esse lassitudinẽ, nutrimento illum & soluere debet, & ne fiat prohibere: siue reliquorum quemuis eorum qui veræ lassitudines sunt, vtique parcius in omnibus hominem nutrire, & quum adhuc instant, & quum iam occuparunt. Illud enim dici non potest, talem saltem affectum qui lassitudini similis est, nisi primo die per nutrimentum plenius corrigatur, in trium aliquam migrare solere. Nam si ipsa solum siccitas in eo visitur præter gracilitatem nihil sequetur amplius; si verò caloris quoque quippiam simul adsit, iam febricitare metus est. Verùm non idem sunt lassitudo & febris, tametsi maximè eorum qui lassitudinẽ senserunt, nonnullos febris malè habuit. Sanè Theonẽ mirari subit, hæc in quarto de particularibus exercitiis, vbi de absoluto exercitio agit, scribentem: *Quum lassitudo aliqua eos qui ita exercitati sunt, postero deinceps die ferè sequatur, ferùcutis aqua lauatio, minus lassitudini obnoxios reddit, summa corporis accendens.* Deinde ita subiicit: Ἵνα αὐτὴ σικύας τρόπον τὴν λαμβανομένην τροφὴν ἐπισπωμένη τοῖς κεκμηκόσιν ἀντιδιέληται νεύροις. Is enim præter alia veluti ænigma quoddam, verbum ἀντιδιέληται in contextu apposuit: possis enim ita intelligere quasi summa corporis, cucurbitę more nutrimentum trahentia, partem aliquam eius neruis quoque dispensent: possis & contra, quasi summa corporis cucurbitæ modo id quod ad neruos ferebatur, alimentum ad se trahentia participent. Ita nimirum vt priori sensu ad nutritionem vberiorem refectionémque neruorum conducat excalfacta cutis, quippe hanc arbitror eum per ἐπιφάνειαν, id est, summa corporis, significare: posteriore verò ad ὀλιγοτροφίαν, id est, parciorem nutritionem. Quantum itaque ex ipsis verbis licet accipere, mentem Theonis non comperias. Ex iis verò quæ tum alibi, tum in sexto decimo Gymnasticωn scribit, minus nutrimenti post absolutum illud exercitium dari censet, quanquam ne id quidem qua ratione inductus suadeat, vsquam docuit. Datur enim minus quàm ex consuetudine nutrimentum, aut propterea, quòd pari opus non est, aut quòd concoqui id non possit. Ac prius quidem in iis qui plurimum se exercitarunt, verum non est: posterius alibi verum, alibi certè falsum est. Sicui enim imbecillior concoquendi vis est, verum: sin secus, falsum. Inaudienda verò concoquendi facultas est non ea modò, quæ in ventriculo, aut venis, aut iecinore existit, sed etiam quæ in singulis partibus veluti in iis de quibus sermo habetur, musculis; in quibus vtique vel maximè affectus is de quo disputo, continetur; quippe largius inter exercitandum exhausti, aridiores, & graciliores redduntur. Ergo si hæc leuiter his contingant, vtique conficere, cuius indigent, nutrimentum poterunt; sin multum à natura recesserint, non poterunt. Quorum Theon nullum omninò neque intellexit, neque distinxit. Omninò enim non ratione aliqua, sed experientia (sicut ipse fatetur) post absolutum illud exercitium calidiorem aquam vtilem esse obseruauit.

A μονώδης διάθεσις· ἀνατρέφειν δή που προσήκει τὰ διὰ τὴν κένωσιν ἐξηρασμένα, τροφαῖς ὑγραινούσαις. ὡς εἴ γε μὴ ἀναθρέψαις αὐτάρκως, ἰσχνότερον καὶ ξηρότερον ὄψει κατὰ τὴν ἑξῆς ἡμέραν ἑαυτοῦ τὸ σῶμα. καὶ ταύτην τὴν διάθεσιν, ἔνιοι κόπον ὑπολαβόντες ὑπάρχειν, οἴονται θερμοτέρῳ λουτρῷ, καὶ τροφῇ δαψιλεῖ κεκωλυκέναι τὴν γένεσιν αὐτῆς. ἀλλ' ἐκεῖνο θαυμάζειν ἐνίων ἄξιον, ὥσπερ καὶ Θέωνος, εἰ τὸν ἤδη γεγενημένον κόπον οὐκ ἀξιοῦσιν ὁμοίως ἰᾶσθαι. εἴτε γὰρ ἣν νῦν εἴρηκα διάθεσιν ὑπολαμβάνει τις εἶναι κόπον, ἀναθρέψαι χρὴ λύειν αὐτόν, καὶ κωλύειν γενέσθαι. εἴτε τῶν ἄλλων τινὰ B τῶν ὄντως κόπων, ἐνδεέστερον ἐπὶ πάντων χρὴ τρέφεσθαι τὸν ἄνθρωπον, ἔτι τε προσδοκωμένων, καὶ ἤδη γεγονότων. οὐδὲ γὰρ τοῦτ' ἔστιν εἰπεῖν, ὡς ἥ τε τοιαύτη διάθεσις ἡ παρακειμένη τοῖς κόποις, εἰ μὴ κατὰ τὴν πρώτην ἡμέραν ἐπανορθωθείη δι' εὐτροφίας, εἰς τινα τῶν τριῶν μεταπίπτειν εἴωθεν. εἰ μὲν γὰρ αὐτὸ τοῦτο μόνον εἴη κατ' αὐτὴν ἡ ξηρότης, ἰσχνότητος οὐδὲν ἀκολουθήσει πλέον. εἰ δὲ καὶ θερμότητός τι συνείη, πυρέξαι κίνδυνος. οὐ μὴν ταὐτόν γ' ἐστὶ κόπος καὶ πυρετός, εἰ καὶ ὅτι μάλιστα τῶν κοπωθέντων ἐπύρεξαν ἔνιοι. θαυμάζειν γοῦν ἐπέρχεταί μοι Θέωνος, ἐν τῷ τετάρτῳ τῶν κατὰ C μέρος γυμνασίων, ἐν οἷς περὶ τοῦ τελείου γυμνασίου διεξέρχεται, τάδε γράφοντος. καὶ κόπου τινὸς τοῖς οὕτω γυμνασθεῖσιν, ὡς τὸ πολύ, τῇ ἑξῆς ἡμέρᾳ παρακολουθοῦντος, ἡ ψυχρολουσία παραιτεῖται τὴν πρὸς τὸν κόπον ἐπιτηδειότητα, πυροῦσα τὴν ἐπιφάνειαν. ἵνα αὐτὴ σικύας τρόπον τὴν λαμβανομένην τροφὴν ἐπισπωμένη, τοῖς κεκμηκόσι ἀντιδιέληται νεύροις. ἔστι μὲν γὰρ πρὸς τοῖς ἄλλοις, ὥσπερ αἴνιγμά τι τό, ἀντιδιέληται, ῥῆμα προσέλαβεν ἐν τῷ λόγῳ. δύναται μὲν γάρ τις ἀκούειν, ἵνα ἡ ἐπιφάνεια σικύας τρόπον ἐπισπωμένη τὴν τροφήν, μέρος ἐξ αὐτῆς τι καὶ τοῖς νεύροις παρέχῃ. δύναται δὲ καὶ τοὐναντίον, ἵνα ἡ ἐπιφάνεια σικύας τρόπον, ἐφ' ἑαυτὴν D ἀντισπῶσα τὴν ἐπὶ τὰ νεῦρα φερομένην τροφήν, μερίζηται. ὥς τε κατὰ μὲν τὸν πρότερον λόγον, εἰς εὐτροφίαν τοῖς νεύροις ἐπιτήδειον εἶναι θερμανθὲν τὸ δέρμα. τοῦτο γὰρ ἡγοῦμαι λέγειν αὐτὸν ἐπιφάνειαν. κατὰ δὲ τὸν δεύτερον, εἰς ὀλιγοτροφίαν. ὅσον μὲν οὖν ἐπ' αὐτῇ τῇ ῥήσει τὴν γνώμην τοῦ Θέωνος, οὐκ ἄν τις ἐξεύροι. ἐξ ὧν δ' ἐν ἄλλοις τε λέγει κἀν τῷ ιϛ΄. τῶν γυμναστικῶν, ἐλάττονα τροφὴν βούλεται δίδοσθαι μετὰ τὸ τέλειον γυμνάσιον. καίτοι γ' οὐδ' αὐτὸ τοῦτο διεσάφησε, τίνι ποτὲ λογισμῷ συμβουλεύει. δίδοται γὰρ ἐλάττων E τροφὴ τῆς συνήθους, ἢ τῷ μὴ δεῖσθαι τῆς ἴσης, ἢ τῷ μὴ δύνασθαι πέψαι. τὸ μὲν οὖν πρότερον, οὐκ ἀληθὲς ἐπὶ τῶν πολλὰ γυμνασαμένων. τὸ δὲ δεύτερον, ἔστιν ὅτε μὲν ἀληθές, ἔστιν ὅτε δὲ ψευδές. εἰ μὲν γὰρ ἀρρωστοτέραν ἔχει τὴν πεπτικὴν δύναμιν, ἀληθές, εἰ δὲ μὴ ταύτην, ἀλλ' ἑτέραν τινά, ψευδές. ἀκούειν δὲ χρὴ πεπτικὴν δύναμιν, οὐ τὴν ἐν γαστρὶ μόνον, ἢ φλεψίν, ἢ καθ' ἧπαρ, ἀλλὰ καὶ τὴν καθ' ἕκαστον μόριον, ὥσπερ ἐν τοῖς παροῦσι, τὴν ἐν τοῖς μυσίν· ἐν οἷς δὴ καὶ μάλιστά ἐστιν ἡ διάθεσις, ὑπὲρ ἧς διαλεγόμεθα. διαφορηθέντες γὰρ ἐπὶ πλέον ἐν τοῖς γυμνασίοις, ἰσχνότεροί τε καὶ ξηρότεροι γίνονται. F εἰ μὲν οὖν ἐπ' ὀλίγον αὐτοῖς ταῦτα συμβαίνει, κατεργάζεσθαι δύνανται τροφὴν ἧσπερ δέονται. εἰ δέ τι πολὺ τοῦ κατὰ φύσιν ἀποχωρήσειαν, ἀδυνατοῦσιν. ὧν οὐδὲν ὁ Θέων ὅλως, οὔτ' ἐνενόησεν, οὔτε διωρίσατο. τὴν ἀρχὴν γάρ, οὐδ' ἐκ λόγου τινός, ἀλλ' ἐξ ἐμπειρίας, ὡς καὶ αὐτὸς ὁμολογεῖ, τὸ θερμότερον ὕδωρ, ἐπὶ τῷ τελείῳ γυμνασίῳ χρήσιμον ὑπάρχειν ἐτήρησεν.

οὕτως οὖν ἐφεξῆς γράφει· τοῦτο δὲ εἰ μὲν καὶ τὸν λόγον ἔχει προκείμενον, εὐτυχήματος ἔργον. εἰ δὲ μή γε, τὸ πρὸς τῶν ἀποτελεσμάτων ἐπιμαρτυρούμενον, οὐ παραδεκτέον, εἰ μὴ καὶ τὸν λόγον ἐξ ἄκρου ἔχει συμπαραπίπτοντα. εἰ μὲν οὖν ἀκριβῶς διευρὼν τὴν διάθεσιν, ἐφ' ἧς τὸ θερμὸν ὕδωρ ἐπαινεῖ, τὴν αἰτίαν ἀγνοεῖν ὁμολογεῖ, συγγνωστὸς ἂν ἦν εἰκότως. ἐπεὶ δ' ἁπλῶς εἶπεν ἐπὶ τῶν τελείων γυμνασίων ἁρμόττειν τὰς ζεστολουσίας, οὕτω γὰρ αὐτὴν καὶ ὀνομάζει, δύνανται δὲ πολλαὶ διαθέσεις ἀκολουθῆσαι τῷ τοιούτῳ γυμνασίῳ, μέμψαιτ' ἄν τις αὐτῷ μὴ διορισαμένῳ περὶ πασῶν ἐφεξῆς. αὐτὸς γὰρ οἶδε, καὶ τὸν φλεγμονώδη κόπον ἀκολουθοῦντα τῷ τοιούτῳ γυμνασίῳ, καθ' ὃν εἰς ὄγκον μείζονα τοῦ κατὰ φύσιν ἐξαίρεται τὰ πεπονηκότα. καὶ τὸν ἕτερον, ὃν ἕνα γράφει, τῷ κοινῷ συμπτώματι προσέχων τὸν νοῦν, ὅσπερ ἀντίκειται τῷ παρὰ φύσιν ὄγκῳ. λεπτότεροι μὲν γὰρ ἐν τοῖς ἄλλοις δύο κόποις ἀποτελοῦνται, καὶ πρός ἔτι γε τῇδε διαθέσει, περὶ ἧς ὁ λόγος συνέστηκεν. ἀλλ' οὐχ ὥσπερ ἓν κοινὸν συμπτωμάτων τριῶν διαθέσεών ἐστιν, οὕτω καὶ ἡ διάθεσις μία. κατὰ μὲν οὖν τὴν ἐπὶ τῇ τάσει τῶν νευρωδῶν σωμάτων, οὐ χρὴ λούειν θερμοτέρῳ τοῦ συνήθους. οὕτω δὲ, οὐδὲ κατὰ τὴν ἐπὶ τοῖς περιττώμασι. κατὰ δὲ τὴν ἄνευ τούτων ἰσχνότητα, συμφέρει λούειν θερμοτέρῳ τοῦ συμμέτρου. γίνεται γὰρ ἡ διάθεσις αὕτη διαφορηθέντων ἐπὶ πλέον ἐν τοῖς γυμνασίοις τῶν σωμάτων οὕτως, ὡς ἐν ταῖς μακροτέραις ἀσιτίαις εἴωθε συμβαίνειν. ὥστε καὶ ἡ ἐπανόρθωσις αὐτῶν, προσθέσει τε καὶ ἀναπληρώσει τοῦ κενωθέντος ἐστίν· οὐ δύναται δ' αὕτη γενέσθαι, τοῦ δέρματος ἀραιοῦ μένοντος· συναγαγεῖν οὖν αὐτὸ χρὴ, καὶ πυκνῶσαι, καὶ σφίγξαι πρότερον. εἰ μέλλοι τι τῆς δαψιλοῦς τροφῆς ὄφελος ἔσεσθαι. συνάγει δὲ καὶ στέγει, τό τε ψυχρὸν ὕδωρ καὶ τὸ ζέον. ἀλλ' ὑπὸ μὲν τοῦ ψυχροῦ, κίνδυνος βλαβῆναι τὸν ἄνθρωπον, ἀραιότερόν τε ἅμα καὶ κενὸν ἐπὶ τῷ πλήθει τῶν γυμνασίων γεγενημένον. ὑπὸ δὲ τοῦ ζέοντος, βλάβη μὲν οὐδεμία, πυκνότης δ' ἀσφαλὴς ἐγγίνεται τῷ δέρματι, συνεπιλαμβανούσης τι καὶ τῆς ἐγκαταλειπομένης αὐτῷ θερμότητος. ὅθεν οὐδὲ χρονίζειν ἐπὶ πλέον ἐν τῷ ψυχρῷ προσήκει τὸν οὕτως λουσάμενον. ἀλλ' ὥσπερ αὐτὸς ὁ Θέων τοῦτό γε παρετήρησεν ὀρθῶς, φυλακτέον ἐστὶ τὴν ἐν τῷ ψυχρῷ διατριβὴν, ὡς τὴν ἐκ τῆς ζεστολουσίας ἀναλύουσαν ὠφέλειαν. ἡ δὲ αἰτία τοῦ σφαλῆναι τὸν Θέωνα, τὸ μιᾷ διαθέσει συμφέρον, ὡς πάσαις ἁρμόττον γράφοντα, τῶν γυμναζομένων ὑπ' αὐτοῦ σωμάτων, ἡ ἕξις ἐστίν. ἀθλητὰς γὰρ ἐγύμναζε τοὺς μετὰ τὸ τέλειον γυμνάσιον, εἰς μὲν τὴν τετάρτην διάθεσιν ἑτοίμως ἐμπίπτοντας, εἰς δὲ τὴν τρίτην, σπανιάκις. ὥσπερ οὖν ἐθεάσατο πολλάκις, ὡς διηνεκὲς ἔγραψεν. εἰ δὲ καὶ κακοχύμους, ἢ καχέκτας, ἢ ἀήθεις γυμνασίων, ἢ ἀσθενεῖς, ἢ μὴ νεανίσκους ἐγύμναζε, σπανιάκις μὲν εἰς τὴν τοιαύτην διάθεσιν ἐμπίπτοντας ἐθεάσατο, μυριάκις δ' εἰς τὰς ἄλλας. ἢ τοῦτο μὲν καὶ λέγειν ἴσως περιττόν, αὐτὸς γὰρ ὁμολογεῖ μετὰ τὰ παρασκευαστικὰ γυμνάσια, χρῆσθαι τῇ ζεστολουσίᾳ, τὰ δὲ τοιαῦτα γυμνάσια μόνοις ἀθληταῖς ἐπιτηδεύεται. καίτοι φησί τις, ὡς ἐκείνοις μὲν ἑκοῦσι, καὶ κατὰ περίοδον, ἄλλοις δὲ πολλοῖς, ἢ δι' ἀνάγκην, ἢ φιλονεικίαν, ἐπὶ τοιοῦτον ἕτερον. ἀλλ' ἐπί γε τῶν τοιούτων, ἐπὶ τοῖς ἀμέτροις γυμνασίοις, ἀνάγκη πρότερον, ἢ καὶ μίαν, ἢ καὶ πλείους συστῆ[illegible] κόπων διαθέσεις. ὥστε μόνοις τοῖς εὐεκτικοῖς σώμασιν, ἡ τετάρτη γίνεται διάθεσις·

A Sic enim deinceps scribit: *Illud verò siquidem rationem habet in promptu, fortunæ beneficio ferendum acceptum est: sin, minus, quod effecta testantur, id non admittendum, nisi quis certam exactámque rationem simul se subijcientem habeat.* Ergo si planè explorato affectu in quo calidam laudat, causam fateretur ignorare, meritò dignus venia esset; verùm quum citra exceptionem, vtilem esse absoluto exercitio in calida lauationem pronunciat, ita enim hanc appellat, possunt autem alij quoque complures affectus id genus exercitationis sequi: accusandus meritò est, quòd deinceps singulos non discreuerit. Ipse namque nouit etiam lassitu- B dinem quæ phlegmones speciem exhibet, huic exercitationi superuenire, sub qua nimirum in maiorem quàm pro natura, molem attolluntur fatigatæ partes. Etiam alteram quam vnam scribit vtique generali symptomati attentus, quæ moli quæ est præter naturam, contraria existit; quippe graciliores in reliquis duabus lassitudinibus redduntur, atque etiam in eo affectu, de quo agitur. Cæterùm non quemadmodum trium affectuum vnum symptoma commune est, ita & affectus vnus est. Ac in eo quidem qui ex neruosarum partium tensione consistit, calidiore quàm ex consuetudi- C ne lauari non oportet. Simili ratione nec in iis quos excrementa excitarunt. In gracilitate verò quæ sine his consistit, expedit calidiore aqua quàm quæ mediocriter se habeat lauari. Contrahitur namque hic affectus exhausto vehementius inter exercitandum corpore, eo modo quo in diutina fame accidere solet. Itaque etiam sic affectorum refectio, in appositione, & quod detractum est, repositione cōsistit. Id quod certè accidere cute adhuc rara nequit. Cogere ergo hanc densaréque, ac adstringere prius oportebit, si qua plenioris nutrimenti expectanda est vtilitas. Sanè cogit D clauditque tum frigida, tum feruens aqua. Verùm à frigida lædi hominem metus est vtpote qui iam ex multa exercitatione & rarior est redditus, & vacuus. Ex feruenti vt noxa certè nulla, ita secura in cute densitas paritur, ipso qui in ea derelinquitur, calore nonnihil etiam conferente. Vnde nec immorari in frigida nimium debet qui ita est lauatus, sed veluti id saltem rectè à Theone obseruatum est, cauere in frigida moram, ne quæ feruentis lauationis commoda frustretur. Sanè ita errare Theonem, vt quod vni affectui conueniebat, omnibus quadrare præciperet, in causa erat cor- E porum, quæ exercitabat habitus. Siquidem athletas exercuit, qui ex absoluto illo exercitio in quartum erant affectum procliues, in tertium rarò incidebant. Itaque quod sæpe obseruauerat, ceu perpetuum prodidit. Quòd si aut vitiosi succi homines, aut mali habitus, aut exercitiorum inexpertes, aut imbecillos, aut minimè iuuenes, exercuisset, in eiusmodi quidem rarò, in reliquos verò affectus sæpissimè incidere vidisset. An & hoc quoque dicere fortasse est superuacuum, cum ipse quoque fateatur post præparatorium exercitium feruenti esse balneo vtendum? Id verò exercitationis genus solis athletis in vsu est. Atqui dicat ali- F quis, illos spontè, & quodam circuitu: alios verò multos, vel necessitate, vel vincēdi studio, vel propter alia id genus, eiusmodi exercitationem suscipere. Verùm hi saltem post immodicos labores necesse est, vel vnum, vel plures lassitudinum affectus, prius contrahant. Itaque iis duntaxat corporibus, quę bona habitudine sunt, quartus affectus incidit: cuiusmodi

cuiusmodi sunt tum athletarum, qui benè sunt nutriti, tum propositi nunc in disputatione iuuenis. Et quisquis absolutè pronunciabit, post vehementissimas exercitationes calidioris solij vsum esse idoneum, is vt in vno certè statu verum affirmabit, ita in tribus planè falletur. Sunt verò per vniuersam tuendæ valetudinis artem, & alia non pauca, quæ tum medici, tum gymnastæ falsò prodiderunt: quorum vnum omnium caput est confusa indiscretáque obseruatio, dum quod in vnico quisque notauit affectu, id multis tribuit.

CAPVT IX.

De ratione curandi, quum plures affectus inuicem complicantur.

QVin etiam affectio quædam est prædictis proxima, quam ipse adstrictionem appello, de qua quum de lassitudinibus disputationem absoluero, mox dicam. Simplices enim earum differentiæ tres sunt, de quibus iam egimus; post has ex binis copulatis aliæ fiunt tres. Ab iis verò septima est, vbi tres simul in vnum coëunt, cognitio autem ipsarum ab indiciorum coniunctione pendet. Remedij verò commune in omnibus consilium est, vt ei quod superat, sis intentus, nec tamen quod reliquum est, planè contemnas. Proprium verò cum eo quod commune est, ab ipsis membratim affectibus accipiendum est. Ac vniuersas quidem coniugationes percurrere longum sit, sed quod ad claritatem sit satis, in vna tanquam exemplo res peragetur. Si igitur & intumuisse musculi cernuntur, & contusi putantur, præterea, vel vlceris sensus, vel phlegmonosa lassitudo vnà cum excrementosa hominem malè habet, apotherapia vtendum quæ vtrumque respiciat, magis tamen id quod est maius. Non est autem in omnibus rebus vnius rationis ipsius maioris natura, sed alibi pro viribus & quasi dignitate rei, alibi pro ipsius propria essentia, spectanda. Ac dignitate quidem & viribus maior lassitudo est, quæ phlegmones speciem refert, quàm excrementosa; vtraque tamen ipsarum sic propriæ ratione essentiæ magna paruaque esse potest, vt si vtraque sola seorsum consisteret. Si igitur vtraque pari interuallo à naturali habitu recessit, quæ phlegmones similis est, præcipuam curationis solicitudinem ad se conuertet, vtpotè dignitate pollens. Sin exiguè, quæ phlegmonem; plurimum quæ vlceris sensum repræsentat à naturali habitu recessit; æstimandum, num tantum superet magnitudine vlcerosa, quantū quæ phlegmonæ similis est, viribus, an minus an magis; atque ita quod pollet explorare. Quòd si æqualiter pollentes videris, pari studio est vtrique consulendum. Atque hæc methodus communis tibi sit omnium coniugatorum affectuum. Sicuti verò lassitudines ipsæ numero tres, si inuicem coniungas, quatuor coniugationes efficiunt, ita sanè si quartum his affectum adiungas, multò plures existent. Quod dicimus ex descriptione licet clariùs intelligas. In ea primum locum vlcerosus habeat: Secundum in quo tensio est molesta; Tertium qui phlegmonæ similis est; Quartum gracilitatis. Ex his igitur aut primus cum secundo coniungetur, aut cum tertio, aut cum quarto; aut rursus secundus cum tertio, vel quarto; aut denique tertius cum quarto; ita nimirum vt ex binis coniunctis affectibus sex in vniuersum complexiones oriantur.

A οἷά περ ἐστὶ τά τε τῶν καλῶς ἀγομένων ἀθλητῶν, καὶ τοῦ νῦν ἡμῖν ἐν τῷ λόγῳ προκειμένου νεανίσκου, καὶ εἴ τις ἁπλῶς ἀποφαίνοιτο μετὰ τὰ σφοδρότατα γυμνάσια, τὴν τοῦ θερμοτέρου λουτροῦ χρῆσιν ἐπιτήδειον ὑπάρχειν, ἐπὶ μιᾶς μὲν ἀληθεύσει καταστάσεως, ἐπὶ τριῶν δὲ ψεύσεται. πολλὰ δὲ καὶ ἄλλα τοιαῦτα, καθ᾽ ὅλην τὴν ὑγιεινὴν πραγματείαν, ἰατροῖς τε καὶ γυμνασταῖς γέγραπται ψευδῆ. κεφάλαιον δ᾽ αὐτῶν ἐστι, τὸ τῆς τηρήσεως ἀδιόριστον, ὅταν ὅπερ ἐπὶ μιᾶς ἕκαστος ἐθεάσατο διαθέσεως ἐπὶ πολλῶν ἀνεγράφη.

B

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Θ.

Περὶ τῆς θεραπευτικῆς μεθόδου, τῶν πολλῶν διαθέσεων ἅμα συνερχομένων.

ΚΑὶ μὴν δὴ καὶ ἔτι τις ἐστὶ διάθεσις ἐγγὺς ταῖς προειρημέναις, ἣν ὀνομάζω στέγνωσιν, ὑπὲρ ἧς ἐπειδὰν συμπεράνωμεν τὸν ἐπὶ τοῖς κόποις λόγον ἐφεξῆς ἐρῶ. αἱ μὲν γὰρ ἁπλαῖ διαφοραὶ, τρεῖς αὐτῶν εἰσιν, ὑπὲρ ὧν ἤδη μοι λέλεκται· κατὰ συνδύο λαμβανομένων, ἄλλαι γίνονται τρεῖς. ἑβδόμη δ᾽ ἐπὶ πάσαις ἐστὶν, ἡ τῶν τριῶν ἅμα συνερχομένων. ἡ μὲν διάγνωσις αὐτῶν ἐστιν ἀπὸ τοῦ συνδυάζεσθαι τὰ γνωρίσματα, σκοπὸς δὲ τῆς ἐπανορθώσεως, ὁ μὲν κοινὸς ἁπασῶν, ἀποβλέποντα πρὸς τὸ ἐπικρατοῦν, μηδὲ τοῦ λοιποῦ παντάπασιν ἀμελεῖν. ὁ δ᾽ ἴδιος ἐπὶ τῷ κοινῷ, κατὰ τὰς ἐν μέρει διαθέσεις λαμβάνεται. πάσας μὲν οὖν ἐπέρχεσθαι τὰς συζυγίας μακρὸν, ἕνεκα δὲ σαφηνείας ἐπὶ μιᾶς ὡς παραδείγματος ὁ λόγος περανθήσεται. ἐὰν τοίνυν ὄγκος τε ἅμα περὶ τοὺς μῦς ὑπάρχῃ, καὶ τεθλᾶσθαι δοκῶσιν αὐτοί, καὶ ἡ ἑλκώδης αἴσθησις, ἢ φλεγμονώδης κόπος ἅμα τῷ περιττωματικῷ κατείληφε τὸν ἄνθρωπον, ἡ ἀποθεραπεία γενήσεται, στοχαζομένη μὲν ἀμφοῖν, ἀλλὰ μᾶλλον τοῦ μείζονος. οὐχ ἁπλῆ δ᾽ ἐν ἅπασι τοῖς οὖσιν ἡ τοῦ μείζονος φύσις, ἀλλ᾽ ἡ μὲν, κατὰ δύναμίν τε καὶ τὸ οἷον ἀξίωμα τοῦ πράγματος. ἡ δὲ, κατὰ τὴν οἰκείαν οὐσίαν. ἀξιώματι μὲν οὖν καὶ δυνάμει μείζων ἐστὶν, ὁ φλεγμονώδης κόπος τοῦ περιττωματικοῦ. κατὰ δὲ τὴν οἰκείαν οὐσίαν, ἑκάτερος αὐτῶν οὕτω δύναται γενέσθαι, μέγας τε καὶ μικρὸς, ὡς εἰ καὶ κατὰ μόνας ἑκάτερος ἦν. Εἰ μὲν οὖν ἴσον ἐξεστήκει τοῦ κατὰ φύσιν ἑκάτερος, ὁ φλεγμονώδης ἐφ᾽ ἑαυτὸν ἐπισπάσεται τὸ κῦρος τῆς θεραπείας, ἐπικρατῶν γε κατὰ δύναμιν. εἰ δ᾽ ὀλίγον μὲν ὁ φλεγμονώδης, πλεῖστον δ᾽ ὁ ἑλκώδης ἀποκεχώρηκε τοῦ κατὰ φύσιν, ἐπισκεπτέον εἴ τε τοσοῦτον ὑπερέχει κατὰ τὸ μέγεθος ὁ ἑλκώδης, ὅσον ὁ φλεγμονώδης κατὰ δύναμιν. Εἴτ᾽ ἔλαττον, εἴτε μεῖζον, καὶ οὕτως ἐξευρίσκειν τὸ ἐπικρατοῦντα, κἂν ἰσοσθενεῖς δέ ποτε φαίνωνται, πρὸς ἀμφοτέρους ὁμοίως ἀποβλεπτέον. αὕτη μὲν οὖν ἡ μέθοδος ἔστω σοι κοινὴ πασῶν τῶν ἐπιπεπλεγμένων διαθέσεων. ὥσπερ δ᾽ οἱ κόποι τρεῖς ὄντες, εἴτ᾽ ἀλλήλοις ἐπιπλεκόμενοι, τέτταρας ποιοῦσι τὰς συζυγίας. οὕτως εἰ καὶ τὴν τετάρτην αὐτοῖς ἐπιπλέξειέ τις διάθεσιν, αἱ συζυγίαι πολλῷ πλείους γενήσονται. μάθοις δ᾽ ἂν ἐναργῶς, ὃ λέγομεν ἐπὶ διαγράμματος. ἔστω δ᾽ ἐν αὐτῷ πρώτη μὲν διάθεσις, ἡ ἑλκώδης· δευτέρα δὲ, ἡ τονώδης· τρίτη, ἡ φλεγμονώδης· τετάρτη, ἡ τῆς ἰσχνότητος. ἡ τοίνυν, ἡ πρώτη μετὰ τῆς δευτέρας συστήσεται διαθέσεως, ἢ μετὰ τῆς τρίτης, ἢ μετὰ τῆς τετάρτης. ἢ πάλιν, ἡ δευτέρα μετὰ τῆς τρίτης, ἢ τῆς τετάρτης· ἢ πάλιν, ἡ τρίτη μετὰ τῆς τετάρτης, ὥστ᾽ εἶναι τὰς πάσας ἓξ συζυγίας, ἀνὰ συνδύο λαμβανομένων τῶν διαθέσεων.

K

ἄλλας δ' αὖ τέτταρας, ὅταν ἅμα τρεῖς ἐπιπλέκωνται διαθέσεις ἀλλήλαις. ἤτοι γὰρ ἡ πρώτη μετὰ τῆς δευτέρας καὶ τρίτης, ἢ μετὰ τῆς δευτέρας, καὶ τετάρτης, ἢ μετὰ τῆς τρίτης τε, καὶ τετάρτης, πάλιν. ὑστάτη δὲ πασῶν ἐπιπεπλεγμένη διάθεσις, ἔσται τῶν τεττάρων ἅμα διαθέσεων ἀλλήλαις μιγνυμένων, ὡς εἶναι τὰς πάσας ἕνδεκα τὸν ἀριθμόν. ἦσαν δέ γε καὶ αἱ τῶν ἁπλῶν τέτταρες. γενήσονται τοίνυν αἱ σύμπασαι πεντεκαίδεκα, πρώτη ἑλκώδης, δευτέρα τονώδης, τρίτη φλεγμονώδης, τετάρτη ἰσχνότης. αβ, αγ, αδ, βγ, βδ, γδ, αβγ, αβδ, αγδ, βγδ, αβγδ. Εἰ δὲ καὶ τὰς τῆς στεγνώσεως διαφορὰς ἐπιπλέκοις ἀλλήλαις τε, καὶ ταῖς πεντεκαίδεκα, παμπληθεῖς ἑτέρας ἐργάσῃ συζυγίας. εἰ δὲ καὶ τὰς τῆς ἀπεψίας αὖθις, ἢ τὰς ἐπὶ τοῖς ἀφροδισίοις, ἢ ταῖς ἐγκαύσεσιν, ἢ ταῖς ἀγρυπνίαις, ἢ ταῖς λύπαις ἐπιπλέξαις καταστάσεις τοῦ σώματος, οὐδ' ἀριθμηθῆναι ῥᾳδίως ἅπασαι δυνήσονται. καὶ οὔπω λέγω τὰς τῆς πληθώρας, ἢ κακοχυμίας, ἢ ἐπισχέσεως γαστρὸς, ἢ διαρροίας, ἢ ἐμέτων, ἢ βάρους κεφαλῆς, ἢ τινος ἄλλου μέρους, ἢ ὅλως ὅσαι κατά τι σύμπτωμα συνίστανται. λεχθήσεται γὰρ αὖθις ὑπὲρ τῶν τοιούτων ἁπάντων. ἀλλὰ νῦν γε τούτου χάριν ἐπεμνήσθην αὐτῶν, ὑπὲρ τοῦ δεῖξαι τὸ πλῆθος τῶν ἐπιπλοκῶν ὁπόσον ἐστί. θαυμάσαι γὰρ οἶμαί τι ἔστι τινὰ τοὺς ἐπὶ τοῖς ἀθροίσμασιν αὐτῶν, ἃ ὀνομάζουσι συνδρομὴν, ἤτοι θεραπείαν, ἢ πρόγνωσιν τῶν ἀποβησομένων ἐπαγγελλομένους τετηρηκέναι. καθ' ἕνα γὰρ τρόπον, οἶμαί τι ἐστὶ καὶ προγνῶναι, καὶ θεραπεῦσαι δεόντως, ὡς Ἱπποκράτης ἐδίδαξεν, ἑκάστου τῶν ἁπλῶν παθημάτων, ἀξιῶν ἐπίστασθαι τὴν δύναμιν, ὡς ἐγὼ νῦν ἐπέδειξα περὶ τεττάρων διαθέσεων. Εἰ μὲν γὰρ ἑκάστη καθ' ἑαυτὴν συσταίη, τὴν ἐπανόρθωσιν ἁπλῆν ἐνδείξεται· μιχθεῖσα δ' ἑτέρᾳ, κατὰ τὴν ὀλίγον ἔμπροσθεν εἰρημένην μέθοδον, ὑπὲρ ἁπασῶν τῶν ἐπιπεπλεγμένων διαθέσεων.

A Rursus quum tres vnà miscueris, quatuor aliæ fiunt. Nam aut primum iunxeris cum secundo & tertio, aut cum secundo & quarto, aut cum tertio & quarto; aut rursus secundum cum tertio & quarto. Postrema omnium complexionum erit, vbi quatuor simul coierint ita vt vndecim numero in totum fiant. Erant verò & simplices quatuor. Efficiuntur itaque in vniuersum quindecim. Simplices affectus vlcerosus, primus; tensionis, secundus; in quo phlegmones sensus est, tertius; gracilitatis, quartus; *Compositi*, *AB*, *AC*, *AD*, *BC*, *BD*, *CD*, *ABC*, *ABD*, *ACD*, *BCD*, *ABCD*. Quòd si præterea astrictionis differentias tum inuicem, tum verò cum his quindecim complicueris, alias rursus complexiones effeceris plurimas. B Si verò eos quoque corporis status, qui aut cruditate, aut venere, aut deustione solis, aut vigilia, aut tristitia incidunt adiunxeris, ne numero quidem vniuersas facilè complectare. Prætereo nunc corporis constitutiones illas, quæ sunt vel à plethora, vel à cacochymia vel ab alui suppressione aut fluxu, vel à vomitu, vel à capitis grauitate, vel à partis cuiuspiam alterius affectu, vel in summa quæcunque in symptomate aliquo consistunt; dicetur enim post de eiusmodi omnibus. Nunc verò idcirco eorum maximè memini, vt complexionum C multitudinem, quanta esset indicarem. Mirari enim licet eos qui de concursu horum, quem syndromen vocant, vel curationem, vel euentorum prædictionem obseruasse se prædicant. Vnica namque ratione & præsagire & commodè mederi fas est; vtique sicut Hippocrates docuit, vbi simplicis cuiusque negotij sciendam vim esse censebat: veluti ipse nunc in quatuor affectibus præmonstraui. Vnusquisque enim, si per se consistat, simplex remedium exiget; sin alteri sit coniunctus, pro ea methodo, quam paulò supra de omnibus D coniunctis affectibus præscripsimus, emendabitur.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ι.

Περὶ θεραπείας τῆς στεγνώσεως.

ΟΠΟΤ' οὖν οὕτω φαίνεται τοῦτ' ἔχειν, ἰτέον ἐπὶ τὰς ἁπλᾶς διαθέσεις· ὧν ἐφεξῆς ταῖς εἰρημέναις ἦσαν αἱ κατὰ στέγνωσιν (οὕτω δ' ὀνομάζω τὴν βλάβην τῶν πόρων, ἐφ' ᾗ κωλύεται διαφορεῖσθαι τὰ περιττώματα.) γίνεται δ' αὕτη δι' ἔμφραξιν, ἢ πύκνωσιν, ἣν δὴ καὶ μύσιν ὀνομάζουσι τῶν πόρων. ἔμφραξις μὲν οὖν, ὑπὸ γλίσχρων, καὶ παχέων γίνεται περιττωμάτων, ἀθροώτερον ὁρμησάντων ἐπὶ τὸ δέρμα· πύκνωσις δὲ, ὑπό τε τῶν στυφόντων καὶ ψυχόντων. ἀλλ' ἐμφραχθῆναι μὲν ἀδύναται τὸ προκείμενον ἐν τῷ λόγῳ σῶμα, κατὰ τὴν εἰρημένην ἐπιμέλειαν ἀγόμενον, οὐχ ἥκιστα πυκνωθῆναι δὲ δύναταί ποτε διά τε κρύος καρτερὸν καὶ λουτρὸν στυπτηριῶδες. ἐγχωρεῖ δέ ποτε καὶ μετὰ βαλανεῖον, ἢ ἱδρῶτα, καὶ ἄλλως ἀραιοῦ τοῦ δέρματος ἔκ τινος ἑτέρας αἰτίας γινομένου κατὰ πνεύσασαν αὔραν, ἔμφραξίν τέ τινα καὶ πύκνωσιν ἀποτελέσαι. διαγινώσκεται μὲν οὖν ἡ εἰρημένη διάθεσις, εὐθὺς μὲν ἀποδυομένων ἀχροίᾳ τε λευκῇ, καὶ σκληρότητι, καὶ πυκνώσει τοῦ δέρματος. κατὰ δὲ τὸ γυμνάζεσθαι, τῷ δυσεκθερμάνθω. οὔτε γὰρ ἱδροῦσιν ὁμοίως ὡς πρόσθεν, οὔτ' εὐχροοῦσιν· ἀλλ' εἰ καί τις βιάσαιτο τῇ εὐτονίᾳ τῶν γυμνασίων, ἱδρῶτός τι προσκαλέσασθαι, καὶ μείων οὗτος γίνεται τοῦ συνήθους, καὶ ψυχρότερος, καὶ ἧττον ἀτμώδης. ἡ δ' ἴασις τῆς τοιαύτης διαθέσεως, θέρμανσίς ἐστιν· ἐναντίον γὰρ

CAPVT X.

De curanda cutis adstrictione.

ERgo quum hæc ita se habeant, redeundum rursus ad simplices affectus est: quorum iam dictos proximè sequuntur ij, qui sunt ab astrictione (voco ita meatuum cutis vitium, quo transmitti superuacua prohibentur.) Incidit hic affectus, aut obstructis meatibus, aut densatis. Sanè densationem eiusmodi conniuentiam appellant. Ac obstructio qui- E dem ex lentis crassisque excrementis oritur, dum confertim ad cutim ruunt; densitas tum ab iis quæ adstringunt, tum quæ refrigerant. Verùm obstrui propositi nobis corporis cutis, si ad præscriptam rationem ritè agatur, non potest; densari certè aliquãdo potest tum ex valido frigore, tum aluminoso balneo. Fieri autem potest vt & post balneum sudorémve atque aliam alioqui ob causam laxatæ prius cuti, auræ flatus incidens obstructionem quãpiam densationémque efficiat. Ac deprehenditur quidem iam dictus affectus protinus vbi se exuerint, ex colore albo, & cutis tum duritie, tum densi- F tate. In ipsa verò exercitatione, ex eo quòd ægrè incalescant: neque enim vt prius æquè sudant, nec bonum colorem in summa cute ostendunt; imò siquis eos valentiore exercitatione sudoris quippiam emittere cogat, & minor hic quàm ex cõsuetudine, & frigidior exit, minúsque halitui similis. Remedium huius affectus calefactio est: quippe ea frigiditat

frigiditati contraria est. Valentiore ergo exercitatione, ac balneo calidiore vtendum. Magis quoque ad rem pertinebit, si in prima domo pinguiter in oleo volutetur. Esto verò oleum ex eo genere quod relaxet, cuiusmodi est in Italia Sabinum; quod vtique ad eiusmodi affectus etiam est vtilius, si bimum trimúmve sit. Id namque tum tenuius, tum calidius fuerit. Mora verò in frigido solio diuturna ne sit; sed nec aqua ipsa admodum frigida. Induendi verò vngantur aliquo, quod mediocriter calfaciat; oleis quidem, ex iis quæ in Ægypto habentur, cicino, & raphanino: in reliquo verò orbe, dulci, tenui, ac modicè antiquo: vnguentis verò, susino, gleucino, irino, amaracino, & cõmageno. Atque ex his gleucinum quidem prorsus acopum est ac relaxans: itaque etiam iis quos vehemens lassitudo infestat, est vtile; paulò hoc calidius, magisque relaxans susinum est. Irinum verò & amaracinum, & commagenum, etiam susino calefacere potentiora, iis affectibus qui propriè frigiditates dicuntur, sunt idonea. Cuius tamen densitati sanandæ etiam anethinum oleum est satis: maximè si ex viridi anetho fiat. Facit autem & ad tales affectus, sicuti etiam ad vehementes lassitudines & acopum, quod ex abietis semine componitur: id quemadmodum præparandum sit, post dicetur. Nunc enim vel hæc mihi supra iustum apposuisse videor: siquidem qui optimo est corporis statu, & liberam delegit vitam, nec in ea quicquam delinquit, & cui peritissimus tuendæ sanitatis artifex præficitur, hunc verisimile est in morbosos affectus non admodum incidere.

A τοῦτο τῇ ψύξει. συντονωτέροις τε γυμνασίοις χρηστέον ἐστὶ, καὶ βαλανείοις θερμοτέροις. ἄμεινον δὲ καὶ καλινδεῖσθαι κατὰ τὸν πρῶτον οἶκον, ἐπὶ ἐλαίου λιπαρῶς. ἔστω δὲ καὶ τὸ ἔλαιον τῶν χαλαστικῶν, οἷόν περ ἐστὶν ἐν Ἰταλίᾳ τὸ Σαβῖνον· ἄμεινον δὲ ἐπὶ τῶν τοιούτων διαθέσεων, ἐτῶν εἶναι δύο, ἢ τριῶν αὐτό. καὶ γὰρ λεπτομερέστερον τοῦτο, καὶ θερμότερον. ἡ δὲ ἐν τῇ ψυχρᾷ κολυμβήθρα διατριβὴ, μὴ πολυχρόνιος γινέσθω, μηδ' αὐτὸ τὸ ὕδωρ ἄγαν ἔστω ψυχρόν. ἐνδύεσθαι δὲ μέλλοντες, ἀλειφέσθωσάν τινι τῶν μετρίως θαλπόντων, ἐλαίων μὲν ὅσα γε κατ' Αἴγυπτόν εἰσι, κικίνῳ τε, καὶ ῥαφανίνῳ· κατὰ δὲ τὴν ἄλλην οἰκουμένην, τῷ γλυκεῖ, καὶ λεπτομερεῖ, καὶ B μετρίως παλαιῷ· μύροις δὲ σουσίνῳ τε, καὶ γλευκίνῳ, καὶ ἰρίνῳ, καὶ ἀμαρακίνῳ, καὶ κομμαγηνῷ. τὸ μὲν δὴ γλεύκινον, ἀκριβῶς ἐστὶν ἄκοπον καὶ χαλαστικὸν, ὥστε καὶ τοῖς ἰσχυρῶς κοπωθεῖσιν ἐπιτήδειον ὑπάρχει. βραχὺ δὲ αὐτοῦ τὸ σούσινον θερμότερον ὂν, καὶ χαλαστικώτερον. ἴρινον δὲ καὶ ἀμαράκινον, καὶ κομμαγηνὸν, ἰσχυρότερον τούτου θερμῆναι, ὥστε καὶ ταῖς καλουμέναις ἰδίως ψύξεσι χρήσιμα τετύχηκεν ὄντα. τὰς μέντοι πυκνώσεις τοῦ δέρματος, αὐτάρκως ἰᾶται καὶ τὸ ἀνήθινον ἔλαιον, καὶ μάλιστ' εἰ χλωρὸν εἴη τὸ ἄνηθον. ἁρμόττει δὲ ταῖς τοιαύταις διαθέσεσιν, ὥσπερ οὖν καὶ τοῖς ἰσχυροῖς κόποις, τὸ διὰ τοῦ σπέρματος τῆς ἐλάτης ἄκοπον· εἰρήσεται δὲ C ἐν τοῖς ἑξῆς, ὅπως χρὴ σκευάζειν αὐτό. νυνὶ μὲν γάρ μοι δοκῶ, καὶ ταῦτα περαιτέρω τῆς ὑποθέσεως εἰρηκέναι. τῷ γὰρ ἄριστα κατεσκευασμένῳ τὸ σῶμα, καὶ βίον ἐλεύθερον ἐπανῃρημένῳ, καὶ μηδὲν αὐτῷ πλημμελοῦντι, καὶ τὸν ἐπιστατοῦντα τῆς ὑγιείας ἄριστον ἔχοντι, εἰς τὰς νοσωδεστέρας διαθέσεις οὐ πολύ τι συμπίπτειν εἰκός.

CAPVT XI.

De exercitatione, & victus ratione post venerem.

Redeamus igitur rursus ad primam hypothesin, relictisque vstione, refrigeratione, cruditate, ventris profluuio, ac reliquis id genus, (satius enim est in vnum ea volumen conijcere, quod de morbosis symptomatis inscribemus) in præsenti de iis quæ post venerem adhibentur exercitiis disseramus; quippe quum de his parum conueniat, aliis ita exercitandum ab hac putantibus, vt in exercitatione, quæ apotherapia dicitur: aliis vt in præparatoria. Esto verò præparatoria exercitatio in quantitate laborum intra modum, & in qualitate ipsa incitatior ac celerior. Ac qui apotherapeutica quidem vtendum censent, sicuti in fatigatis; ij tum vires diminutas, tum corporis siccitatem suspectas habent; quorum vtrumque & à concubitu, & ab immodica exercitatione pati consueuimus. Qui verò præparatoriam adhibendam volunt, ij raritatem atque ad sudores promptitudinem præcauent; quæ apotherapeutica intendi, è diuerso præparatoria emendari putant. Ipse laudatis vtrisque, propterea quòd veritatem ex parte viderunt, sententias eorum in idem conferam. Nam & instaurandas vires esse, & laxitatem cogendam, nec siccitatem adaugendam fatentur vtrique. Vna distinctio desideratur in vtrisque, veluti & in compositis omnibus affectibus supra à nobis est dictum, & nunc nihilominus dicetur. Quum enim in idem varij affectus coierunt, hi si vnam medendi rationem indicent, vtique intendi magis rationem eam conueniet, quàm si singuli seorsum consisterent. Sin contrarij sint, is qui vincit, affectus prius est corrigendus,

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΑ'.

Περὶ τῶν ἐπ' ἀφροδισίοις γυμνασίων τε, καὶ τῆς διαίτης.

Ἐπανέλθωμεν οὖν αὖθις ἐπὶ τὴν ἐξ ἀρχῆς ὑπόθεσιν, καὶ D παραλείποντες ἐγκαύσεις, καὶ ψύξεις, καὶ ἀπεψίας, καὶ διαρροίας ὅσα τ' ἄλλα τοιαῦτα, βέλτιον γὰρ εἰς ἕνα λόγον ἀναβάλλεσθαι σύμπαντα ταῦτα, τὸν περὶ τῶν νοσωδῶν συμπτωμάτων ἐπιγραφησόμενον, ἐν τῷ παρόντι περὶ τῶν ἐπ' ἀφροδισίοις γυμνασίων ἐπισκεψώμεθα. καὶ γὰρ διαπεφώνηταί πως ὑπὲρ αὐτῶν. ἐνίων μὲν οἰομένων οὕτω χρῆναι γυμνάζειν ἐπ' αὐτοῖς, ὡς κατὰ τὸ καλούμενον ἀποθεραπευτικὸν, ἐνίων δὲ, ὡς κατὰ τὸ παρασκευαστικόν, ἔστω δὲ δή που τὸ παρασκευαστικὸν γυμνάσιον, τὸ δὲ τῇ ποσότητι τῆς κινήσεως ἔλαττον τοῦ συμμέτρου, κατὰ δὲ τὴν ποιότητα, συντονώτερόν τε καὶ ὀξύτερον. οἱ μὲν οὖν ἀποθεραπεύειν ἀξιοῦν- E τες, ὥσπερ τοὺς ἀπὸ καμάτου, τήν τε κατάλυσιν τῆς δυνάμεως ὑφορῶνται, καὶ τὴν ξηρότητα τοῦ σώματος· ἄμφω γὰρ ταῦτα πάσχομεν ἐπ' ἀφροδισίοις τε, καὶ πλήθει τῶν γυμνασίων. οἱ δὲ τῷ παρασκευαστικῷ χρῆσθαι γυμνασίῳ, τὴν ἀραιότητα, καὶ τὸ εὐίδρωτον ὥσπερ ἐπιτείνεσθαι μὲν ὑπὸ τοῦ ἀποθεραπευτικοῦ, ἐπανορθοῦσθαι δ' ὑπὸ τοῦ παρασκευαστικοῦ. ἐγὼ δ' ἑκατέρους ἐπαινέσας, ὡς ἑωρακότας ἐκ μέρους τὸ ἀληθὲς, ἐς ταὐτὸν συνθήσω τὰς δόξας αὐτῶν. ὅτι μὲν γὰρ ἀναρρῶσαί τε χρὴ τὴν δύναμιν, καὶ σφίγξαι τὴν ἀραιότητα, καὶ μὴ προσαυξῆσαι τὴν ξηρότητα, συγχωροῦσιν ἑκάτεροι. λείπει δ' αὖ εἷς διορισμὸς ἀμφοτέροις. F ὥσπερ ἐν ταῖς ἐπιπεπλεγμέναις ἁπάσαις διαθέσεσιν, ὑφ' ἡμῶν ἔμπροσθεν εἴρηται, ῥηθήσεται δὲ καὶ νῦν οὐδὲν ἧττον. ἐπειδάν γε ἐς ταὐτὸν συνέλθωσι πλείους διαθέσεις, εἰ μὲν ἕνα τρόπον ἐνδείκνυνται θεραπείας, ἐπιτείνεσθαι χρὴ τὸν τρόπον, μᾶλλον ἢ περ εἰ κατὰ μόνας ἑκάστη τῶν διαθέσεων ἦν. εἰ δ' ἐναντιούμενα, τὰ κατὰ τὴν ἐπικρατοῦσαν διάθεσιν ἐπανορθωτέον ἐστὶ πρότερον,

οὐδὲ τῶν ἄλλων ἀμελοῦντας τὸ παράπαν. ὅσοι μὲν οὖν ἤτοι διʼ ἡλικίαν, ἢ καὶ ἄλλως ἀσθενεῖς ὑπάρχοντες ἀφροδισίοις ἐχρήσαντο, τούτοις μὲν ἀναγκαῖόν ἐστιν ἐπικρατεῖν τὴν ἀῤῥωστίαν τῆς δυνάμεως. ὅσοι δʼ ἰσχυρότεροί τε καὶ νέοι, καθάπερ ὁ νῦν ἡμῖν ὑποκείμενος ἐν τῷ λόγῳ νεανίσκος, ἐν τούτοις ἡ τοῦ σώματος ἕξις εἰς ἀραιότητα πλέον, ἤπερ ἡ δύναμις εἰς ἀῤῥωστίαν ἀναλλοιοῦται. καὶ τοίνυν ἡ ἐπανόρθωσις οὐ διὰ τῶν ἀραιούντων, οἷόνπερ ἐστὶ καὶ τὸ ἀποθεραπευτικὸν γυμνάσιον, ἀλλὰ διὰ τῶν συναγόντων τε καὶ σφιγγόντων, ὁποῖόν ἐστι καὶ τὸ παρασκευαστικόν. εἰ δὲ δὴ καὶ ψύξις τις ἐπὶ τοῖς ἀφροδισίοις ἐγγίνεται τοῖς σώμασι, καὶ κατὰ τοῦτʼ ἂν εἴη τῷ παρασκευαστικῷ γυμνασίῳ χρηστέον· ἐπεγείρει γὰρ ἐκεῖνο τὴν θερμότητα, τῷ τε τῶν κινήσεων ὀξεῖ, καὶ τῷ τόνῳ, καὶ τῷ συνάγειν, καὶ σφίγγειν τὴν ἕξιν. ὅτι δὲ καὶ τὴν ἀραιότητα μόνον τοῦτο τῶν γυμνασίων ἰᾶται, πρὸς ἁπάντων ὁμολογεῖται τῶν γυμναστῶν, ὑπὸ τῆς πείρας δεδιδαγμένων. ὥστʼ οὐδὲν ἂν εἴη βέλτιον εἰς τὰ παρόντα, τοῦ τοιούτου γυμνασίου. τῆς δὲ ὥρας τοῦ ἔτους ἐπιτρεπούσης, οὐδὲ τῆς ψυχρολουσίας ἀφεκτέον ἐστίν. ἐδέσματα δʼ ἔστω, πλῆθος μὲν ἐλάττω, τῇ ποιότητι δὲ ὑγρότερα δοτέον, ἵνα καὶ πέψῃ καλῶς αὐτὰ, καὶ τὴν ἐκ τῶν ἀφροδισίων ἐπανορθώσηται ξηρότητα. χρὴ δʼ οὐδὲ ψυχρότερα τὴν κρᾶσιν, ἀλλʼ ἤτοι τῆς μέσης ἰδέας, ἢ τῶν θερμοτέρων ὑπάρχειν αὐτά, διότι γὰρ ἐξ ἀφροδισίων ἀραιότερόν τε, καὶ ψυχρότερον ἅμα, καὶ ἀσθενέστερον, καὶ ξηρότερον ἀποτελεῖται τὸ σῶμα, χρὴ δή που τὰ πυκνοῦντα, καὶ θερμαίνοντα, καὶ τὴν δύναμιν ἀναῤῥωννύντα προσφέρεσθαι, καὶ τούτοις εἶναι τοὺς σκοποὺς ἐπʼ αὐτοῖς. ὅτι δὲ αὕτη δύναμίς ἐστιν ἀφροδισίων, οὐ τοῦ νῦν ἐνεστῶτος λόγου, πρόκειτο γὰρ ἐν αὐτῷ διελθεῖν, ὅπως ἂν κάλλιστα τὸ προκείμενον σῶμα γυμνάζοιτο μετὰ τὴν τῶν ἀφροδισίων χρῆσιν. ὅπερ οὐκ ἠδύνατο περανθῆναι καλῶς, ἄνευ τοῦ προλαβεῖν ἐξ ὑποθέσεως, ὁποία τίς ἐστιν ἡ ἐν τῷ σώματι γινομένη διάθεσις ἐπὶ τοῖς ἀφροδισίοις. ἀλλὰ νῦν μὲν ἐξ ὑποθέσεως, αὖθις δὲ μετὰ ἀποδείξεως εἰρήσεται, τίς τε ἡ δύναμις αὐτῶν ἐστι, καὶ εἰ χρηστέον ὅλως, ἢ μὴ, καὶ τίνες αὐτῶν ὠφέλειαι καὶ βλάβαι, κατά τε τὰς τοῦ σώματος διαθέσεις εἰσὶ, καὶ τὰς ὥρας τοῦ ἔτους, καὶ τὰς χώρας, ὅσα τʼ ἄλλα τοιαῦτα χρὴ προσδιορίζεσθαι.

A ita tamen ne reliquum omninò negligas. Ac qui vel propter ætatem, vel etiam alia ratione imbecilles concubuere, in iis virium infirmitas, necesse est, superet. Qui verò firmiores & iuuenes, veluti qui nunc est propositus, horum habitus corporis in raritatem magis quàm vires in imbecillitatem mutatur. Itaque etiam corriguntur hi non per ea quæ corpus relaxant, qualis est exercitatio quæ apotherapia dicitur, sed per ea quæ cogunt ac contrahunt: qualis est præparatoria; si verò aliqua etiam refrigeratio post venerem corporibus aduenit, & propter hoc quoque præparatoria exercitatione vtendum erit, quandoquidem ea B non solùm motus tum celeritate tum robore calorem excitat, sed etiam habitum cogens ac constringens. Illud quoque fatentur gymnastæ omnes, ipsa profectò experientia edocti, hanc vnam exercitationem mederi raritati posse. Itaque nulla planè ad propositum affectum vtilior est. Si verò anni tempus non dissuadeat, nec à frigido balneo abstinendum esse censeo. Cibus copia quidem dabitur minor, in qualitate verò humidior, vt tum probè concoquatur, tum siccitas quæ ex venere contracta est, corrigatur. Debet verò nec frigido temperamento esse, sed vel medio, C vel calidiore. Nam quoniam corpus à venere & laxius, & frigidius, & imbecillius, & siccius est effectum, debent planè quæ densent, & calfaciant, & vires reparent adhiberi, atque ad hæc studium omne impendi. Cæterùm quòd efficere hæc venus possit, id docere ad præsentem disputationem non pertinet, in qua propositum est, quemadmodum optimum corpus quàm commodissimè post veneris vsum exercitetur, ostendere. Quod sanè commodè fieri non potuit, nisi prius pro hypothesi sumpto, cuiusmodi affectus sit, qui succedere in corpore à venere solet. D Verùm nunc id concedi nobis postulamus, in sequentibus cum euidenti demonstratione dicetur, tum quæ veneris facultas sit; tum prorsus vtenda sit necne; tum quænam ex ea commoda incommodáque pro corporum statu, & temporis anni ratione, & loco, & aliis id genus quæ vtique determinare præterea oportebit eueniunt.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΒʹ.

Περὶ τῆς ἐπανορθωτικῆς μεθόδου, τῆς περιττοῦ ξηρότητός τε καὶ ὑγρότητος.

Μετὰ μὲν δὴ τὴν τῶν ἀφροδισίων χρῆσιν, εἶδος ἔστω γυμνασίου τὸ παρασκευαστικὸν ὀνομαζόμενον. ἀγρυπνίας δὲ προσγινομένης, ἢ λύπης, ἢ ἀμφοτέρων, τὸ ἀποθεραπευτικόν, ὅταν τε χωρὶς ἀπεψίας γυμνασθῶσιν, ἐπὶ γὰρ ταῖς ἀπεψίαις οὐδόλως γυμναστέον. ὅτι δὲ τὸ ἀποθεραπευτικὸν γυμνάσιον, ἐπὶ λύπαις τε καὶ ἀγρυπνίαις ἁρμόττει, δηλοῖ μὲν καὶ ἡ πεῖρα. φαίνονται γὰρ ὑπὸ τῶν ἄλλων γυμνασίων βλαπτόμενοι, πρὸς τῷ μηδʼ ἀνέχεσθαι τῶν ἐπιταττόντων εἰ τύχοιεν ἔτι λυπούμενοι. δηλοῖ δʼ οὐχ ἧττον τῆς πείρας καὶ ὁ λόγος. ἐπεὶ γὰρ ἐπʼ ἀγρυπνίαις τε, καὶ λύπαις ὁρῶνται λεπτότεροί τε, καὶ αὐχμηρότεροι, καὶ δυσήκοοι γινόμενοι, ξηρότερον ἡγητέον αὐτοῖς εἶναι τὸ σῶμα. τὰς δὲ τοιαύτας διαθέσεις, αἵ τε μαλακώτεραι τρίψεις ἀξιοῦνται, σὺν ἐλαίῳ πλείονι γινόμεναι, καὶ λουτροῖς εὐκράτοις. αἵ τε κινήσεις αἱ βραδύτεραί τε, καὶ χωρὶς ἰσχυροτέρας τάσεως, ἀναπαύσεσι πλείοσι διειλημμέναι. τύπος δʼ οὗτος τοῦ ἀποθεραπευτικοῦ γυμνασίου.

CAPVT XII.

De ratione siccitatis, & humiditatis superfluæ emendandæ.

E Post venerem ergo species exercitationis ea esto, quam præparatoriam vocant. Post vigilias autem vel tristitiam, vel ambas, quæ apotherapia dicitur, exercitatio idonea est, si tamen cruditas absit: nam si qua cruditas subest, omninò exercitãdum nõ est. Quòd autem post tristitiam, & vigilias iam dicta exercitatio ad rem pertineat, etiam experientia ipsa ostendit; quum ab alia qualibet non solum lædi cernantur, sed etiam imperantes, si fortè dolor adhuc angit, parum æquo animo ferre. Idem ratio ipsa confirmat non minus quàm experientia. F Nam quoniam à vigiliis, & tristitia magis graciles aridiorésque, ac minus dicto audientes planè cernuntur, siccius existimandum est his redditum esse corpus. Eiusmodi verò affectus partim molli frictione cum multo oleo, partim temperato balneo sanantur, partim motu, sed qui & tardus sit, & citra valentiorẽ nixum, ac qui subinde quietem interponat. Is verò apotherapeutici exercitij modus erat.

Ad eundem modum eæ quæ ab ira, vel potus penuria ſiccitates fiunt, corrigendæ ſunt. Contraria proſus à iam dictis ratione quæ ſunt in habitu corporis humiditates emendare conuenit, ſiue hæ nimiæ potionis, ſiue alia quauis occaſione inciderint, quippe ſcopus in his ad ſiccationem dirigitur. Verùm ea communis omnium ratio eſt, membratim enim vnicuique differentiæ ſua eſt. Igitur ſi ex longiore deſidia, & humectantis alimenti immodico intempeſtiuoque vſu contracta humiditas eſt, longiore correctione eſt opus: ſin ex liberaliore potu qui pridie ſit hauſtus, citra vllum capitis aut oris ventris affectum conſtiterit, eam vel vnico die perſanes licet; ſi ſicca frictione largius, & exercitatione veloci, & parciori potu, & ſicciore cibo vtare. Quippe quæ immodicæ ex vini potione humiditates conſiſtunt, ſi ex ea re noxa capiti, aut ori ventris communicata eſt, de his agi hoc loco opus non eſt; dicetur enim de ipſis quum de morboſis ſymptomatis tractabitur. Quæ verò humiditas ex diutina admodum deſidia naſcitur, hæc in propoſitum corporis ſtatum omninò non cadat æquè, vt nec ea quæ ex humectantis natura cibi copia gignitur, quales fructuum plurimi ſunt, itemque olerum quæ vtique acria non ſunt, ſi quando tamen acciderint, ſemel & confertim corrigi non poſſunt. Nam ſi eatenus ſe fatigauerit homo, donec habitum abundè ſiccauerit, in laſſitudinem incidet, ac febricitabit omninò diaria febri, quòd ſi vitioſæ præterea humiditates fuerint, etiam febri quæ in plures extendatur dies. Tempore verò ſanari poſſunt, vt poſt dicemus, vbi vitioſas intemperies vertere in melius docebimus; quippe ſimilis prouidentia acquiſititij affectus eſt, & naturalis intemperiei, quare nunc de ipſis diſſerere non oportet.

CAPVT XIII.

De matutina & veſpertina frictione, quæ propoſito iuueni adhibenda eſt.

RElíquum igitur eſt vt de matutina veſpertinaque frictione agamus, non ad eum tamen modum, quo Quintum reſpondiſſe dicunt, quum percontanti gymnaſtæ, quam vnctio vim haberet, reſpondit, *Veſtis ſubmouendæ*: iiſdem enim quibus nunc vſus ſum verbis tum gymnaſten rogaſſe, tum Quintum reſpondiſſe ferunt. Simile Quinti apophtegma eſt & quod de vrinis circumfertur, nempe eas noſſe, ad pictorem pertinere. Etiam illud, quod de calido, frigido, humido, & ſicco aiunt, vtique balneatum ea eſſe nomina: quæ ipſe ſanè nemini, vel Theſſali aſſectatorum impunè dicere, nedum Quinto permiſerim; quippe ſcurrarum eiuſmodi facetiæ ſunt, haudquaquam hominis tam grauem artem profitentis. Satius igitur ſit in propoſito corpore ad hunc modum de matutina frictione diſſerere. Is namque aut ex ſomno aliquid, de quo queri poſſit, non ſentit: aut laſſitudinis affectu premitur aliquo: aut alio quopiam eorum de quibus paulò ante ſtatim poſt laſſitudinis affectus hactenus diſſerui. Ac ſi de nulla quidem re conqueritur, ſuperuacuum eſt eum fricare, aut vngere: niſi ſi quando ingenti frigori occurrendum videtur. Tum namque, veluti qui frigida ſunt vſuri, ſic eos quoque frictione præparabimus. Si verò laſſitudinis ſenſus vllus appareat, iam

A κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν τρόπον, καὶ τὰς ἐπὶ θυμοῖς, ἢ δι᾽ ἔνδειαν ποτοῦ ξηρότητας ἐπανορθωτέον ἐστίν. ἐναντίως δὲ τοῖς εἰρημένοις ἐπανορθοῦσθαι χρὴ τὰς κατὰ τὴν ἕξιν ὑγρότητας, εἴτε διὰ πόμα πλέον, εἴτε δι᾽ ἄλλην τινὰ πρόφασιν ἐγένοντο. σκοπὸς γοῦν δὴ καὶ τῶν τοιούτων διαθέσεων, ἡ ξήρανσις. ἀλλὰ τοῦτο μὲν ἁπασῶν κοινὸν, ἴδιον δ᾽ ἑκάστης ἐν ταῖς κατὰ μέρος διαφοραῖς. εἰ μὲν οὖν ἐπ᾽ ἀργίᾳ πλείονι, καὶ ταῖς τῶν ὑγραινόντων ἐδεσμάτων ἀμέτροις τε καὶ ἀκαίροις χρήσεσιν, ὑγρότης ἐγένετο, μακροτέρας δεῖται τῆς ἐπανορθώσεως. εἰ δ᾽ ἐπὶ πότῳ πλείονι, κατὰ τὴν προτεραίαν ἡμέραν γεγονότι, χωρὶς τοῦ πεπονθέναι τὴν κεφαλὴν, ἢ τὸ στόμα τῆς κοιλίας, ἐν μιᾷ δυνατὸν ἡμέρᾳ τελέως ἐξιάσασθαι· πλεονάσαντας μὲν ἐν ταῖς ξηραῖς τρίψεσι, γυμνάσαντας δ᾽ ὀξύτερον, ἐλάττοσι δὲ ποτοῖς χρησαμένους, ἐδέσμασί τε ξηραντικωτέροις. ὡς ὅσαι γε μετὰ τοῦ τὴν κεφαλὴν, ἢ τὸν στόμαχον ἀπολαῦσαί τι, τῆς ἐξ οἴνου βλάβης ὑγρότητές εἰσι περιτταὶ, τοῦ νῦν ἐνεστῶτος οὐ δέονται λόγου· ῥηθήσεται γὰρ ὑπὲρ αὐτῶν, ἐν τοῖς τῶν νοσωδῶν συμπτωμάτων. αἱ δ᾽ ἐπ᾽ ἀργίᾳ πάνυ μακροτέρᾳ, τὴν ἀρχὴν οὐδ᾽ ἂν γένοιντό ποτε κατὰ τὴν προκειμένην διάθεσιν, ὥσπερ οὐδ᾽ αἱ διὰ πλῆθος ἐδεσμάτων ὑγρῶν τῇ φύσει, οἷαί περ αἱ C πλεῖσται τῶν ὀπωρῶν εἰσι, καὶ τῶν λαχάνων ὅσα μὴ δριμέα. γινομένας δ᾽ αὐτὰς, ἀθρόως μὲν οὐχ οἷόν τε θεραπεύειν. εἰ γὰρ εἰς τοσοῦτον πονήσειεν ὁ ἄνθρωπος, ὡς αὐτάρκως ξηρᾶναι τὴν ἕξιν, ἁλώσεται κόπῳ, καὶ πυρέξει πυρετὸν μὲν ἐφήμερον πάντως· ἂν δὲ καὶ μοχθηραὶ τύχωσιν ὑγρότητες ἐνυπάρχουσαι, πλειόνων ἡμερῶν. ἐν χρόνῳ δ᾽ ἂν ἐπανορθωθεῖεν, ὡς ὕστερον εἰρήσεται κατ᾽ ἐκεῖνον τὸν λόγον, ἐν ᾧ τὰς μοχθηρὰς κράσεις ἐπὶ τὸ βέλτιον ἀλλοιοῦμεν· ὁμοία γὰρ ἡ πρόνοια τῶν ἐπικτήτων διαθέσεών ἐστι, καὶ τῶν φυσικῶν δυσκρασιῶν, ὥστ᾽ οὐδὲν χρὴ τὸ νῦν εἶναι περὶ αὐτῶν διεξέρχεσθαι.

D

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΓ'.

Περὶ τῶν ἑωθινῶν τε καὶ τῶν κατὰ τὴν ἑσπέραν τρίψεων, τῶν κατὰ τὸ προκείμενον μειράκιον.

ΛΕίπεται οὖν ἔτι περὶ τῶν ἑωθινῶν τε, καὶ κατὰ τὴν ἑσπέραν τρίψεων διελθεῖν. οὐ μὰ Δί᾽ οὕτως φασὶν ἀποκρίνασθαι Κόϊντον ἐρομένῳ τινὶ γυμναστῇ, τίνα δύναμιν ἔχει τὸ ὑποσυγχρίεσθαι, φάμενον, ἀφανίζειν τὰ ἱμάτια. τούτοις γὰρ τοῖς ὀνόμασιν, οἷς ἐγὼ νῦν ἐχρησάμην, ἐρέσθαι τε λέγουσι τὸν γυμναστὴν, ἀποκρίνασθαί τε τὸν Κόϊντον. ὅμοιον τι τοῦ Κοΐντου περιφέρεται E ἀπόφθεγμα, τό τε περὶ τῶν οὔρων, ὡς γναφέως ἐστὶ καταμανθάνειν αὐτὰ, καὶ τὸ περὶ τοῦ θερμοῦ, καὶ ψυχροῦ, καὶ ξηροῦ, καὶ ὑγροῦ, ὅτι βαλανείων ἐστὶ τὰ τοιαῦτα τῶν ὀνομάτων, ἃ ἐγὼ μὲν ἂν δοίην, μὴ ὅτι Κοΐντῳ, ἀλλ᾽ οὐδὲ τῶν ἀπὸ Θεσσαλοῦ τινὰ φθέγξασθαι. βωμολοχικὰ γὰρ ἅπαντ᾽ ἐστὶ τὰ τοιαῦτα κομψεύματα, καὶ οὐδαμῶς ἀνδρὶ προσήκοντα, σεμνῆς οὕτω τέχνης ἐπιστήμονι. βέλτιον οὖν ὑπὲρ μὲν τῆς ἑωθινῆς ἀνατρίψεως ὧδ᾽ ἐπισκοπεῖσθαι, κατά γε τὸ προκείμενον ἐν τῷ νῦν ἐνεστῶτι λόγῳ σῶμα. τουτὶ γὰρ ἤτοι παντάπασιν ἄμεμπτόν ἐστι μετὰ τοὺς ὕπνους, ἤ τινι τῶν κοπωδῶν ἐνέχεται διαθέσεων, ἢ καὶ F τῶν ἄλλων τινὶ, περὶ ὧν ἐφεξῆς ἐν ταῖς κοπώδεσιν ὀλίγον ἔμπροσθεν ἄχρι τοῦ δεῦρο διῆλθον. εἰ μὲν οὖν ἄμεμπτον ὑπάρχει, περίεργόν ἐστιν ἀνατρίβειν, ἢ ἀλείφειν αὐτὸ, πλὴν εἴ ποτ᾽ ἀναγκαῖον εἴη συνενεχθῆναι κρύει καρτερῷ. τηνικαῦτα γὰρ, ὡς τοὺς μέλλοντας ψυχρολουτεῖν, οὕτω καὶ τούτους τῇ τρίψει παρασκευάσομεν. εἰ δέ τις αἴσθησις εἴη κόπου, λέλεκται

καὶ πρόσθεν ὡς ἀλείφειν τε χρὴ τηνικαῦτα, καὶ ἀνατρίβειν A μαλακῶς. οὕτω δὲ καὶ εἰ ξηρότερόν τ' εἴη, πλείω τοῦ δέοντος, ἀλειπτέον μὲν ἐλαίῳ γλυκεῖ, τέγγει γὰρ τοῦτο τὰ ξηρὰ χρῶτα, τριπτέον δ' ἐλάχιστα μὲν, ἀλλὰ μήτε σκληρᾷ τρίψει, μήτε μαλακῇ. προτρέψαι γὰρ μόνον δεόμεθα τὴν ἀνάδοσιν, οὔτε δ' ἀλλοιῶσαι τοῦ δέρματος, ἢ τῆς σαρκὸς τὴν ἕξιν, οὔτε διαφορῆσαί τι τῶν περιεχομένων ἐν αὐτοῖς· ἐργάζεται δὲ ἄμφω μὲν ἡ μαλακὴ, θάτερον δὲ ἡ σκληρὰ τρίψις· εἴ γε δὴ πυκνοῖ μὲν αὕτη, καὶ σκληρύνει τὸ δέρμα, διαφορεῖ δ' ἡ μαλακὴ, καὶ ἀραιὸν, καὶ μαλακὸν ἀπεργάζεται τὸ σῶμα. πύκνωσιν μέν τοι τοῦ δέρματος ἐπανορθώσασθαι βουλόμενοι, B τὴν μὲν ἐπὶ ταῖς σκληραῖς ἀνατρίψεσι, καὶ λαβαῖς, καὶ σφοδρῷ γυμνασίῳ, καὶ κόνει πολλῇ γεγενημένην, ἐλαίῳ δαψιλεῖ καὶ γλυκεῖ χρώμενοι, μαλακῶς ἀνατρίψομεν. τὴν δ' ἐπὶ τῇ ψύξει, πρότερον μὲν ταῖς ξηραῖς τε ἅμα καὶ ταχείαις ἀνατρίψεσι, δευτέρως δὲ ταῖς δι' ἐλαίου θερμαίνοντες, εἰς τὸ κατὰ φύσιν ἐπανάξομεν. ἀραιότητα δὲ, τὴν ἐπί τε λουτροῖς πλείοσι, καὶ τρίψεσι μαλακαῖς, ἀφροδισίων τε χρήσεσι γεγενημένην, ὀλίγαις μὲν ταῖς ξηραῖς ἀνατρίψεσιν, ὀλίγαις δ' ἐφεξῆς αὐτῶν ταῖς σὺν ἐλαίῳ τινὶ τῶν στυφόντων ἰασόμεθα. τὰς δ' ἐπὶ πλέοσι ποτοῖς ὑγρότητας, αἱ ξηραὶ μόναι θεραπεύουσι, διά C τε σινδόνων, ἢ χειρῶν ἐπιτελούμεναι· καὶ αὐτῶν μόνων ἐνίοτε τῶν χειρῶν, ἢ χωρὶς λίπους παντὸς, ἢ σὺν ἐλαχίστῳ τινί. ἔστω δὲ τὸ ἔλαιον τοῦτο γλυκὺ, ἵν' ᾖ διαφορητικὸν, ἁπάσης ἀπηλλαγμένον στυφούσης ποιότητος. ὧδε μὲν ἔχει περὶ τῆς ἑωθινῆς ἀνατρίψεως. ἡ δ' εἰς ἑσπέραν, ἤτοι κοπώδεσιν ἰσχυρῶς ὑπάρχουσιν, ἢ κατεξηρασμένοις, ἢ ἀτροφοῦσιν ἐπιτήδειος. ἀλλὰ τὸ μὲν τῆς ἀτροφίας σύμπτωμα, τό γε νῦν ἐξαιρείσθω τοῦ λόγου, μετὰ τῶν ἄλλων ἁπάντων νοσωδῶν συμπτωμάτων ἐξῆς προχειρισθησόμενον. ἐπὶ δὲ τῆς ὑποκειμένης φύσεως, ὅταν ἤτοι κόπος ἰσχυρὸς, ἢ ξηρότης τις ἄμετρος ὑπάρχῃ κατὰ D τὸ σῶμα, τὸ μὲν ἄριστον, ἔλαττον γιγνέσθω· πλείων δ' ὁ μεταξὺ χρόνος, ἄχρι τοῦ δείπνου· τὰ πολλὰ δ' ἐφ' ἡσυχίας, ὀλίγον δέ τι καὶ περιπατείτωσαν, ὡς ὑποκαταβῆναι τὰ σιτία ταῖς ὀρθίαις κινήσεσι κατασεισθέντα. βέλτιον δὲ, καὶ εἰ ἀποπατῆσαι δυνηθεῖεν. τούτων γὰρ ἁπάντων καλῶς γενομένων ἀκίνδυνον ἀνατρίβειν ἐλαίῳ γλυκεῖ, μὴ πάντῃ τῆς γαστρὸς ἐφαπτόμενον, εἰ δὲ μὴ, κίνδυνος αὐτά τε τὰ σιτία πεφθῆναι χεῖρον, ἀναδοθῆναί τέ τινα χυμὸν ἐξ αὐτῶν ἡμίπεπτον, ἐπιθολωθῆναί τε τὰς κεφαλὰς, ἀνατραπῆναί τε τὸν στόμαχον. ἄριστον μὲν οὖν ἐστι, τὸ μηδ' ὅλως ἅπτεσθαι τῆς E γαστρός. ἢν δέ ποτε τῶν ἀμφ' αὐτὴν μυῶν, ἤτοι κοπώδης τις αἴσθησις, ἢ πλείων φαίνοιτο ξηρότης, ἀλείφειν τὰ μέτρια, πρᾴως ἐφαπτομένη. εἰ δὲ καὶ τὰς αἰτίας τις ἀκοῦσαι ποθεῖ τῶν εἰρημένων, τὸν ἑξῆς ἀναμενέτω λόγον, ἐν ᾧ περὶ τῶν νοσωδῶν συμπτωμάτων διερχόμεθα. νυνὶ μὲν γὰρ ἤδη μοι δοκῶ μέγεθος αὔταρκες ἔχειν τὰ ἐνεστῶτα.

dictum est hominem tum & vngendum esse, & molliter fricandum. Simili ratione si siccior iusto sit, vngendus dulci oleo est, nam id sicca corpora humectat; fricandúsque vt omninò parcissimè, ita nec duriter, nec molliter est. Quippe succurrere digestioni in corpus oportet, non cutis carnísve habitum mutare, neque etiam eorum quæ in his continentur quicquam educere; quorum mollis vtrumque, dura alterum facit: siquidem hæc cutem densat durátque, mollis per halitum euocat, ac corpus laxum molléque efficit. Verùm cutis densitatem corrigere si studes, vtique ei quæ ex duris tum frictione, tum pertractione, præterea vehementi exercitatione, & multo puluere orta est, mollis frictio cum copioso & dulci oleo medetur. Quæ verò contracta ex frigore est, eam primùm frictione sicca ac celeri, deinde cum oleo adhibito calfacientes, naturæ suæ restituemus. Laxitatem verò & frequens balneum, & mollem frictionem, & veneris vsum consequuta est, paucula frictione primùm quidem sicca, deinde cum oleo quopiam eorum quæ adstringant sanaueris. Humiditatem verò quæ nimiæ potioni successit, sicca frictio & cum linteo administrata, vel cum manica, interdum etiam solis manibus, idque vel citra omne pingue, vel cum eo planè exiguo, corrigit. Sit autem quò per halitum euocet, oleum ipsum dulce, omnisque adstringentis facultatis expers. Atque ita quidem se habet matutina frictio. Vespertina verò iis vtilis est, quos vel lassitudo valida premit, vel siccitas malè habet, vel atrophia macerat. Verùm atrophiæ symptoma nunc præsertim seponatur vnà cum reliquis morbosis symptomatis quæ post tractabuntur. In proposita verò natura, quum vel valida lassitudo, vel immodica siccitas corpus afficit, prandium minus esto; tum ab eo ad cœnam longius interponatur tempus; plurimùm quiescat; exiguum tamen quippiam inambulet, quò cibus per erectam agitationem concussus subsidat; vtilius etiam sit, si & aluum exonerare possit. His etenim probè peractis, securus oleo dulci frices, ventrem tamen omninò non continges, quum alioqui periculum sit ne & cibum deterius concoquat, & succus quispiam ex eo semicrudus in corpus digeratur, & caput turbetur, & stomachus subuertatur. Optimum igitur fuerit omninò ventrem non attingere. Quod si in musculis ei vicinis, vel lassitudinis sensus aliquis, vel siccitas appareat maior, vngi debebunt mediocriter, & blandè. Ac si causas quispiam eorum quæ diximus reddi sibi cupit, proximum librum legat, in quo de morbosis symptomatis agemus. Nam hunc mihi videor satis hactenus extendisse.



ΓΑΛΗΝΟΥ ΥΓΙΕΙΝΩΝ ΛΟΓΟΣ Δ'.

GALENI DE SANITATE TVENDA LIBER QVARTVS.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΤΩΝ ΕΝ ΤΩι Δ'. ΛΟΓΩι.

Ἐκδιδάσκει ὅπως χρὴ φυλάττεσθαι τοὺς κόπους ἐπειδὰν ἄνευ γυμνασίων γίγνωνται.

ARGVMENTVM LIBRI.

Docet quo pacto lassitudines persanandæ sint, quum aliundè quàm ab exercitatione oriuntur.

CAPVT PRIMVM.

Quid differat hac à superioris libri tractatione.



QVOD plerique recentiorum medicorum faciunt, qui dum A
tempus sophistarum cauillationibus terunt, quod maximè necessarium est, aut leuiter tantum attingunt, aut prorsus omittunt, id ipse non faciam: sed (quod ab initio institui) ei quod necessarium duxi insistens, quæ logicam magis speculationem habent, in aliud tempus differã. Statim enim de morbosis symptomatis, de quibus hoc libro disserere statui, non leuis quæstio oritur, eáne ad valetudinis tuendæ artem spectent: an ad eam quæ medendi rationem præscribit; an harum neutram, sed tertiam quandam, quam nonnulli mediam sanitatis & B
morbi statuunt, neutrámque appellant. Ego haud ignarus siue quis in sanitatis tuendæ, siue etiam in medendi arte eorum meminerit, fore vt æquè à cauillatoribus sugilletur; illud quoque intelligens, etiam si quis tertiam tractationem his addiderit, de neutris eam affectionibus inscribens, vel magis irrisuros contumeliosósque futuros, præterea quæsituros de morbis, aut symptomatis ad mares aut fœminas pertinentibus, in quonam opere præcipiam; in hoc volumine de his agere potissimùm elegi. Si enim fieri nequit vt sophistarum nugas deuitem, atque hac ratione C
minus erunt importuni, vtique sic faciens melius consuluisse videbor. Huc accedit quòd ex speculatione ipsa magis intelligetur ipsa doctrinæ communio, si quis illa quæ dicentur attentius legat. Ea hinc aggrediar. Artis quæ valetudinem tuetur, non leuis portio est ea quæ de exercitatione præcipit; huius rursus non exigua pars est quæ lassitudines præcauet. Porrò monstratum in superioribus

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Α'.

Τί διαφέρει αὕτη ἡ πραγματεία τῆς ἔμπροσθεν.



ΟΥΧ ὡς οἱ πλεῖστοι τῶν νεωτέρων ἰατρῶν, ἐν τοῖς σοφιστικοῖς ζητήμασι κατατρίψαντες τὸν χρόνον, ἤτοι διὰ βραχέων ἐπιτρέχουσι τὸν περὶ τῶν ἀναγκαιοτάτων λόγον, ἢ καὶ παντάπασι παραλείπουσιν, οὕτω καὶ ἡμεῖς ποιήσομεν. ἀλλ' ὅπερ ἀπ' ἀρχῆς ἐνεστησάμεθα, τὸ χρήσιμον αὐτὸ διερχόμενοι, τὰ λογικωτέραν ἔχοντα τὴν ἐπίσκεψιν, εἰς ἕτερον ἀναβαλούμεθα καιρόν. αὐτίκα γέ τοι περὶ τῶν νοσωδῶν συμπτωμάτων, ὑπὲρ ὧν ἐν τῷδε τῷ λόγῳ πρόκειται διελθεῖν, οὐ μικρὰ ζήτησίς ἐστι, πότερον ἐκ τῆς ὑγιεινῆς ὑπάρχει πραγματείας, ἢ ἐκ τῆς θεραπευτικῆς· ἢ τούτων μὲν οὐδετέρας, ἄλλης δέ τινος ἀμφοῖν τρίτης, ἣν δὴ καὶ μέσην ὑγιείας τε, καὶ νόσου τίθενται τινὲς οὐδετέραν ὀνομάζοντες. ἐγὼ δ' ἐπιστάμενος μὲν ὡς εἴτ' ἐν τοῖς ὑγιεινοῖς τις, εἴτ' ἐν τοῖς θεραπευτικοῖς αὐτῶν μνημονεύσειεν, ὁμοίως ὑπὸ τῶν σοφιστῶν ἐπηρεασθήσεται, γινώσκων δ' οὐδὲν ἧττον, ὡς εἰ καὶ τρίτης τις αὐτοῖς ἀναθείη [illegible] πραγματείας, ὑπὲρ τῶν οὐδετέρων διαθέσεων ἐπιγράψας, ἔτι δὲ μᾶλλον ἐπιγελάσονται, καὶ τωθάσουσι, καὶ ἐρήσονται περὶ τῶν ἀρρενικῶν, καὶ θηλυκῶν ἐν ποίᾳ πραγματείᾳ διδάσκομεν· εἱλόμην ἐν τῷ νῦν ἐνεστῶτι λόγῳ διελθεῖν ὑπὲρ αὐτῶν. εἰ γὰρ ἀδύνατον μέν ἐστιν ἐκφυγεῖν τῶν σοφιστῶν τὴν γλωσσαλγίαν, ἔλαττον δ' ἐπηρεάσουσιν οὕτω πραξάντων, ἄμεινον ἴσως ἐστὶν οὕτω ποιεῖν. ἔτι δὲ μᾶλλον ἄν τις ἐξ αὐτῆς τῆς θεωρίας ἐπιγνώσῃ τὴν κοινωνίαν τῆς διδασκαλίας, εἰ προσέχοι τὸν νοῦν ἀκριβῶς τοῖς λεχθησομένοις, ὧν ἀρκτέον ἐνθένδε. τῆς ὑγιεινῆς ἐπιστήμης οὐ φαυλότατόν ἐστι μόριον, ἡ περὶ τὰ γυμνάσια τέχνη. ταύτης δ' αὐτῆς οὐ σμικρὰ μοῖρα τὸ φυλάξασθαι κόπους. ἐδείχθη δ' ἐν τοῖς ἔμπροσθεν, ὡς ὁμοίως

τίς ἐστιν ἥ τε προφυλακὴ τῶν ἐσομένων κόπων, καὶ ἡ ἐπανόρθωσις τῶν ἤδη γεγονότων. εὔλογον ἑτέρωθι μὲν ἐχρῆν ἐκδιδάσκειν, ὅπως χρὴ φυλάττεσθαι κόπους, ἑτέρωθι δ᾽ ὅπως εἰς τὸ κατὰ φύσιν ἐπανάγειν προσήκει τοὺς ἤδη γεγονότας. διὰ ταῦτα μὲν οὖν ἐν τῷ περὶ τούτου γράμματι τρίτῳ τῆς ὅλης πραγματείας ὄντι, περὶ τῶν ἐπὶ γυμνασίοις κόπων ὁ λόγος ἡμῖν ἐγένετο. μετὰ καὶ τοῦ τῶν ὁμοίων αὐτοῖς ἐπιμνησθῆναι διαθέσεων, ὧν ἔνιαι τινὲς ἐπὶ γυμνασίοις ἐγίγνοντο μάλιστα. νυνὶ δὲ πρῶτον μὲν περὶ αὐτῶν ἐροῦμεν, ἐπειδὰν ἄνευ γυμνασίων γίγνονται· δεύτερον δὲ, καὶ περὶ τῶν ὁμοειδῶν αὐτοῖς.

A est similem rationem esse instantis lassitudinis cauendæ, & eius quæ iam occupauit summouendæ. Ergo non alibi, quemadmodum hanc futuram vites, alibi quemadmodum iam factam emendes, tractandum est. Atque hac quidem de causa in proximo libro, qui totius operis tertius est, de lassitudine quæ exercitationi superuenit, disputatum erat, simul habita mentione de similibus affectibus quorum aliqui exercitationes maximè sequebatur. Nunc primum quidem de his prout citra exercitationem incidunt agemus; secundo loco de illis quæ similitudinem quandam cum his habent. B

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Β΄.

Περὶ τῆς τῶν κόπων διαθέσεώς τε, καὶ συμπτωμάτων, καὶ αἰτιῶν· καὶ τῶν διαφορῶν αὐτῶν.

Ὁ Μὲν οὖν ἐπὶ γυμνασίοις ἀμέτροις γιγνόμενος κόπος, ὑγιεινόν τι σύμπτωμά ἐστιν· ὁ δὲ τούτων χωρὶς, νοσώδης. ὥς τε καὶ Ἱπποκράτην δοκεῖν κάλλιστα εἰρηκέναι· κόποι αὐτόματοι φράζουσι νόσους. ἡ μὲν οὖν ἑλκώδης αἴσθησις, σύμπτωμά ἐστι κοπῶδες. ἡ δ᾽ αἰτία δι᾽ ἣν αὕτη γίγνεται, διάθεσίς ἐστι κοπώδης. ἡ δὲ καὶ ταύτης αὐτῆς αἰτία, διττὴν ἔχει τὴν διαφοράν· ἤτοι κατ᾽ αὐτὸ τοῦ ζώου τὸ σῶμα περιεχόμενον, καὶ ὀνομάζεται τηνικαῦτα προηγούμενον αἴτιον, ἢ μηδ᾽ ὅλως ἐνυπάρχουσα, καὶ καλεῖται προκαταρκτικὸν αἴτιον, ὥστ᾽ εἶναι μὲν τρία τὰ σύμπαντα γένη περὶ ὧν ἡμῖν ἐνέστηκε λόγος, τό, τε σύμπτωμα τὸ κοπῶδες, καὶ τὴν διάθεσιν τὴν κοπώδη, καὶ τὴν αἰτίαν αὐτῆς. ἑκάστου δ᾽ αὐτῶν εἰδικάς τινας ὑπάρχειν διαφοράς. ἐν μὲν ταῖς αἰτίαις, ὡς εἴρηται νῦν δὴ, τήν τε προηγουμένην, καὶ τὴν προκατάρχουσαν. ἐν δὲ ταῖς διαθέσεσιν, ὡς ἐν τῷ περὶ τούτου λόγῳ δέδεικται, τὴν ἑλκώδη, καὶ τὴν τονώδη, καὶ τὴν φλεγμονώδη. καὶ μέντοι κἀν τοῖς συμπτώμασι τρεῖς τὰς αὐτάς. ὀνομάζειν μὲν οὖν ἔξεστιν, εἰ βούλοιτό τις ἑτέρως· οὔτε δὲ πλείω τῶν εἰρημένων λέγειν τε, καὶ ποιεῖν ἔξεστιν, ἀληθεύειν γε βουλομένοις, οὔτε πλείους διαφορὰς τῶν λελεγμένων. ὁ μὲν οὖν ἑλκώδης κόπος, ἀρκτέον γὰρ ἀπὸ τοῦδε, κινουμένοις αἴσθησιν ἀνιαρὰν, ὡς ἑλκουμένου φέρει τοῦ σώματος, ἤτοι κατὰ τὸ δέρμα μόνον, ὅταν ᾖ μετριώτερος, ἢ κατὰ τὰς ὑποκειμένας αὐτῷ σάρκας, ὅταν λυπῇ σφοδρότερον, ἢ κατὰ τὸ συναμφότερον, ἐπειδὰν ἰσχυρότερος ᾖ. καὶ τοῦτο μέν ἐστι τὸ κοπῶδες σύμπτωμα· διάθεσις δὲ κοπώδης ἐφ᾽ ᾗ γίγνεται τὸ σύμπτωμα, δριμύτης ὑγρῶν ἐστι λεπτῶν καὶ θερμῶν, ὡς διαβιβρώσκειν τε, καὶ κεντεῖν, καὶ νύττειν τὸ σῶμα. γίνεται δὲ αὕτη ποτὲ μὲν, ἐπὶ ταῖς ἀμέτροις κινήσεσιν, ὡς ἐν τῷ περὶ τούτου δέδεικται λόγῳ· ποτὲ δ᾽ ἐπὶ κακοχυμίᾳ τινὶ λεληθότως ὑποτραφείσῃ, καὶ τοὺς τοιούτους κόπους αὐτομάτους Ἱπποκράτης ὀνομάζει. τὸ δ᾽ ἕτερον γένος τοῦ κόπου τὸ τονῶδες, ὅταν αὐτόματον συνίσταται, ταῖς καλουμέναις πληθώραις ἕπεται. διατείνεται γὰρ ἐν ταύταις τὰ στερεὰ τοῦ ζώου μόρια, καὶ μάλιστα ἐν οἷς οἱ χυμοὶ περιέχονται. τὸ δὲ τρίτον τοῦ κόπου γένος, τὸ φλεγμονῶδες ἐπὶ πληθώρᾳ τε ἅμα, καὶ τῇ προειρημένῃ γίνεται κακοχυμίᾳ. οὐ γὰρ δὴ πᾶν εἶδος κακοχυμίας, ἀλλ᾽ ἐκεῖνο μόνον ἐν ᾧ δριμύτης ἐστὶ δακνώδης, ἐργάζεται τὸν ἑλκώδη κόπον· οὐδ᾽ οὖν οὐδ᾽ αὐτὸ, κατὰ τὰς φλέβας ἀναμεμιγμένον τῷ αἵματι, λανθάνει γὰρ αὐτῆς ἡ δύναμις τηνικαῦτα, διαρρεούσης τε ἅμα καὶ νικωμένης ὑπὸ τῆς τοῦ αἵματος χρηστότητος· ἀλλ᾽ ὅταν εἴς τε τὰς σάρκας, καὶ τὸ δέρμα με-

CAPVT II.

De affectu, symptomatis, & causis laßitudinum; ac de eorum differentiis.

AC quæ immodicas quidem exercitationes lassitudo excipit, sanorum symptoma est; quæ verò sine his consistit, morbosum. Itaque & ab Hippocrate dictum rectissimè videtur, *Laßitudines sponte natæ, morbos nunciant.* Atque vlcerosus quidem sensus symptoma lassitudinis est, causa verò vnde ea nascitur, affectus lassitudinis est. C Porrò huius rursum ipsius causa bifariam scinditur: aut enim intra ipsum animalis continetur corpus, vocántque antecedentem: aut omninò non inest, vocántque euidentem. Itaque tria in vniuersum genera sunt de quibus habendus sermo est, ipsius lassitudinis symptoma: affectus vnde hoc oritur: & affectus ipsius causa. Cuiusque verò horum species quædam differentes sunt. Causarum (vt modò diximus) externa, & antecedens. Affectus (vt in præcedente libro docuimus) is qui vlceris, & qui tensionis, & qui phlegmones sensum inuehit. Symptomatis verò hæ ipsæ scilicet D tres differentiæ; aliter tamen si cui placuerit, nominare licet: non licet autem si vera saltem dicere velit, iam dictis plura tum astruere, tum facere, neque etiam plures quàm dictæ sunt, differentias. Quæ igitur vlceris sensum facit lassitudo (incipiendum enim ab hac est) motis quidem grauem excitat sensum, ceu corpus vlceretur, idque vel circa cutim tantum, vtique quum est moderatior; vel circa subiectam illi carnem, quum est valentior; vel circa vtramque, quum adhuc est atrocior. Atque hoc quidem est lassitudinis symptoma; affectio verò ex qua id nascitur, acrimonia E est tenuis & calidi humoris, qui corpus erodit, stimulat, ac pungit. Oritur hæc aliquando ex immodico motu, vt in proximo libro ostendimus; aliquando ex vitioso succo, qui imprudentibus nobis in corpore succreuit. Tales verò lassitudines, spontaneas Hippocrates appellat. Alterum verò lassitudinis genus (nempe in quo tensio sentitur) quoties sua sponte incidit, plethoris superuenit; quippe tenduntur in his solidæ animalis partes, præcipuè in quibus succi continentur. Tertium lassitudinis genus quod phlegmones sensum affert, ex ambobus oritur, tum nimia boni succi abundantia, tum prædicto vitioso suc- F co. Non enim quæuis mali succi species, sed tantum in qua rodens acrimonia continetur, vlcerosam lassitudinem creat; sed nec eiusmodi quidem succus, dum in venis cum sanguine miscetur, latet enim tum eius vis, vtpote transfluentis, & à sanguinis bonitate superati; verùm quum ab his translatus, in carnibus, & ad cutem solus

solus hæret, vlcerosum affectum, & sensum tunc infert. Qui verò plenitudinis sobolem hanc lassitudinem esse putant, falluntur; nam neque eius copiæ, quam plethoram dicimus (hæc enim tensiuam lassitudinem gignit) neque eius quæ vires grauat; non enim erosio, aut vlceris sensus, sed vel grauitas, & ad motus segnities, talis sunt plenitudinis symptomata, vtique dum ad animales collata vires, eas superans premit; vel pulsus quædam vitia, si quando vitalem vrget: de quibus dictum abundè est in iis, quæ de pulsu scripsimus; atque vt in libro quem de plenitudine inscripsimus, etiam notas naturalium facultatum quum premuntur, & reliquarum ambarum tradidimus. Non est igitur plenitudo eius lassitudinis, quę vlceris sensum prę se fert, causa; imò humorum qui in cute & carne continentur acrimonia. Hæc enim, vt quieta sensum latet, sic agitata protinus sentitur. Motus huic acrimoniæ primus, ac maximè propriis quibusdā rationibus accedit, quas mox dicemus. Alter ex accidēti, scilicet quum nobis partem aliquam, aut etiam totum corpus, mouere volentibus, cum hoc humores qui in ipso continentur, simul mouemus. Verùm hic minimus est, & lassitudinis duntaxat sensum infert; vehementior rigorem excitat; medius inter vtrumque, horrorem. Quòd autem nihil obstet, etiam si calida causa sit, quominus rigorem horroremq; excitet, in iis quæ de symptomatum causis scripsimus, ostensum est. Nunc satis fuerit summas tantùm eorum quæ illic prodidimus, ad præsentem disputationē, quasi hypothesim subiicere. Quum in sensibili corpore succreuit excrementum mordax, duplici id ratione ad motū incitatur; vnâ quū à sensibili ipso corpore impellitur, vtpote quod repellendi alieni vim obtinet; alterâ quum vehementiore motu agitur, id quod tum ab exercitatione cōquirit, & ab ira, & ab ambientis caliditate. Ergo quæ subcalida & putrida excremēta sunt, vbi vehementiùs mouentur, non horrorem modò rigorémve, qualem diximus afferunt, sed etiam febrē accendūt. At quæ frigida sunt, & partibus tenuibus constant, ea horrorem quidē rigorémq; creant, non tamen febrem excitant. Porrò effatu dignam aliquam copiam vtrisque accedere oportet, si hæc efficere debēt. Quæ verò aut planè exigua in sensibilibus corporibus excremēta mordacia, aut multa illa quidem, sed tamen non planè adhuc mordacia subhæserunt, hæc vlcerosam lassitudinem faciunt, de quibus vtiq; hoc libro nobis est agendum, quādo quę febrem accendunt, ea ad medendi artem spectant, verumtamen & quæcūque horrorem quidem faciunt, febrem verò non accendunt, & hæc præsentis sunt tractationis.

CAPVT III.

Communis ratio omnium euacuationum, quæ à medico fiunt.

AT sanatio quædam in communes curationis amborū scopos fertur, quędam vtriusq; propria est. Dicetur verò priùs quæ cōmunis sanatio est. Oportet igitur excrementū, siue calidum id sit, siue frigidum, ipsum aut expellas, aut certè alteres. Recipit verò non omne excrementū alterationē à natura. Siquidem nec omnis cibus in cuiusuis animātis ventriculo cōcoquitur; sed cognatio quædā ei quod cōcoquit, cū eo quod cōcoquitur, esse debet. Quod igitur omninò alienum est, nulla fieri ra-

A ταληφθεῖσα μόνη ἐπελθεῖν, τὴν ἑλκώδη διάθεσίν τε καὶ αἴσθησιν ἐπιφέρει. ὅσοι δὲ πλήθους ἔκγονον ὑπάρχειν οἴονται τὸν κόπον τοῦτον σφάλλονται, οὔτε γὰρ τοῦ τοιούτου πλήθους, ὃ δὴ καὶ πληθώραν ὀνομάζουσι, τὸν τονώδη γὰρ κόπον ἐκεῖνο ἐργάζεται, οὔτε τοῦ τὴν δύναμιν βαρύνοντος, οὐ γὰρ δῆξις οὐδὲ ἕλκωσις, ἀλλ' ἤτοι βάρος τε καὶ δυσκινησία τοῦ τοιούτου πλήθους ἐστὶ συμπτώματα, τὴν ψυχικὴν βαρύνοντος δύναμιν, ὅταν ὡς πρὸς ταύτην ὑπάρχῃ πλέον. ἢ κακοσφυξίαι τινές, ὅταν ὡς πρὸς τὴν ζωτικήν. εἴρηται δὲ περὶ αὐτῶν αὐτάρκως ἐν τῷ περὶ σφυγμῶν, ὥσπερ γε κἀν τῷ περὶ πλήθους βιβλίῳ, τὰ γνωρίσματα τῆς φυσικῆς B δυνάμεως εἴρηται βαρυνομένης ἅμα ταῖς τῶν ἄλλων ἀμφοτέρων. οὐκοῦν τὸ πλῆθος αἴτιόν ἐστι τοῦ τὴν ἑλκώδη φέροντος αἴσθησιν κόπου, ἀλλ' ἡ τῶν ἐν τῷ δέρματι καὶ τῇ σαρκὶ περιεχομένων ὑγρῶν δριμύτης. αὕτη γὰρ ἐπειδὰν μὲν ἡσυχάζουσα παράκειται διαλανθάνει τὴν αἴσθησιν, εἰς κίνησιν δ' ἀφικομένη, παραχρῆμα γνωρίζεται. κίνησις δ' αὐτῇ πρώτη μὲν καὶ μάλιστα ἐγγίνεται κατά τινας οἰκείους λόγους, οὓς ἐφεξῆς ἐροῦμεν. ἑτέρα δέ, κατὰ συμβεβηκός. ἐπειδὰν ἡμεῖς αὐτοὶ προελόμενοι κινῆσαί τι μέρος, ἢ καὶ σύμπαν τὸ σῶμα, σὺν ἐκείνῳ καὶ τὰς περιεχομένας ἐν αὐτῷ κινήσωμεν ὑγρότητας. ἀλλ' ἡ μὲν τοιαύτη κίνησις C ἐλαχίστη ἐστί, καὶ τὴν κοπώδη μόνην αἴσθησιν ἐπιφέρει· ἡ δὲ σφοδροτέρα, ῥίγους ἐστὶν αἰτία· ἡ μέση δ' ἀμφοῖν, φρίκης. ὅτι δ' οὐδὲν κωλύει κἂν θερμὸν ὑπάρχῃ τὸ αἴτιον, ῥῖγός τε καὶ φρίκην αὐτὸ ποιεῖν, ἐν ταῖς τῶν συμπτωμάτων αἰτίαις ἀποδέδεικται. νῦν δ' ἀρκεῖ μόνον αὐτὰ τὰ κεφάλαια τῶν ἐν ἐκείνῳ τῷ λόγῳ δεδειγμένων, ὑπόθεσιν ποιήσασθαι τοῖς προθέσιν. ὅταν ἐν τοῖς αἰσθητικοῖς σώμασιν ὑποτραφῇ περιττώματα δάκνοντα, κατὰ διττὸν τρόπον, εἰς κίνησιν ἀφικνεῖται· καθ' ἕνα μὲν ὑπ' αὐτῶν τῶν αἰσθητικῶν σωμάτων ὠθούμενα, δύναμιν ἐχόντων ἀποκριτικὴν τῶν ἀλλοτρίων· καθ' ἕτερον δ' ὑπὸ κινήσεως σφοδροτέρας, D ἣν ἔκ τε τῶν γυμνασίων ἐπικτᾶται, καὶ θυμοῦ, ἢ καὶ τῆς ἐκ τοῦ περιέχοντος θερμασίας. τὰ μὲν οὖν ὑπόθερμά τε καὶ σηπεδονώδη περιττώματα, κινηθέντα σφοδρότερον, οὐ φρίκην μόνον, ἢ ῥῖγος ἐπιφέρει, ἀλλὰ καὶ πυρετὸν ἐξάπτει· τὰ δὲ ψυχρά τε ἅμα καὶ λεπτομερῆ, φρίκην μὲν καὶ ῥῖγος ἐπιφέρει, πυρετὸν δὲ οὐκ ἐξάπτει. προσεῖναι δέ τι καὶ πλῆθος ἀξιόλογον ἑκατέροις ἀναγκαῖον, εἰ μέλλοι ταῦτα ποιῆσαι. ὅσα δ' ἤτοι παντάπασιν ὀλίγα περιττώματα δάκνοντα τοῖς αἰσθητικοῖς ἐγγίνεται σώμασιν, ἢ πλείω μέν ἐστιν, οὔπω δ' ἀκριβῶς δακνώδη, τὸν ἑλκώδη κόπον ἐργάζεται. καὶ δὴ καὶ λεκτέον ἡμῖν περὶ τούτων ἐστὶν ἐν τῷ παρόντι λόγῳ, τὰ E γὰρ τοὺς πυρετοὺς ἐπιφέροντα, τῆς θεραπευτικῆς ἐστι πραγματείας, οὐ μὴν ἀλλὰ καὶ ὅσα φρίκην μὲν ἐργάζεται, πυρετοὺς δ' οὐκ ἐξάπτει, καὶ ταῦτα τῆς ἐνεστώσης ἐστὶ πραγματείας.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Γʹ.

Κοινὸς τῶν κενώσεων, τῶν ἀπὸ τοῦ ἰατροῦ γινομένων τρόπος.

Η Ἴασις δέ, ἡ μέν τις, εἰς κοινοὺς ἀμφοτέροις ἀνάγεται σκοπούς, ἡ δέ, ἐστὶν ἑκατέρων ἰδίως, εἰρήσεται δὲ πρότερον ἡ κοινή. F χρὴ τοίνυν εἴτε θερμόν, εἴτε ψυχρὸν εἴη τὸ περίττωμα, κενοῦν, ἢ ἀλλοιοῦν αὐτό. δέχεται δ' οὐ πᾶν περίττωμα τὴν ἐκ τῆς φύσεως ἀλλοίωσιν, ὥσπερ οὐδὲ πᾶν ἔδεσμα πᾶσι τοῖς ζώοις, τὴν ἐν τῇ γαστρὶ πέψιν, ἀλλ' εἶναι χρή τινα συγγένειαν τῷ πεττομένῳ πρὸς τὸ πέττον. ὅταν οὖν ἀλλότριον ᾖ παντάπασιν, οὐδεμία μηχανὴ τοῦτο τὸ ἐκ τῆς

φύσεως ἐπιδείξασθαι κόσμον, ἀλλὰ χρὴ κενοῦν αὐτὰ πειρᾶσθαι διὰ ταχέων, ὥσπερ γε καὶ τὰ κατὰ τὴν γαστέρα διαφθαρέντα τελέως, ἢ ἐμέτοις, ἢ διαχωρήσεσιν ἐκκενοῦσθαι κράτιστον. A οὐ μὴν ἐνδέχεται τὴν ἐν τῇ σαρκί, καὶ τοῖς ἄλλοις σώμασιν ἀναπεπωμένην κακοχυμίαν ἑτοίμως οὕτως ἐκκενοῦν, ὡς τὴν ἐν ταῖς αἰσθηταῖς εὐρυχωρίαις περιεχομένην. ἐνίοτε δὲ καὶ ἡ φύσις αὐτὴ τοῦ κάμνοντος οὐ προσίεται βοήθημα, ταχέως ἐκκενῶσαι δυνάμενον. οὕτω δὲ καὶ ἄλλη τίς ἐστιν, ὅτε διάθεσις ἀνθίσταται, καὶ ἀπαγορεύει τὸν τοιοῦτον τρόπον τῆς κενώσεως, ὑπὲρ ὧν ἐφεξῆς εἰρήσεται· πρότερόν γε τὸ λοιπὸν ἐν τῇ προτέρᾳ διαιρέσει, προσθέντων ἡμῶν. οἱ μὲν γὰρ B κοινοὶ σκοποὶ τῆς τῶν περιττωμάτων ἰάσεως εἴρηνται, κένωσίς τε καὶ ἀλλοίωσις. ἰδίους δὴ ἑκατέρων προσθετέον ἡμῖν, οὐ γὰρ ἑνὶ τρόπῳ κενωτέον, οὐδὲ ἀλλοιωτέον, ἀλλὰ τὸν οἰκεῖον ἀεὶ τῷ λυποῦντι ζητητέον. οἰκεῖος δὲ συλλήβδην εἰπεῖν, ὁ διὰ τῶν ἐναντίων ἐστίν, ἐν μέρει δὲ καθ' ἕκαστον ἐναντίων. τὰ μὲν κεφάλαια τοῦ λόγου ταῦτα· χρὴ δὲ ἐξηγήσασθαι πλατύτερον αὐτά, καὶ τὴν οἰκείαν ἀπόδειξιν ἑκάστῳ προσθεῖναι, τὴν ἀρχὴν ἀπὸ τῆς ἑλκώδους διαθέσεως ποιησαμένους.

C

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Δ'.

Περὶ τῆς ἰάσεως τῆς διαθέσεως ἑλκώδους τε, καὶ περὶ τῆς διαγνώσεως τῆς κακοχυμίας.

Ἐπεὶ τοίνυν ἐπὶ κακοχυμίᾳ δριμέων περιττωμάτων ὁ τοιοῦτος ἐγίγνετο κόπος, ἐπισκεπτέον πρότερον, εἴτ' ἐν τοῖς στερεοῖς μόνοις σώμασιν, εἴτε κἀν ταῖς κοιλίαις τῶν φλεβῶν ἡ κακοχυμία περιέχεται. γνώρισμα δὲ οὐδὲν ἔχομεν ἐναργές, οὐδὲ σαφὲς ὑπὲρ τῶν ἐν ταῖς φλεψὶ περιττωμάτων, ὅτι μὴ κατὰ τὰ οὖρα μόνον, ἀλλὰ στοχάζεσθαι χρὴ D διὰ τῶνδε. πρῶτον μὲν ἐπισκεπτέον, ᾗ τινι κέχρηται διαίτῃ τὸ κάμνον σῶμα. δεύτερον δὲ εἰ καὶ φύσει κακοχυμίαν ἦν ἔθος ἀθροίζειν αὐτῷ. καὶ πρὸς τούτοις, εἴ τινες συνήθεις ἐκκρίσεις ἐπέχονται καὶ φυσικαί· τέταρτον ἐπὶ τούτοις, εἰ γυμνασίοις, ἢ καθάρσεσιν, ἢ ἐμέτοις, ἢ αἰωρήσεσιν, ἢ χρήσεσιν αὐτοφυῶν ὑδάτων εἰθισμένος ἐκκενοῦν τὰ περιττά, ὠλιγώρησεν. ἐν μὲν οὖν τῇ διαίτῃ σκεπτέον εἰ ἀπεψίαι προηγήσαντο πολὺ πλείους τε, καὶ μείζους τῶν συνήθων, ἢ καὶ κακοχύμων ἐδεσμάτων ἐνεφορήσατο πλῆθος, ἢ οἶνον ἀντὶ μὲν παλαιοῦ γλεύκινον, ἀντὶ δὲ λεπτοῦ, παχύν, ἢ τεθολωμένον ἔπιεν, E ἢ καὶ παντάπασιν εἰς ὕδατος πόσιν ἐξ οἴνου μετῆλθεν, οὐχ ἅπαξ, ἢ δὶς ἐφ' ἑκάστῳ τῶν εἰρημένων πλημμελήσας, ἀλλὰ συνεχῶς τε ἅμα καὶ χρόνῳ πολλῷ. δεύτερον ἐπισκεπτέον ὡς εἴρηται, μή τις τῶν φύσει κακοχυμίαν ἑτοίμως ἀθροιζόντων ἐστὶν ὁ κάμνων ἄνθρωπος. ἐξευρήσεις δὲ τοῦτο πυθόμενος, εἰ ψωρώδης διάθεσίς ποτε, ἢ λεπρώδης, ἢ ἀλφώδης, ἢ κνησμώδης ἐπὶ πλέον αὐτῷ συνέπεσεν, ἢ ἐρυσίπελας, ἢ ἕρπης, ἢ ἐλέφας, ἢ ὀφίασις, ἢ ἀλωπεκίασις, ἢ φλύκταιναι πλείους, ἢ ἑλκώδης ἐξάνθησις, ἢ ἐπινυκτίδες, ἢ ὅλως ὁτιοῦν τῶν ἐπὶ κακοχυμίᾳ γινομένων F τε, καὶ αὐξανομένων συμπτωμάτων. ἐπὶ δὲ τούτοις ἐλέγομεν χρῆναι σκοπεῖσθαι, μὴ συνήθης τις ἔκκρισις ἐπέχηται δι' ἐμέτων, ἢ δι' αἱμορροΐδος, ἢ σύριγγός τινος, ἢ δυσεντερίας, ἢ γυναικείων καταμηνίων. εἶθ' ἑξῆς εἰ αὐτὸς ἐπιτηδεύων ἐκκαθαίρειν ἑαυτὸν ἀεί, πέπαυται νῦν. ἔνιοι μὲν

tione poteſt vt id à natura gratiã recipiat, ſed educere id quamprimùm eſt tentãdum, æquè certè vt quæ in ventre corrupta prorſus ſunt, ea vel vomitione, vel deiectione expelli profectò eſt optimũ. Non tamen perinde promptum eſt in carne, atq; aliis corporibus, imbibitum vitioſum ſuccum educere, vt qui in iis quorum ſenſibilis capacitas eſt, continetur. Interdum nec ipſa laborantis natura medicamentum, quod malum ſuccum maturè vacuet, admittit; ſicuti interdum & alius quiſpiam affectus obſtat, qui talem educẽdi rationem reſpuat, de quibus mox dicã, ſi priùs, quod reliquum erat in ſuperiùs poſita diuiſione adiecero. Quippe cõmunes ſcopos qui excrementorum vitiis medentur, iam diximus, vacuationẽ, alterationẽmq; eſſe. Proprios verò vtriuſq; generis nunc adiiciamus. Neque enim vna tantùm ratione educendum alterandúmve eſt, ſed explorata quæ ei quod affligit, maximè ſit accommodata, ei eſt inſiſtendum. Ea verò, vt in ſumma complectar, ratio eſt quę ex contrario opem molitur; priuatim verò quæ ex cuiuſque contrario. Et ſummæ quidem totius rei hæ ſunt, quæ latiùs tamen nobis nunc explicandæ ſunt vnà cum ſua cuiuſq; euidenti demonſtratione, idque ab vlceroſo affectu initium facientes.

CAPVT IV.

De curatione affectus vlceroſi, ac de dignotione vitioſorum ſuccorum.

QVoniam igitur eiuſmodi laſſitudo vitio acrium excrementorum oritur, ante omnia conſiderandum eſt in ſolidíſne tantùm corporibus, an intra venarum ſinus, malus ſuccus contineatur. De iis verò quæ intra venas ſunt excrementis, nullum planè nec manifeſtum, nec euidens ſignum habemus præter ſolam vrinam; coniicere tamen ex his licet. Primùm æſtimabimus quonam laborans corpus vſum ſit victu. Secundò, ſolitúmne ſit malum ſuccum naturę ſpontè congerere. Ad hæc, an naturalis aliqua & conſueta excretio iam deſierit. Quartò, an exercitatione, purgatione per vomitum, aluúmve, geſtationibus, aut vſu aquarum ſpontè naſcentium, ſolitum ſuperuacua expellere, id intermiſerit. Atque in victu quidem videndum an cruditas, & crebrior, & maior quàm ex conſuetudine præceſſerit; an mali ſucci cibis copioſè ſe impleuerit; an vinum pro antiquo muſtum, pro tenui craſſum, aut turbidum biberit; an etiam prorſus à vino ſe ad aquæ potionem tranſtulerit; nec ſemel bíſve in quolibet horum peccauerit, ſed aſſiduè, multóque tempore. Secundò (ſicuti diximus) æſtimandum, num homo is qui malè habet, ex eorum numero ſit, qui facilè malum ſuccum congerunt; deprehendes id, percontatus an ſcabie, aut lepra, aut vitiligine, aut pruritu crebro ſit affectus; item an eryſipelas, aut herpes, aut elephantiaſis, aut ophiaſis, aut alopeciaſis, aut puſtulæ crebræ, aut vlceroſa efflorescentia, aut epinyctides, aut denique vllum ſymptoma quod ex vitioſo ſucco & natum, & auctum eſt, illum malè habuerit. Ab his conſiderandum diximus, conſuetáne vlla excretio retenta ſit per vomitum, vel hæmorrhoidas, vel fiſtulam aliquam, vel dyſenteriam, vel per muliebria menſtrua. Deinde num ipſe medicamento ſe purgare ſemper ſolitus, id intermiſerit. Nonnulli

nulli enim sunt qui deiectoriis medicamentis, alij vomitoriis aut vrinam sudorémve cientibus, aut vsu sponte nascentium aquarum, vtique quibus aut sulphuris, aut bituminis, aut nitri vis inest, vere vel autumno quotannis soliti excrementa vacuare, aliquando id negligunt. Multi (vt dictum est) exercitationum consuetudinem dimiserunt. Alij rursus omnis frictionis, aut balnei, aut à vino dulci post balneum vomitionis, morem prætermiserunt. Sanè constat non illorum modò nos, qui optimo sunt corporis temperamento, fecisse mentionem, sed quò nihil in mali succi causarum catalogo sit prætermissum, etiam eos qui vitiosum succum natura promptè congerunt, sermone comprehendisse; de quibus fusiùs inter vitiosos corporum status proximis voluminibus agemus. Atque ex his quidem de mali succi quantitate coniecturam facere oportebit, ac remedium ad mensuræ eius quantitatem proportione inuenire mediocrius, si omninò sit exiguus & ad cutem tantum collectus; valentius, si multus & in profundo. Priùs verò eius qui exiguus & iuxta cutem est curatio dicetur: deinde eius qui in carne residet; tertio ab his loco, eius cui totus sanguis impurus excrementosúsque est. Sed si quis, iam institutum mihi ab initio repetens, boni succi iuuenem dederit, qui priùs salubri omninò victus ratione sit vsus, nunc necessitate quapiam vrgente longi temporis iter confecerit, in quo nec exercitatus, nec lauatus pro consuetudine fuerit, cibis potúque mali succi vsus sit, tum à prandio, vel cœna, vel etiam toto die vehiculo sit vectus, nec bene plerúmque dormierit; illud tamen addatur, nihil huic in modo assumptorum erratum esse, proindéque nec in cruditatem vllam incidisse; talis multùm mali succi congessisse profectò nequiuerit; itaque etiam nec curationem prolixam requirit, imò exercitationem tantùm, quæ apotherapia dicitur; quam in proximo ante hunc libro docuimus, vbi pariter de accommodata ei rei victus ratione præcepimus; quò minùs est hic multis morandum. Tantùm eius meminisse conueniet, huc omne consilium dirigere, qui corpora sic affecta curat, vt excrementa quæ circa cutem sunt, educat, propterea quòd affectus in hac vna consistit. Itaque rursus detur eundem iuuenem præter alia, quæ eadem sint, etiam in cruditates sæpe incidisse; detur & vlceris sensum habere non cute tenus modo, verùm etiam altius in corpore, sic vt totum id malis succis refertum suspicari; huic nec exercitationem, nec vllum omninò motum iniungemus, sed quiescere ac dormire eum quum iusserimus, in abstinentia totum diem exigere cogemus; dein vesperi pinguiter eum quum vnxerimus & temperato balneo mediocriter lauerimus, pro cibo dabimus sorbitionem aliquam boni succi, sed planè quàm minimam; nec tamen vino eum abstinere iubebimus, concoquit enim id semicrudos humores quantum aliud quiduis; tum sudorem vrinámque promouet, ac somnum conciliat. In iis autem, qui ita se habent, id agendum nobis est, vt quod mali succi iam planè corruptum est, nec concoqui etiam potest, id sudore vrináque expellatur; quod semicoctum adhuc est, concoquatur, atque vtile reddatur.

A γὰρ ὑπηλάτοις φαρμάκοις· ἔνιοι δὲ, ἐμετηρίοις, ἢ οὐρητικοῖς, ἢ ἱδρωτικοῖς, ἢ χρήσεσιν ὑδάτων αὐτοφυῶν, ἤτοι θειωδῶν, ἢ ἀσφαλτωδῶν, ἢ νιτρωδῶν ἐκκενοῦντες ἑαυτῶν τὰ περιττώματα, καθ' ἕκαστον ἔαρ, ἢ φθινόπωρον, ὀλιγωροῦσιν ἐνίοτε. πολλοὶ δὲ, ὡς εἴρηται, καὶ γυμνασίων ἔθους ἀπέστησαν. ἔνιοι δὲ καὶ τρίψεως ἁπάσης, ἢ λουτρῶν, ἢ τῶν μετὰ τὸ βαλανεῖον ἐμέτων ἐπ' οἴνῳ γλυκεῖ. πρόδηλον δέ ἐστιν ὡς ὁ λόγος, οὐ μόνον τῶν τὴν ἀρίστην ἐχόντων κατασκευὴν ἐμνημόνευσεν, ἀλλ' ὑπὲρ τοῦ μηδὲν λείπειν τῷ καταλόγῳ τῶν τῆς κακοχυμίας αἰτιῶν, ἐφήψατο καὶ τῶν ἀθροιζόντων

B φύσει κακοχυμίαν σωμάτων. ὑπὲρ ὧν ἐν ταῖς μοχθηραῖς κατασκευαῖς τοῦ σώματος, ἐν τοῖς ἑξῆς ὑπομνήμασιν ἐπὶ πλέον ἐροῦμεν. ἐκ τούτων μὲν οὖν στοχάζεσθαι χρὴ, τοῦ ποσοῦ τῆς κακοχυμίας. ἴασιν δὲ, τῷ μέτρῳ τῆς ποσότητος ἐξευρίσκειν ἀνάλογον. εἰ μὲν ὀλίγη παντάπασιν ὑπάρχει, καὶ κατ' αὐτὸ μόνον ἠθροισμένη τὸ δέρμα, μετριωτέραν. εἰ δὲ μείζων, καὶ διὰ βάθους, ἰσχυροτέραν. εἰρήσεται δὲ προτέρα μὲν, ἡ τῆς ἐπιπολῆς τε, καὶ παρὰ τῷ δέρματι μόνον· ἑξῆς δὲ καὶ ἡ τῶν σαρκῶν ἐμπεπλησμένων, καὶ τρίτη πρὸς αὐταῖς. ὅταν ὅλον ἀκάθαρτόν τε,

C καὶ περιττωματικὸν ὑπάρχῃ τὸ αἷμα. ὅθεν ἤδη μοι, πρότερον μὲν ἐπὶ τὴν ἐξ ἀρχῆς ὑπόθεσιν ἀνελθόντι, δεχομένῳ τινὰ φύσει νεανίσκον, ἔμπροσθεν μὲν ὑγιεινῶς διαιτώμενον κατὰ πάντα, νῦν δὲ διά τινα χρείαν ἀναγκαίαν, ἐν ὁδοιπορίᾳ πλέονι χρόνῳ διατετριφότα, μήτε γυμνάσασθαι τὰ συνήθη, μήτε λούσασθαι, κεχρῆσθαι δὲ ἐδέσμασι καὶ πόμασι μοχθηροῖς, καὶ μετὰ τὸ ἄριστον, ἢ τὸ δεῖπνον, ἢ καὶ δι' ὅλης τῆς ἡμέρας ἐπ' ὀχήματος ἐλαύνεσθαι, μηδ' ὕπνου τὰ πολλὰ καλῶς ἀπολαύοντα· προκείσθω δὲ μηδὲν αὐτῷ πεπλημμελῆσθαι περὶ τὴν ποσότητα τῶν προσενηνεγμένων, καὶ

D διὰ τοῦτο μηδ' ἀπεψίᾳ τινὶ περιπεπτωκέναι τῳδί. τὸν γὰρ τοιοῦτον ἄνθρωπον, οὐκ ἐνδέχεται κακοχυμίαν ἠθροικέναι πολλήν, οὔκουν οὐδὲ τῆς ἐπανορθώσεως δεῖται μακρᾶς, ἀλλὰ χρὴ γυμνάσιον ἀποθεραπευτικόν, οἷον ἐν τῷ περὶ τούτου γράμματι διήλθομεν. εἴρηται δὲ καὶ περὶ τῆς ἀκολούθου διαίτης ἐν αὐτῷ. καὶ νῦν οὐδὲν ἔτι χρὴ μηκύνειν, ἀλλ' ἀναμνῆσαι μόνον, ὡς ὁ σκοπὸς τῶν οὕτω διακειμένων σωμάτων κένωσίς ἐστι τῶν κατὰ τὸ δέρμα περιττωμάτων, ὡς ἂν καὶ τῆς διαθέσεως ἐν τούτῳ μόνῳ γεγενημένης. ὑποκείσθω δὴ πάλιν ὁ αὐτὸς ἄνθρωπος ἐπὶ τοῖς ἄλλοις τοῖς αὐτοῖς, ἀπεψίαις

E πλείοσι περιπεπτωκώς· ὑποκείσθω δὲ καὶ ἡ ἑλκώδης αἴσθησις αὐτῷ μὴ κατὰ τὸ δέρμα μόνον, ἀλλὰ καὶ διὰ βάθους, ὡς ὑπονοεῖν ὅλον ἐμπεπλῆσθαι τὸ σῶμα τῆς κακοχυμίας. οὐκέτι τὸν τοιοῦτον, οὔτ' ἐπὶ γυμνάσιον ἄξομεν, οὔτ' ἐπὶ κίνησιν ὅλως οὐδεμίαν, ἡσυχάσαι δὲ καὶ ὑπνῶσαι κελεύσαντες, ἐν ἀσιτίᾳ φυλάξομεν ὅλην τὴν ἡμέραν· εἶτ' εἰς ἑσπέραν ἀλείψαντές τε λιπαρῶς, καὶ λούσαντες εὐκράτῳ θερμῷ, τροφὴν εὔχυμον καὶ ῥοφηματώδη δώσομεν ὀλιγίστην· οὐκ ἀφεξόμεθα δ' αὐτὸν οὐδ' οἴνου, συμπέττει γὰρ καὶ τοὺς ἡμιπέπτους χυμοὺς ὁ οἶνος εἴπερ τι καὶ ἄλλο, καὶ ἱδρῶ-

F τας, καὶ οὖρα προτρέπει, καὶ ὕπνον συντελεῖ. δεόμεθα δ' ἐπὶ τῶν οὕτως ἐχόντων, ὅσον μὲν ἤδη ἀκριβῶς μοχθηρόν ἐστι τῆς κακοχυμίας πεφθῆναι μηκέτι δυναμένης, ἱδρῶσί τε οὔροις ἐκκενῶσαι· τὸ δ' οἷον ἡμίπεπτον ἔτι, συμπέψαι τε καὶ χρηστὸν ἀπεργάσασθαι. τοῦτο δὲ κάλλιστα δι' ἡσυχίας, καὶ ὕπνου ἀποτελεῖται. εἰ μὲν οὖν ἐπὶ τοῖς εἰρημένοις κατα-

σταίη τὸ σύμπτωμα, πρὸς τὰ συνήθη κατ' ὀλίγον ἐπανάγειν χρὴ τὸν ἄνθρωπον. εἰ δὲ καὶ κατὰ τὴν ἑξῆς ἡμέραν ἔτι παραμένοι, σκεπτέον ἤδη περὶ βοηθήματος ἰσχυροτέρου, καὶ μάλιστα εἰ διὰ τῆς νυκτὸς, ἤτοι κοπώδης ἐπὶ μᾶλλον, ἢ ἀσώδης, ἢ ἄγρυπνος, ἢ ἐν ὕπνοις καὶ φαντασιώδεσι καὶ ταραχώδεσι γένοιτο· τοῖς γὰρ τοιούτοις, σὺν μὲν ἰσχυρᾷ τῇ δυνάμει, δυοῖν θάτερον, ἢ φλεβοτομεῖν, ἢ καθαίρειν προσήκει, διορισαμένους, ὁποτέρου δεῖ μᾶλλον, ὡς ἐφεξῆς ἐρῶ. σὺν ἀσθενεῖ δὲ, φλεβοτομεῖν μὲν οὐδαμῶς, ὑποκαθαίρειν δὲ μετρίως. ὁποῖαι δ' εἰσὶν αἱ μέτριαι καθάρσεις, ἐν τοῖς ἑξῆς εἰρήσεται, πρότερόν γε διορισαμένων ἡμῶν τὰ πρότερα. τῆς γὰρ δυνάμεως ἰσχυρᾶς οὔσης, καὶ τοῦ κόπου παραμένοντος, ἐπισκεπτέον, εἴτε μετὰ πλήθους αἵματος, ἢ ὠμῶν καὶ ἀπέπτων χυμῶν, εἴτε αὐτὴ καθ' ἑαυτὴν μόνη γέγονεν ἡ τὸν κόπον ἐργαζομένη κακοχυμία. εἰ μὲν γὰρ μετὰ πλήθους αἵματος, ἤτοι φλεβοτομητέον, ἤ τι τῶν ἀναλόγων τῷδε πρακτέον. ἀνάλογα δέ ἐστι τάδε. τοῖς μὲν αἱμορροΐδας ἐπεσχημένοις, ἐκείνας ἀναστομῶσαι· ταῖς δὲ γυναιξὶ, τὴν διὰ μήτρας ἔκκρισιν κινῆσαι· ὥσπερ γε καὶ οἷς τούτων οὐδέν ἐστιν, ἀποσχάσαι τὰ σφυρά. κἄπειθ' οὕτως ὑποκαθαίρειν φαρμάκῳ, ὃ μάλιστα οἰκεῖον τῇ κακοχυμίᾳ. μόνης δὲ συστάσης τῆς κακοχυμίας, ἄνευ πλήθους αἵματος, ἐπὶ τὴν οἰκείαν τῷ λυποῦντι περιττώματι κάθαρσιν ἔρχεσθαι χρή. λυπεῖ δέ ποτε μὲν, ἤτοι πικρόχολον, ἢ μελαγχολικόν· ἔστι δ' ὅτε φλεγματῶδες, ἢ ἁλυκὸν, ἢ ὀξύ· καὶ τούτων ἕκαστον, ἢ ὀρρωδέστερον, ἢ παχύτερον, ἢ μέσον πως κατὰ τὴν σύστασιν. ὑπὲρ ὧν τῆς διαγνώσεως ἤδη λέγωμεν. εἰ μὲν ἅμα τισὶν ἐξανθήμασιν ἡ κοπώδης γίνηται διάθεσις, ἐξ ἐκείνων ἕτοιμον εὑρίσκειν ὁποῖόν τι τὸ εἶδός ἐστι τοῦ περιττώματος. εἰ δὲ τούτων χωρὶς, ἐπὶ μὲν εὐχύμου φύσεως ἔκ τε τῶν προηγησαμένων ἐδεσμάτων, καὶ τῶν ἄλλων ἁπάντων, ὁπόσα συνέπεσεν αὐτῷ. κακοχύμου δ' ὄντος φύσει, κἀντεῦθέν τι ληπτέον. εἰρήσεται δ' ἐπὶ πλέον αὖθις ὑπὲρ τῶν τοιούτων κράσεων; νυνὶ δὲ περὶ τῶν ἄλλων λεκτέον ἐξ ὧν καὶ αὐτῶν ἔνεστι τεκμήρασθαι τὸ τῆς κακοχυμίας εἶδος. ἀργότερον μὲν γὰρ διῃτημένοις, φλεγματωδέστερος ἀθροίζεται χυμός. ἐν πόνοις δὲ πλείοσιν, ἤτοι πικρόχολος, ἢ μελαγχολικὸς, ἐν θέρει μὲν, πικρόχολος· ἐν φθινοπώρῳ δὲ, μελαγχολικός. ἀλλὰ καὶ τῶν πόνων τὸ μῆκος ἐπισκεπτέον, ὅσῳ γὰρ ἂν ὦσι πολυχρονιώτεροι, τοσούτῳ μᾶλλον ἐπὶ τὸ μελαγχολικὸν ἐκτρέπονται. καὶ τοίνυν ὅσοι μὲν ἅμα πολλοῖς ἱδρῶσιν ἐγένοντο, παχύτερον ἐργάζονται τὸ περίττωμα. λεπτότερον δὲ, οἱ χωρὶς ἱδρῶτος· ὥσπερ οἱ ἐν χειμῶνι, καὶ ὅλως ταῖς ψυχραῖς καταστάσεσι. συνεπισκεπτέον δ' ἐν τῷδε, καὶ περὶ τῶν οὔρων τι τοῦ πλήθους, ὥσπερ γε καὶ περὶ τῆς τῶν ἱδρώτων ποιότητος· οἱ μὲν γὰρ ὀξώδεις, οἱ δὲ ἁλμυροὶ, οἱ δὲ οἷον βορβόρου τινὸς, ἢ βρώμου σαφῶς ὄζουσιν· ἔνεστι δὲ τοῦτο καὶ διὰ τῆς στλεγγίδος ὁπότε λούονται, σκοπεῖσθαι. πολλάκις γοῦν ἐφάνη πικρόχολος ἀκριβῶς, οἷος ἐπὶ τῶν ἰκτεριώντων ἀποκρίνεται. ἡ διάγνωσις δ' αὐτῆς ῥᾳδία, καὶ περὶ τῆς γεύσεώς ἐστιν, ἐκ μόνης τῆς χροιᾶς. ὠχρὰ γὰρ ὁμοίως τῇ τοιαύτῃ χολῇ φαίνεται. πολλάκις γε μὴν ἐπὶ πόνοις ἰσχυροτάτοις, καὶ καύμασι σφοδροτάτοις ἀκριβῶς ξανθὴ ὤφθη. καὶ μὲν δὴ καὶ μέσος ποτὲ, καὶ μικτὸς ἐξ ἀμφοῖν οἷον ὠχρόξανθός τις, ὥσπερ καὶ ὁ τῆς χολῆς χυμός. ἔστι γὰρ καὶ τοῦτον ἰδεῖν ἐμέτοις τε καὶ διαχωρήμασιν, ἤτοι γ' ὠχρὸν, ἢ ξανθὸν, ἢ ἐξ ἀμφοῖν σύνθετον.

A Id autem optimè quiete somnóque perficitur. Si ergo his peractis malum constiterit, ad consuetudinem rursus paulatim reducendus homo est. Sin in posterum etiam diem duret, de valentiore iam remedio est cogitandum, maximè si per noctem, vel lassitudo magis quàm ante, vel fastidium infestet, vel peruigilet, vel somnos turbatos & imaginationibus inquietos habeat; his enim si vires non dissuadent, duorum alterum, aut sanguis mittẽdus est, aut purgatio exhibenda, sed discernentibus nobis vtrum magis expediat, vt mox dicetur. Sin vires imbecilliores dehortẽtur, sanguis mittẽdus haudquaquam est, sed deiectio mediocris adhibenda. B Cuiusmodi autem deiectio mediocris sit, in sequẽtibus docebimus, si priùs quę priora sunt, definiuerimus. Nam viriũ robore constante si lassitudo adhuc infestat, æstimandum est cum sanguinísne copia, an cum crudis ac minimè cõcoctis humoribus, an per se solus cõsistat vitiosus humor, qui lassitudinem creat. Nam si cum sanguinis copia, aut vena incidenda, aut aliquid quod tantumdem valet, agẽdum. Sanè tantumdem possunt hæc. Quibus hæmorrhoides sunt retentę, si has aperueris; si mulieri menstrua consuetudo cessauit, hanc si prouoces; si quibus horum nihil est, si malleolos scalpello incidas. C Post hæc aluus eo medicamẽto deiicienda est, quod maximè accommodatum malo succo sit. Quòd si vitiosi tantùm succi, hique citra sanguinis copiam subsint, purgatio petenda est quæ infestanti excremento sit accommoda. Infestat verò aliàs biliosum; aliàs melancholicum, aliàs pituitosum; sed quod vel salsum vel acidum sit: atque horum quodlibet aut serô propius, aut crassius, aut media quapiam consistentia. De quorum discernendorũ notis nunc agamus. Si cum pustulis quibusdam lassitudinis affectus consistat, ex his facilis inuẽtu erit excrementi species. Sin absque his, in boni quidem succi corporibus tum ex iis qui præcesserunt D cibis, tum reliquis quæ ipsis inciderunt. In iis verò qui malos succos natura colligunt, hinc quoque nonnihil capiendum. Sed de eiusmodi temperamentis vberiùs post agetur, nunc de reliquis agamus ex quibus licet de mali succi specie coniecturam accipere. Hoc verò est mali succi argumentum. Qui enim in otio degunt, ij pituitosum aceruare succum solent. Quos multus labor exercet, ij biliosum vel melancholicum; illum æstate, hunc autumno gignunt. Quin etiam, an diuturni labores fuerint, inspiciendum est, quantò enim fuerint longiores, tantò sunt ad melancholiam generandam E magis procliues. Præterea qui cum multo sudore fiunt, ij crassius excrementum faciunt. Qui sine sudore peraguntur, magis tenue, veluti qui hyeme & frigido aëris statu suscipiuntur. Considerandum ad hæc est aliquid non solùm de vrinæ multitudine, sed etiam de sudoris qualitate; hic namque partim acidus, partim salsus est, partim veluti lutum, aut virus planè olet: licet autem hoc ex strigili deprehendere, quum lauantur. Sæpe namque amarus planè apparuit, qualis vtiq; morbo regio laborantibus emittitur. Eius verò dignotio etiam citra gustum facilis est ex solo colore. Quippe pallidus pro F eiusmodi bilis ratione apparet. Sæpe tamen post validissimos labores, & vehementissimum æstum planè flauus cõspectus est. Aliquando medius, atq; ex ambob⁹ mixtus cernitur, veluti quodãmodo ex pallido flauus, quemadmodum & humor ipse biliosus, hũc enim in vomitu deiectionéque aut pallidũ, aut flauum, aut ex vtroque compositũ licet intueri.

Qualis-

Qualiſcunque verò is in corpore habetur, tale neceſſe eſt eius appareat ſerum. Ac ſudor quidem ſuccorum qui in vniuerſo corpore abundant, nota eſt; vrina eorum tantum qui vaſis continentur. Omninò ergo nihil omittendum ſed ſudor quoque ipſe, vt modò diximus, inſpiciendus. Aliquando verò ipſum qui afficitur, guſtare ſudorem ſuum, quò certiùs internoſcatur, iubemus. Id quod aliquando ſua ſponte accidere ſolet, dum ex fronte & eius partibus in os ſæpe delabitur. Æſtimare præterea vrinæ tum conſiſtentiam, tum colorem oportebit. Sed nec quæ in ea pendent aut ſubſidunt prætermittere conueniet, ſed omnia perpendere. Cuiuſmodi enim ſanguis ſit qui vaſis continetur, ea planè oſtendunt; quando ſi is bilioſus ſit, ſerum quoque eius bilioſum eſſe neceſſe eſt, idque pro vtriuſuis bilis ratione. Simili modo pituitoſum, ſi is ſit pituitoſus. Ergo vbi crudus planè is eſt, vtique tenuis aquoſáque vrina cernitur, nihil nec quod ſubſideat, nec quod pendeat, in ſe habens. At verò concoctus, hæc in vrina apparent, atque etiam nubeculæ quædam deſuper tenues ſuperſtant, veluti quæ in ſummo lacte colligitur, & quæ in ſummo refrigerati iuſculi concreuit. Quòd ſi turbida ſit, qualis veterinorum viſitur, crudis vocatis humoribus refertas quidem venas indicabit, non tamen ceſſare naturam, ſed eos valenter concoquere. Si verò celeris ſeparatio craſſi à liquido in ea cernitur, ſitque quod ſubſidit, album, læue & æquale, iamiam ſuperaturam eos omnes naturam indicabit. Sin quum emingitur, pura ſit, protinus verò turbetur, iam crudi ſucci concoctionem aggredi naturam docet. At ſi interpoſito tempore *turbetur*; non protinus, ſed poſt aggreſſuram inſinuat. Verùm omnium quæ turbantur vrinarum generalis nota eſto ipſius craſſi à liquidiore ſeparatio, aut properè aut tardè facta, aut omninò nulla. Ergo ſi protinus fiat, & quod ſubſidit ſit album, læue, & æquale, ſuperiorem longè naturam ſuccis quos concoquit, oſtendit. Sin bonum ſit quod ſubſidit, ſed quod poſt longius interpoſitum tempus colligatur, etiam naturam temporis ſpatio ſuperaturam ſuccos nunciat. Si verò vel omninò nulla ſeparatio, vel id quod ſubſidit, malum ſit, imbecillitas naturæ ſignificatur, egetque ope aliqua ad ſuccos percoquendos. Sicuti verò vrina, ſuccorum qui in vaſis ſunt, affectum prodit, ita ſudor aliáque quæ per vniuerſum animalis habitum apparent, eos qui illic ſunt, affectus demonſtrant. Calidiſſimus namque ſenſus inſuetus fit ſuperantibus in eo calidis ſuccis; frigidiſſimus verò, quum frigidi dominantur. Iam albiores pituita ſuperante, pallidiores bili abundante, cernuntur. Quòd ſi meracior bilis ſit, etiam planè flauiores. Siquidem color à ſuccis prouenit, non ex ſolidis animalis partibus, vtique quum ſe ſucci in altum non receperunt. Accidit verò id illis propter frigora, rigores, vel animi affectus, veluti timorem, vel ingentem triſtitiam, vel incipientem verecundiam: quorum nullum ſi adſit, nunquam ſe in altum recipient ſucci. Quemadmodum nec in cutem violentiùs irruentes, hanc adurent vnquam, quin animus aliquo modo affectus ſit, aut æſtu immodico animal extrinſecus obſideatur. Ergo vehementer commotis, aut iratis, aut in pudore veluti reciprocantibus ſe humoribus inſpicere colorem non oportet. At ſi nec ambientis violentia calidi, frigidíve,

A ὁποῖος δ' ἂν αὐτὸς ἐν τῷ σώματι περιέχηται, τοιοῦτον ἀναγκαῖον αὐτοῦ φαίνεσθαι καὶ τὸν ὀρρόν. ὁ μὲν οὖν ἱδρὼς τῶν καθ' ὅλον τὸ σῶμα πλεοναζόντων χυμῶν ἐστι γνώρισμα· τὸ δ' οὖρον ἐκείνων μόνον, ὅσοι περ ἂν ἐν τοῖς ἀγγείοις περιέχωνται. μηδὲν οὖν παραλιπεῖν ὅλως, ἀλλὰ καὶ τοὺς ἱδρῶτας ἐπισκεπτέον, ὡς εἴρηται. νῦν δὲ καί ποτ' αὐτὸν τὸν κάμνοντα κελεύειν αὐτοῦ ἀπογεύεσθαι πρὸς ἀκριβεστέραν διάγνωσιν. ὥσπερ εἴωθεν, ἔστιν ὅτε καὶ αὐτόματον γίνεσθαι παραρρυέντος εἰς τὸ στόμα τοῦ καταφερομένου πολλάκις, ἔκ τε τοῦ μετώπου καὶ τῶν τούτου μορίων. ἐπισκεπτέον δὲ καὶ τῶν οὔρων τήν τε σύστασιν ἅμα, καὶ τὴν χρόαν. οὐ παραλειπτέον δέ, οὐδὲ τὰ ἐναιωρούμενα, οὐδὲ τὰ ὑφιστάμενα
B ἀνεπίσκεπτα τὰ τοιαῦτα σύμπαντα. δηλοῖ γὰρ ἀκριβῶς ὁποῖόν τι ἐν ἀγγείοις ἐστὶν αἷμα· χολώδους μὲν οὖν ὄντος, ἀναγκαῖόν ἐστι καὶ τὸν ὀρρὸν αὐτοῦ χολώδη φαίνεσθαι, καθ' ἑκατέραν τῆς χολῆς ἰδέαν. ὁμοίως δ' ἔτι καὶ φλεγματώδους ὑπάρχοντος. ὅταν μὲν οὖν ἀκριβῶς ἄπεπτον ὑπάρχῃ, λεπτὸν καὶ ὑδατῶδές ἐστι τὸ οὖρον, οὔθ' ὑπόστασιν ἴσχον, οὔτε ἐναιώρημά τι. πεττομένου δέ, ταῦτα φαίνεται, καί τινες ἄνωθεν ἐφίστανται νεφέλαι λεπταί, καθάπερ καὶ ἡ καλουμένη γραῦς, καὶ ἐπίπαγος ἐπὶ τῶν ἀποψυχομένων ζωμῶν. εἰ δὲ θολερόν, οἷον καὶ τὸ τῶν ὑποζυγίων φαίνοιτο, δηλώσει μὲν ἐμπεπλῆσθαι
C τῶν καλουμένων ὠμῶν χυμῶν τὰς φλέβας, οὐ μὴν ἡσυχάζειν γε περὶ αὐτοὺς τὴν φύσιν, ἀλλὰ πέττειν ἐρρωμένως. εἰ δὲ καὶ διακρίνοιτο ταχέως, τὸ ὑφιστάμενον λευκόν τε εἴη, καὶ λεῖον, καὶ ὁμαλές, ὅσον οὔπω φησὶ κρατήσειν ἁπάντων αὐτῶν τὴν φύσιν. εἰ δ' οὐρηθέντων μὲν εἴη καθαρόν, ἀναθολωθείη δ' εὐθέως, ἐπιχειρεῖν τῇ πέψει τῶν ὠμῶν χυμῶν ἐνδείκνυται τὴν φύσιν. εἰ δὲ μετὰ πλείονα χρόνον, οὐκ εὐθύς, ἀλλ' ὕστερον ἐπιχειρῆσαι. κοινὸν δ' ἐπὶ πάντων οὔρων θολερῶν, ἔστω σοι γνώρισμα ἡ διάκρισις, ἤτοι ταχέως, ἢ βραδέως, ἢ μηδ' ὅλως
D γιγνομένη. εἰ μὲν οὖν ταχέως γίγνοιτο, καὶ τὸ ὑφιστάμενον εἴη λευκόν, καὶ λεῖον, καὶ ὁμαλές ἰσχυροτέραν ἐνδείκνυται μακρῷ τὴν φύσιν ὧν πέττει χυμῶν. εἰ δ' ἀγαθὴ μὲν ἡ ὑπόστασις, ἐν χρόνῳ δὲ γίγνοιτο πλείονι, καὶ τὴν φύσιν ἐν χρόνῳ πλείονι κρατήσειν τῶν χυμῶν ἐπαγγέλλεται. εἰ δ' ἤτοι μὴ διακρίνοιτο παντάπασιν, ἢ σὺν μοχθηραῖς ὑποστάσεσιν, ἀσθενὴς ἡ φύσις ἐστί, καὶ δεῖται βοηθείας τινὸς εἰς τὸ πέψαι τοὺς χυμούς. ὥσπερ δὲ τὰ οὖρα τῶν ἐν τοῖς ἀγγείοις χυμῶν ἐνδείκνυται τὴν διάθεσιν, οὕτως οἱ ἱδρῶτες, καὶ τὰ ἄλλα τὰ περὶ τὴν σύμπασαν ἕξιν τοῦ ζώου φαινόμενα, τῶν κατ' ἐκείνην ἐστὶ
E δηλωτικά. θερμοτάτη μὲν γὰρ αἴσθησις ἀήθης ἐν αὐτῇ γίνεται τῶν θερμῶν ἐπικρατούντων χυμῶν· ψυχροτάτη δέ, τῶν ψυχρῶν. καὶ λευκότεροι μὲν ἐπὶ ταῖς τοῦ φλέγματος, ὠχρότεροι δέ, ἐπὶ ταῖς τῆς χολῆς φαίνονται πλεονεξίαις. εἰ δὲ καὶ ἀκρατεστέρα ποτ' εἴη, ξανθότεροι. τὸ γὰρ χρῶμα τῶν χυμῶν ἐστιν, οὐ τῶν στερεῶν τοῦ ζώου μορίων, ὅταν γε μὴ ὑποχωρήσωσιν εἰς βάθος οἱ χυμοί. συμβαίνει δ' αὐτοῖς τοῦτο, διὰ κρύος, ἢ ῥῖγος, ἢ πάθος ψυχικόν, οἷον φόβον, ἢ λύπην ἰσχυράν, ἢ ἀρχομένην αἰδῶ· μηδενὸς δὲ τούτων παρόντος, οὐκ ἄν ποθ' ὑπονοστήσειαν εἰς τὸ βάθος οἱ χυμοί. ὥσπερ
F οὐδ' ἐπικαύσαιεν ἄν ποτε τὸ δέρμα, βιαιότερον ὁρμήσαντες ἐπ' αὐτὸ χωρὶς τοῦ παθεῖν τι τὴν ψυχήν, ἢ θάλπος ἄμετρον ἔξωθεν περιστῆναι τὸ ζῶον. ὀργισθέντων οὖν ποτ' ἰσχυρῶς, ἢ θυμωθέντων, ἢ τὴν ἐκ τῆς αἰδοῦς οἷον ἄμπωτιν τὴν τῶν χυμῶν ἀναφερομένην, μὴ προσέχειν τὸν νοῦν τῇ χρόᾳ. χωρὶς δὲ τοῦ βιάζεσθαι τὸ περιστάμενον ἔξωθεν, ἤτοι ψυχρόν,

ἢ θερμόν, ἢ τι πάθος, ὧν ἀρτίως εἴρηται γεγενημένον, ἀψευδής ἐστιν ἡ ἐκ τῆς χροιᾶς τοῦ ζώου διάγνωσις τῶν χυμῶν. ὡς οὖν τὸ μὲν λευκότερον ἑαυτοῦ γεγονὸς σῶμα, τὸ φλεγματικὸν ἐπικρατεῖν ἐνδείκνυται χυμόν, τὸ δ' ὠχρότερον, ἢ ξανθότερον τὸν χολώδη· κατὰ τὸν αὐτὸν τρόπον, καὶ ἐπὶ τὸ ἐρυθρότερον ἐκτραπὲν τοῦ κατὰ φύσιν, αἷμα πλεονάζειν· ἡ δὲ ἐπὶ τὸ μελάντερον, τὴν μέλαιναν χολὴν δηλοῖ. δόξειε δ' ἂν σοί ποτε, καὶ οἷον μολίβδου τὴν χρόαν ἔχειν, καὶ αὖθις οἷον τις μίξις (εἶ), λευκοῦ τε ἅμα καὶ πελιδνοῦ, καί ποτε τὸ πελιδνὸν αὐτὸ μόνον ἐπικρατεῖν, ἄνευ τοῦ λευκοῦ. τὰ τοιαῦτα οὖν χρώματα, τὸν ὠμὸν ἐπικρατεῖν ἐνδείκνυται χυμόν· ἐν εἴδει μὲν ὑπάρχοντα φλέγματος, ἧττον δ' ὑγρὸν ὄντα τοῦ συνήθως ὀνομαζομένου φλέγματος, ὡς τὰ πολλὰ δέ, οὔτε γλισχρότης αὐτῷ πρόσεστιν· ὡς εἴ γε προσήκοι τὸν τοιοῦτον χυμὸν ὁ Πραξαγόρας ὑαλώδη καλεῖ, ψυχρὸν μὲν ἱκανῶς ὑπάρχοντα, παχύτερον δ' ἧττον ὄντα τοῦ καὶ ἐξοχὴν ὠμοῦ προσαγορευομένου. κοινοὶ μὲν γὰρ οἱ τοιοῦτοι χυμοὶ λευκοί τε, καὶ ὠμοὶ πάντες εἰσί, προσαγορεύεται δ' αὐτῶν ἄλλος, ἄλλῃ προσηγορίᾳ. καὶ οὐ τοῦ νῦν ἐνεστῶτος καιροῦ διελέσθαι πάντας αὐτούς. μόνου γὰρ εἰς τὰ προκείμενα τοῦ κοινῇ πᾶσι συμβεβηκότος δεόμεθα, τοῦ μηδέπω κατειργάσθαι τελέως αὐτοὺς ὑπὸ τῆς φύσεως, ἀλλ' ἔθ' ὑπάρχειν ὠμούς. ἐν μεθορίῳ γάρ ἐστι τὸ αἷμα τῶν γε χολωδῶν χυμῶν, καὶ τούτων, ὧν τὸ γένος ἑνὶ προσρήματι καλεῖν ἔξεστιν, ἢ ὠμὸν χυμόν, ἢ φλέγμα. ἐκεῖνοι μὲν γὰρ ὑπὲρ κατεργασθέντος ἀποτελοῦνται τοῦ αἵματος, οὗτοι δ' οὐδέπω γεγονότος. ἔστι δ' ἑκατέρων ἄπειρος μὲν ἡ κατὰ μέρος διαφορά, διώρισται δέ πω ἤδη πρὸς τῶν περὶ τὰ τοιαῦτα δεινῶν, εἴδεσιν ἀριθμητοῖς· ὧν οὐδ' αὐτῶν ἀναγκαῖόν ἐστιν μεμνῆσθαι νῦν ἁπασῶν, ἀλλ' ἀρκεῖ μόνον εἰς ἓν ἀναγαγεῖν τὸ κεφάλαιον, ὅπερ οἷον σκοπόν τινα ποιήσασθαι προσήκει τῶν πρακτέων. ἐπεὶ γὰρ οἱ μέν τινές εἰσι πρὶν ἀκριβῶς αἱματωθῆναι τὴν τροφήν, οἷον ἡμίπεπτοί τινες, οἱ δ' ἄπεπτοι παντάπασιν, οἱ δ' ὀλίγον ἀποδέοντες αἵματος ἰδέας, ἕτεροι δ' ἔσχατοι τῆς αἱματώσεως, ἀμετρίᾳ θερμότητος ἑπόμενοι, καὶ τούτων αὐτῶν, οἱ μὲν ὀλίγον ἀποκεχωρηκότες αἵματος, οἱ δὲ πλέον, οἱ δὲ πλεῖστον· ἐπὶ μὲν τῶν ὀλίγον ἀπεχόντων, ἐφ' ἑκατέρῳ, θαρρούντως χρῆσθαι φλεβοτομίᾳ, ἐπὶ δὲ τῶν πλέον, εὐλαβέστερον, ἐπὶ δὲ τῶν πλεῖστον, οὐδ' ὅλως. συνεπισκοπεῖσθαι δὲ πειρᾶσθαι, καὶ τὸ ποσὸν ἐν αὐτοῖς οἷον εἰ οὕτως ἔτυχεν, ἂν μὲν ὀλίγον ὑπάρχῃ τὸ χρηστὸν αἷμα, πλῆθος δ' ἄλλος τις χυμός, ἀφίστασθαι τῆς φλεβοτομίας. ἂν δ' ἐκεῖνος μὲν ὀλίγος ᾖ, δαψιλὲς δ' ὑπάρχῃ τὸ αἷμα, θαρρούντως χρῆσθαι ταῖς φλεβοτομίαις. εἶθ' οὕτως ὡς εἴρηται πρόσθεν, ὑπάγειν γαστέρα πρός τε τὸ πλῆθος ἀφορῶντα, καὶ τὴν ἰδέαν τοῦ πλεονάζοντος χυμοῦ. εἰ δέ τις, ἢ διὰ ἡλικίαν, ἢ διὰ δειλίαν οὐκ ἐθέλοι παρέχειν ἑαυτὸν τῷ ἰατρῷ, πρὸς οὐδένα τρόπον αἵματος ἀφαιρέσεως, ἐπὶ κάθαρσιν ἰσχυροτέραν ἄγειν αὐτόν· εἰ δὲ καὶ ταῦτα ὑποπτεύοι, δι' ἑτέρων ἐκκενοῦν τὸ περιττόν, ἐπὶ μὲν οὖν τῆς ὑποκειμένης ἐν τῷ λόγῳ φύσεως, οὐδὲν χαλεπὸν ἐξευρεῖν ἑτέρας κενώσεις, ἐπ' ἄλλων δέ, μετὰ διορισμῶν ἀκριβεστέρων ἐξευρίσκειν αὐτὰς προσήκει, οὓς αὖθις ἐροῦμεν, ἐπειδὰν πρότερον ὑπὲρ τῆς εὐχύμου φύσεως εἴπωμεν. ὑποκείσθω γὰρ ὁ τοιοῦτος ἄνθρωπος ἐπὶ μοχθηρᾷ διαίτῃ κοπώδης γεγενημένος· εἶτ' ἐξ ὧν εἰρήκαμεν σημείων, ἐν μὲν τῷ φλεβώδει γένει τῶν ἀγγείων ἐμφαίνεσθαι τὸ πλῆθος αὐτῷ χυμῶν ἡμιπέπτων,

A nec vllus animi affectus cuiusmodi iam dictus est, subsit, certissima succi animalis cognitio ex colore datur. Tanquam igitur corpus, sicubi albius solito est effectum, pituitosum abundare succum indicat, sicubi pallidius aut flauius, biliosum; ita sicubi ad rubicundius, quàm pro natura, est mutatum, sanguinis abundantiam subesse significat; sicubi ad nigrius, nigram superesse bilem ostendit. Videas præterea ceu plumbi colorem aliquando nonnullos habere, rursus aliquando ceu mixturam esse albi liuidíque; aliquando liuorem solum sine albo consistere. Ergo eiusmodi colores, crudum dominari succum indicant; qui B quum de genere sit pituitæ, minus tamen humiditatis habet, quàm ea quæ publicè vocatur pituita; plerumque verò huic nec lentor inest. Nam is si adsit, Praxagoras eiusmodi succum vitreum appellat, egregiè quidem frigidum, crassum tamen eo quem crudum per excellentiam vocant, certè minus. Generaliter igitur eiusmodi succi omnes albi crudique sunt, nomenclaturam verò alius aliam sortitur. Nec attinet ad præsentem disputationem eos omnes distinguere, quippe ad quam illud tantum commune omnium accidens pertinet, quod hi succi percocti à natura C non sint, sed crudi adhuc maneant. Siquidem sanguis in medio est biliosorum, atque horum quorum vtique genus vno vocabulo appellare licet, vel crudum succum, vel pituitam. Illi namque ex sanguine fiunt, vbi supra iustum modum est percoctus; hi verò eo nondum perfecto. Sunt autem vtriusque generis innumeræ particulares differentiæ, cæterùm quæ ab iis qui in talibus sunt periti, in numeratas species sunt iam descriptæ; quarum tamen ipsarum adeò hic omnium meminisse necesse non est, vt etiam satis sit eas ad vnum caput redigere, quod tibi veluti scopum agendorum proponas. Nam quoniam alij prius quàm ad exactum D sanguinem nutrimentum perueniat, veluti semicocti sunt, alij prorsus incocti crudique, alij paulò absunt à sanguinis forma, rursus alij sanguificationis veluti vltima pars, qui vtique excessu caloris proueniunt, quorum alij paululum, alij plus, alij plurimùm à sanguine recesserunt; vbi paululum vel citra sanguinem restiterunt, vel vltra processerunt, audacter mittendus sanguis est: vbi plus, consideratius agendum; vbi plurimùm, in his nullus omninò mittendus est. Inspicere verò & quantitatem conuenit, vt verbi gratia, si bonus E sanguis exiguus sit, reliquus verò succus plurimus: vtique in his abstinendum à detractione sanguinis est. Sin is quidem exiguus, sanguis verò copiosus, audacter incidenda vena est. Deinde deiicere (vt dictum est) aluum oportet, ratione habita abundantis succi copiæ pariter, & speciei. Quòd si quis propter vel ætatem, vel timiditatem permittere se medico ad sanguinem vllo modo detrahendum nolit, huic deiicienda largius aluus est: aut si id quoque suspectum habet, alia ratione educendum superuacuum est. Ac in proposita nobis hactenus natura alias vacuandi rationes inuenire difficile non est; in aliis cum dis- F cretione & diligenti examine disquiri eas conueniet. Eam discretionem post trademus, vbi de proposita boni succi natura tractationem absoluerimus. Pone enim talem hominem ex mala victus ratione lassitudine affectum, deinde ex iis quas retulimus notis, in venoso vasorum genere apparere, subesse illi copiam semicrudorum succorum,

in reliquo verò corpore toto multitudinem horum sanè mordacium, quos lassitudo secuta est, auctus præterea illi quodammodo & sanguis esto, maximè ergo (vt dictum est) detrahere primò de sanguine oportet, deinde succum illum educere qui superare videtur. Non sustinente autem homine sanguinem sibi detrahi, augere deiectionem; si verò neutrum admittat, aliam quampiam rationem iniri, qua maximè si non breui, at longiore tempore pristinam corporis habitudinem homo recipiat. Quoniam ergo duo prima sunt quibus primùm intentus sit oportet qui eiusmodi affectibus medebitur, crudorum siue etiam semicoctorum qui ante sanguinis perfectionem fuerunt, percoctio, & acrium ac mordacium qui secundi sunt & sanguine posteriores, eductio; abstinere eos conuenit ab omni valido motu; blandè verò vnctos, atque oleo perfrictos, perquam suaui lauare balneo; inde in otio abstinentiáque habere, atque etiam somno, si fieri potest, minimè ignorantibus nihil esse quod æquè concoquat ea quæ concoqui possunt, & malos succos per halitum digerat vt somnus à balneo. Quum igitur (vt paulò ante diximus) primo die experti, an facilè finita lassitudo sit, similiter grauatum hominem cernimus, tum mittendus in balneum secundo etiam die est, tum in quiete abstinentiáque habendus; æquè verò & si iterum & tertiò videris, ieiunum lauabis, quietem ac somnum ipsis lauationibus interponens. Conducit ad somnum non in postremis ipsum quoque balneum: sunt enim qui eo sunt vsi, omnes magis ad somnum propensi, modò maioris momenti nihil obstiterit. Adeò tibi somnus & causa & signum percommodum spectatæ vtilitatis sit: velut è diuerso non posse à balneo dormire, nec causa nec signum est commodum. Quippe plerumque redundantis succi indicia ex somno vigiliisque ceperis: frigidi namque succi veternum: & longiores somnos inducunt: calidi & mordaces, vigilias; & si quando dormitur variis imaginibus inquietos & turbatos somnos efficiunt sic, vt statim excitent. Sicuti autem in primo die, ita etiam in secundo sorbitionem & minimam & simplicem illis exhibebimus; quippe largè iis apponere quibus auferri potius aliquid debeat, planè est contrarium; sicut rursus omninò non nutrire, & fastidia stomachi creat, & eundem lædit, & vires labefactat, & malum succum adauget. Ergo exiguum his dandum, ac potissimum si fieri potest ptissanæ cremor simpliciter conditus, sin minus, alicam eodem, quo ptissana, modo præparatam, parum aceti admixtum habentem: præsertim si cruditatis abundantiam vel in venis, vel in toto corporis habitu subesse suspicamur. Quippe si nihil prorsus aceti sit alicæ admixtum, glutinosior erit quàm vt propositis conducat; itaque obstruet magis quàm detergebit meatus: quod tamen maximè petitur in crassis ac glutinosis succis, cuiusmodi planè omnes pituitosi sunt. Ac boni quidem succi est ac propterea vitiosos humores contemperans. Cæterùm nisi lentor eius corrigatur adiectis aceto & porri modico, non solum obstruet, sed etiam nutriet plenius quàm propositis sit ex vsu. Hac itaque de causa ptissanæ cremor in hoc casu tutior est, vt qui tum modicè nutriat, tum nusquam per angustos meatus hæreat, quemadmodum alica, sed & permeet ipse, & meatus per totum detergeat,

A ἐν δὲ τῷ ὅλῳ σώματι, τούτων δὴ τῶν δακνωδῶν οἷς ὁ κόπος εἵπετο, συνηυξήσθω δέ πως αὐτῷ, καὶ τὸ αἷμα· μάλιστα μὲν οὖν ὡς εἴρηται ἐχρῆν τοῦ αἵματος ἀφελόντα, καθῆραι τοὐντεῦθεν ἐκεῖνον τὸν χυμὸν, ὃς ἂν ἐπικρατεῖν φαίνεται. μὴ προσιεμένου δὲ τὴν τοῦ αἵματος ἀφαίρεσιν, αὐξῆσαι τὴν κάθαρσιν. εἰ δὲ μηδ' ἑτέραν ὑπομένοι, σκοπεῖσθαι τὴν ἑτέραν ὁδὸν, ᾗ μάλιστα ἄν τις, εἰ καὶ μὴ διὰ ταχέων, ἀλλ' ἐν χρόνῳ γε πλέονι πρὸς τὴν ἀρχαίαν τοῦ σώματος ἕξιν ἐπανάγοι τὸν ἄνθρωπον. ἐπεὶ οὖν οἱ πρῶτοι δύο σκοποὶ τῆς ἐπανορθώσεως, ἐν ἁπάσαις ταῖς τοιαύταις διαθέσεσίν εἰσι, πέψις μὲν τῶν ἀπέπτων, ἢ καὶ ἡμιπέπτων χυμῶν, B ὁπόσοι πρὸ τῆς τοῦ αἵματος γεννῶνται. κένωσις δὲ τῶν δριμέων τε καὶ δακνωδῶν, ὁπόσοι δεύτεροί τ' εἰσὶ καὶ ὕστεροι τοῦ αἵματος, ἀπέχειν μὲν αὐτοὺς χρὴ κινήσεως ἁπάσης ἰσχυρᾶς, ἀτρέμας δ' ἀλείφοντας καὶ ἀνατρίβοντας ἐλαίῳ, λούειν ὅτι μάλιστα προσηνέσι τοῖς λουτροῖς· εἶτ' ἐφ' ἡσυχίας τε καὶ ἀσιτίας διάγειν, εἰ δ' οἷόν τε εἴη, καὶ ὕπνου· εὖ εἰδότας ὡς οὐδὲν οὕτω πέττει μὲν τὰ πεφθῆναι δυνάμενα, διαφορεῖ δὲ τοὺς μοχθηροὺς χυμοὺς, ὡς ὁ ὕπνος μετὰ βαλανεῖον. ὅταν οὖν ὡς ὀλίγον ἔμπροσθεν εἴρηται, τῇ πρώτῃ τῶν ἡμερῶν ἀποπειραθέντες, εἰ καθίσταται ὁ κόπος ῥᾳδίως, ὁμοίως ἐνοχλούμενον ὁρῶμεν τὸν ἄνθρωπον, ἐπί τε λουτρὸν ἄγειν αὐτόν· καὶ τῇ δευτέρᾳ τῶν ἡμερῶν, ἡσυχάζειν τε καὶ ἀσιτεῖν C ἀναγκάζειν· ὡς εἰ καὶ τὸ δεύτερον ἔτι τε καὶ τρίτον γνόντες, λοῦσαι νῆστιν, ἡσυχίᾳ τε καὶ ὕπνῳ τὰ μεταξὺ τῶν βαλανείων διαλαμβάνοντα. συντελεῖ δ' εἰς τὸν ὕπνον οὐχ ἥκιστα, καὶ αὐτὸ τὸ βαλανεῖον αὐτοῖς. ὑπνωδέστεροι μὲν οἱ λουσάμενοι γίνονται πάντες, εἰ μηδὲν ἄλλο γε καὶ διακωλύσει μεῖζον. ὥστε σοι τὸν ὕπνον αἴτιόν τε καὶ σημεῖον ἀγαθὸν γίνεσθαι, τῆς ἐλπιζομένης ὠφελείας. ὥσπερ γε καὶ τὸ μὴ δυνηθῆναι καθεύδειν ἐπὶ τοῖς βαλανείοις, οὐκ ἀγαθὸν αἴτιον ἅμα καὶ σημεῖον. ὡς τὰ πολλὰ μέντοι καὶ τῶν πλεοναζόντων χυμῶν ἐξ ὕπνου τε καὶ ἀγρυπνίας ἔνεστι λαβεῖν D διάγνωσιν· ἐπὶ μὲν γὰρ τοῖς ψυχροῖς τά τε κώματα, καὶ οἱ μακρότεροι τῶν ὕπνων· ἐπὶ δὲ τοῖς θερμοῖς, καὶ δακνώδεσιν ἀγρυπνία· καὶ εἰ καθυπνώσειέ γέ ποτε, φαντασιώδεις τε καὶ θορυβώδεις ὕπνοι ὑποπίπτουσιν, ὡς ἐξανίστασθαι ταχέως αὐτούς. ὥσπερ δὲ κατὰ τὴν πρώτην ἡμέραν, οὕτω καὶ κατὰ τὴν δευτέραν ἐλάχιστά τε καὶ ἁπλᾶ ῥοφήματα προσοίσομεν αὐτοῖς· τὸ μὲν γὰρ πλείω διδόναι τοῖς κενώσεως δεομένοις, ἄντικρυς ἐναντίον· τὸ δ' αὖ μηδόλως τρέφειν, ἀσῶδές ἐστι, καὶ κακωτικὸν τοῦ στομάχου, καὶ τῆς δυνάμεως καταβλητικὸν, καὶ τῆς κακοχυμίας αὐξητικόν. ἐλάχιστον οὖν αὐτοῖς διδόναι, μάλιστα μὲν εἰ οἷόν τε, χυ- E λὸν πτισάνης ἁπλῶς ἠρτυμένον· εἰ δὲ μὴ, ἀλλὰ τοῦ χόνδρου τὸν αὐτὸν τρόπον ἠρτυμένου τῇ πτισάνῃ, ὀλίγον ὄξους ἔχοντος, καὶ μάλιστα ὅταν ὠμῶν πλῆθος ὑποπτεύωμεν, ἢ ἐν ταῖς φλεψὶν, ἢ καθ' ὅλον ὑπάρχειν τὸν ὄγκον. εἰ γὰρ μηδὲν ὅλως ὄξους ὁ χόνδρος προσλάβοι, γλισχρότερός ἐστιν, ἢ πρέπει τοῖς προόδοσιν, ὡς ἐμφράττειν μᾶλλον, ἢ διαρρύπτειν τοὺς πόρους, οὗ μάλιστα χρήζουσιν ἐπὶ τοῖς παχέσι καὶ γλίσχροις χυμοῖς, οἷοί περ εἰσὶ τοὐπίπαν οἱ φλεγματώδεις ἅπαντες. εὔχυμος μὲν οὖν ἐστι, καὶ διὰ τοῦτο κακοχυμίας ἐπικεραστικός. ἀλλ' εἰ μὴ κολασθείη τὸ γλίσχρον ἐν αὐτῷ, προσλαβὼν F ὄξους τε καὶ πράσου τὸ μέτριον, ἐμφράξει τε καὶ θρέψει μειζόνως, ἢ συμφέρει τοῖς ἐνεστῶσι. διὰ τοῦτ' ἄρα καὶ ὁ τῆς πτισάνης χυλὸς, ἀμείνων ἐστὶν εἰς τὰ τοιαῦτα, καὶ συμμέτρως τρέφων, καὶ μηδαμόσε κατὰ τὰς στενοτέρας ὁδοὺς ἰσχόμενος, ὥσπερ ὁ χόνδρος, ἀλλ' αὐτός τε διερχόμενος, προσαπορρύπτων τε καὶ διαρρύπτων τοὺς πόρους ἅμα τῷ τέμνειν τε,

καὶ διαλύειν ὁπόσον αὖ ἐν τοῖς ἡμιπέπτοις τε, καὶ ἀπέπτοις χυμοῖς ὑπάρχει παχύ. διὰ ταῦτα δὲ, καὶ τὸ μελίκρατον ἐπιτήδειόν ἐστιν αὐτοῖς, ὀξύμελί τε καὶ ἀπόμελι, καὶ πέπερι, καὶ ζιγγίβερι, καὶ πάνθ' ὅσα τέμνει τε, καὶ διαλύει τὰ παχέα, χωρὶς τοῦ κακοχυμίαν ἐργάζεσθαι, λεχθήσεται δὲ ὑπὲρ τῆς ὕλης αὐτῶν ἐπὶ πλέον ἐν τοῖς ἑξῆς. εἰς δὲ τὸν ἐνεστῶτα λόγον, ὥσπερ τινὰ παραδείγματα τά τε προειρημένα λελέχθω μοι, καὶ τὰ μέλλοντα λεχθήσεσθαι. σιτείων μὲν γὰρ ἐπιτηδειοτάτη ἡ πτισσάνη· λαχάνων δὲ, ἡ θριδακίνη· τῶν δ' ἰχθύων, οἱ πετραῖοι· καὶ τῶν ἄρτων οἱ κλιβανῖται, καὶ ζυμῖται, καὶ καθαροὶ συμμέτρως· τῶν δ' ὀρνίθων οἱ ὄρειοι· τῶν δὲ ποτῶν, ὀξύμελι, μελίκρατον, οἶνος λεπτὸς, καὶ λευκός. ἁπλῶς δ' εἰπεῖν ὅσα περ εὔχυμά τ' ἐστὶ, καὶ ῥυπτικὰ, καὶ μὴ γλίσχρα, μηδὲ παχύχυμα, μηδ' ἱκανῶς πολύτροφα. τὰ δ' οὐρητικὰ προσαγορευόμενα, κατὰ τὸν ἐνεστῶτα καιρὸν οὐκ ἐπαινῶ, καὶ μάλιστα ὅσα σφοδρότερον ἐκθερμαίνει τε καὶ κατατήκει τὸ αἷμα. τῷ γὰρ μέλλοντι καλῶς πεφθήσεσθαι, τοσαύτης ταραχῆς οὐδέπω χρεία. ταῦτά τε οὖν ἅπαντα πρακτέον οὕτως ἐστὶ κατὰ τὴν δευτέραν ἡμέραν, οὐχ ἥκιστα δὲ κατὰ τὴν τρίτην τε καὶ τὴν τετάρτην. ἔτι τε πρὸς τούτοις, εἰ πραΰνοιτο μὲν ἡ κοπώδης διάθεσις, εὐχροώτερον δὲ γίγνοιτο τὸ σῶμα, καὶ ὕπνοι χρηστοὶ, καὶ οὖρα πέπονα, τρῖψαι μὲν ἐπὶ πλέον αὐτὸν ἀποτολμήσαντα, γυμνάσαι δ' ὀλίγον, πράξαντος γὰρ οὕτως, εἰ μὲν μηδεμία κοπώδης αἴσθησις ἐπιγίγνοιτο, πρὸς τὰ συνήθη γυμνάσια διὰ ταχέων ἐπανάγειν. εἰ δ' ἐπιφανείη τι τῶν ἔμπροσθεν, ἤτοι συμπτωμάτων, ἢ σημείων, αὖθις οὖν καὶ σὺ πρὸς ἐκεῖνο βλέπων, ἐξαλλάττειν πειρῶ τὰ κατὰ μέρος. εἰ μὲν οὖν τῆς κοπώδους αἰσθήσεως ἀνάμνησις γίγνοιτο μόνης, ἐπὶ τοῖς ἄλλοις ἅπασι σημείοις ἀγαθοῖς διαμένουσιν, ἀποθεραπευτικοῖς ἐπανορθοῦ μὲν τὸν κόπον. εἰ δὲ ταραχθείη μὲν τὰ σημεῖα, καὶ οἷον συγχυθείη, μὴ παρείη δ' ὁ κόπος, ἐν ἡσυχίᾳ πλέονι διαφυλάττειν τὸν ἄνθρωπον. εἰ δ' ἄμφω συνέλθῃ, διὰ τῆς αὐτῆς ἐπιμελείας ἄγων, ᾗ χρώμενος ἔμπροσθεν εἰς τοσοῦτον προσήγαγες ὠφελείας αὐτὸν, ὡς τολμῆσαί τι καὶ περὶ γυμνασίων. οὕτω μὲν ἐπανορθοῦσθαι προσήκει τὴν εἰρημένην διάθεσιν.

A & quicquid in femicoctis crudisve succis continetur crassi, id dissecet ac resoluat. Horum ipsorum gratia & mulsa his idonea est, & oxymeli, & apomeli, & piper, & zingiber, postremò omnia quæ citra vitiosi generationem succi, humorem crassum dissecant soluuntque; quorum materiam latius in sequentibus prosequemur. Ad institutum verò nunc sermonem exempli loco posita sint, & quæ iam sunt dicta, & quæ nunc dicenda. Frugum namque maximè apta est ptissana; Olerum sola lactuca; Piscium qui saxatiles dicuntur; Panis, qui & in clibano coctus, & fermentatus, & modicè purus est; Aues monticolæ; B Potio, oxymeli, mulsa, vinum tenue, & album, semélque quæ boni succi, eadémque detergent, nec glutinosa sunt, nec crassum succum efficiunt, nec valenter nutriunt. Quæ verò vrinam cient, hoc casu non probo, maximè quæ prævalentia ex his sunt, & sanguinem calfaciunt ac liquant; quippe quod concoquendum probè est, huic tanta adhuc agitatio non conuenit. Hæc itaque omnia secundo die facienda ad hunc modum sunt, atque etiam tertio quartoque. Ad hæc præterea, si tum lassitudinis affectus leuetur, tum corpus coloratius appareat, tum somni quieti, & vrinæ concoctæ sint, fricare quidem liberalius, excitare verò C parcè hominem audebis. His ita peractis, si nullus lassitudinis sensus præterea supersit, ad consuetas statim exercitationes hominem reduces; sin quicquam appareat priorum aut symptomatum, aut notarum, rursus tu quoque in id intentus, mutare tentabis ea quæ particulatim non rectè habent. Si itaque solius lassitudinis sensus recordatio superest, cæteris notis omnibus bene se habentibus, vtique apotherapiæ munere lassitudinem submouebis; sin autem turbatæ notæ sunt, & veluti confusæ, cæterùm lassitudo abest, in quiete maiore seruare hominem oportebit. Si verò am- D bo coierint, eadem ratione hominis curam ages, qua prius vsus in eum statum duxisti, quo etiam exercitationis aliquid tentare auderes. Atque ita quidem iam comprehenso affectui medendum censeo.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ε'.

Περὶ τῆς ἑλκώδους διαθέσεως σὺν τοῖς ὠμοῖς χυμοῖς ἐν ταῖς πρώταις φλεψὶ, καὶ περὶ τῆς τοῦ Διοσπολιτικοῦ φαρμάκου τε, καὶ τοῦ διὰ τριῶν πεπέρεων κατασκευασίας.

Εἰ δὲ τὰ ἄλλα μὲν ταῦτα εἴη, κατὰ τὸν αὐτὸν ἄνθρωπον, ὑπάρχοι δ' αὐτῷ κοπώδει σώματι, τὸ μὲν αἷμα τὸ χρηστὸν ὀλίγον, οἱ δ' ὠμοὶ πάμπολλοι, μήτε φλεβοτομεῖν, μήτε καθαίρειν, μήτε γυμνάζειν, ἀλλὰ μηδὲ κινεῖν ὅλως, μηδὲ λούειν. αἱ μὲν γὰρ φλεβοτομίαι, τὸ μὲν χρηστὸν ἐκκενοῦσι, τὸ δὲ μοχθηρὸν ὅπερ ἐν ταῖς πρώταις μάλιστα φλεψὶ ταῖς καθ' ἧπάρ τε, καὶ μεσάραιον ἀθροίζεται, πρὸς ὅλον ἐπισπῶνται τὸ σῶμα. κάθαρσις δὲ ἐπὶ τῶν τοιούτων, στρόφους τε καὶ δήξεις ἐργάζεται, καὶ λειποψυχίας σὺν τῷ μὴ κενοῦν ἀξιολόγως· οἱ γὰρ ὠμοὶ χυμοὶ πάντες, ἀργοὶ καὶ δυσκίνητοι διὰ τὸ πάχος τε, καὶ τὴν ψυχρότητα. προσεμφράττουσιν οὖν ἁπάσας τὰς στενὰς ὁδοὺς, δι' ὧν χρὴ τὸ κενούμενον ἐν ταῖς καθάρσεσιν ἐπὶ τὴν γαστέρα παραγίνεσθαι, καὶ διὰ ταύτην τὴν αἰτίαν, οὔτ' αὐτοὶ κενοῦνται, καὶ τοὺς ἄλλους ἐμποδίζουσι. τοῦτο μὲν οὖν ὑφ' Ἱπποκράτους διὰ βραχυτάτου προείρηται ῥήματος, εἰπόντος, πέπονα φαρμακεύειν, μὴ ὠμά. διὰ δὲ τὴν αὐτὴν αἰτίαν, οὐδὲ γυ-

CAPVT V.

De affectu vlceroso cui coniuncta sit cruditas primarum venarum, ac de Diospolitico & medicamento trium piperum parando.

E At si in eodem homine reliqua eadem sint, cæterùm in lasso corpore sanguis bonus exiguus sit, crudi humores plurimi, huic nec sanguis mittédus, nec alui deiectio, aut exercitatio, aut omnino motus, aut balneum adhibendum; quippe venæ sectio bonum sanguinem emittit; malum qui in primis maximè venis circa iecur & mesenterium colligitur, in totum attrahit corpus. Deiectio verò in talibus, tormina & rosiones creat, animíque deliquia, cum eo quòd nec notatu quippiam dignum educit; quando crudi omnes succi pi- F gri, atque ad motum inepti propter crassitudinem frigiditatémque sunt. Quò fit vt etiam omnes angustas vias obstruant, per quas id quod medicamentum deiicit, ferri ad aluum debet; itaque nec ipsi educuntur, & aliis sunt impedimento. Id quod sanè Hippocrates illo oraculo præcauit, quo breuissimè præcepit, *Concocta medicari oportet, non cruda.* Eadem de causa nec exercitare,

nec

nec omninò mouere, sed nec lauare expedit eos qui in primis venis crudorum copiam habent; siquidem omnes id genus motus, succos illos in totum corpus agunt. Seruandi igitur hi sunt in omni quiete, dandáque ipsis cibus, potio, medicamentáque sunt singula eius generis, quæ attenuent, dissecent, & concoquant succorum crassitudinem, idque citra manifestum calorem; nam qui excalfacti vehementius succi sunt, ij in omnem corporis partem feruntur. Ergo nutries hos maximè oxymelite, aliquando etiam ptissanæ & mulsæ exiguo quopiam; sustinent enim hi victum, si modò alij vlli, tenuem, ipsa nimirum crudorum succorum copia, quos paulatim concoquunt, ad corporis alimentum abutentes. Quoniam autem præcordia istiusmodi omnibus turgida inflatáque sunt, ac facilè quicquid assumpserint, in flatum vertitur, satius fuerit longi piperis aliquid cum cibo dare: quippe quod flatuosi spiritus crassitudinem soluit; & quæ in præcordiis pigra cessant, ad ventrem inferiorem depellit; & concoquendis quæ sumpseris, subuenit, pro communi piperum ratione. Quòd si huius copia non est, vtique albo vtendum quippe quod supra duo reliqua genera ventriculum roborat. Sin hoc non adest, optimum nigrum petendum est: id verò fuerit, quod pondere præcellit. Sanè vtilius sit & Diospolitico vocato medicamento vti, cuius compositio duplex est: Aliàs ex paribus omnibus, cumino, pipere, ruta, nitro; potéstque ita magis ventrem soluere: Aliàs quum reliquorum pari pondere miscetur nitri dimidium. Præstiterit autem cuminum esse, quod vocant Æthiopicum, piper verò, vel longum, vel album. Macerabitur cuminum in aceto maximè acri: dein continuò id tunditur, aut etiam prius modicè frigitur in vase fictili, quod coctum in camino quàm optimè fit: quæ enim exactè penitúsque cocta non sunt, hæc lutosa potius quàm figulina sunt; & qualitatum suarum nonnihil medicamentis remittunt. Sunto verò & rutæ folia modicè siccata vt enim si plusculum siccentur, acria amaráque redduntur, & supra quàm par est, calida; sic si prorsus non sicces, excremétitium quendam humorem retinent, nondum ex toto concoctum, cuius vitio flatum discutere minus possunt. Quatuor his aliquando despumatum mel additur, aliquando nihil, sed sola sine melle reponuntur: ac ptissanæ cremori, & aliis quibus maximè conuenire videntur, cibis iniiciuntur. Sumitur & per se medicamentum hoc, & ante, & post cibum. Porrò ad eum vsum optimum est, quod mel admixtum habet, quod vtique curiosè sit despumatum: id enim flatum maximè discutit: sit autem oportet, & mel optimum, si modò quod flatum discutiat, quódque maximè dissecet, futurum medicamentum est. Appositum sanè remedium sic affectis est, & quod ex tribus piperibus conficitur, vtique quum non admodum medicamentosum fuerit, ex variisque confectum, sicuti à plerisque medicorum componitur, mixturæ cuiusdam ex variis obsoniorum generibus ritu, aut apri à mirificis istis coquis conditi; adeò, vt non minimum medicis, aut iis qui apparant, negotium sit immixta illi medicamenta concoquere, ammi, seseli, libysticum, & alia id genus: cruda enim minimeque mutata ab iis qui ea sumpserint, longo tempore durare in ventriculo intelliguntur.

A μιάζειν, οὐδὲ κινεῖν ὅλως, ἀλλ' οὐδὲ λούειν προσήκει, τοὺς ἐν ταῖς πρώταις φλεψὶ τὸ πλῆθος τῶν ὠμῶν χυμῶν ἔχοντας. ἅπασαι γὰρ αἱ τοιαῦται κινήσεις, εἰς ὅλον τὸ σῶμα προσάγουσι τοὺς χυμούς. φυλακτέον οὖν αὐτοὺς ἐν ἡσυχίᾳ πάσῃ, καὶ δοτέον ἐδέσματά τε, καὶ ποτά, καὶ φάρμακα λεπτύνοντα, καὶ τέμνοντα, καὶ κατεργαζόμενα τὸ πάχος τῶν χυμῶν, ἄνευ τοῦ θερμαίνειν ἐπιφανῶς· οἱ γὰρ θερμανθέντες ἰσχυρότερον χυμοί, πανταχόσε τοῦ σώματος ἴασιν. διαιτᾶν οὖν αὐτοὺς ἐπ' ὀξυμέλιτι μάλιστα, βραχὺ δέ τι καὶ πτισάνης ἐνίοτε, καὶ μελικράτου διδόντα, καὶ γὰρ φέρουσι τὴν λεπτὴν δίαιταν, εἴπερ τινὲς ἄλλοι,

B καταχρώμενοι τῷ πλήθει τῶν ὠμῶν χυμῶν εἰς τροφὴν τοῦ σώματος, ἐν τῷ κατὰ βραχὺ πέττειν αὐτούς. ἐπεὶ δὲ καὶ τὸ ὑποχόνδριον ἅπασι τοῖς τοιούτοις ἐπῆρται, καὶ διαπεφύσηται, καὶ ῥᾳδίως ὅ, τι ἂν προσφέρωνται, πνευματοῦται· βέλτιον ἂν εἴη διδόναι σὺν τῇ τροφῇ, πεπέρεως μακροῦ, καὶ γὰρ διαλύει τοῦτο τὴν παχύτητα φυσώδους πνεύματος· ἀπωθεῖται δὲ καὶ πρὸς τὴν κάτω γαστέρα τὰ καθ' ὑποχόνδριον ἀργῶς συνεστῶτα, καὶ τῇ πέψει τῶν ληφθέντων συναίρεται κατὰ τὸν αὐτὸν κοινὸν λόγον ἁπάντων πεπέρεων. εἰ δὲ μὴ παρείη τοῦτο, τῷ λευκῷ χρηστέον, ἔστι γὰρ στομάχου τονωτικώτερον ἀμ-

C φοῖν τοῖν ἄλλοιν πεπέροιν. εἰ δὲ μὴ τοῦτο παρείη, χρῆσθαι τῷ καλλίστῳ μέλανι, τοῦτο δὲ, τὸ βαρύσταθμον. ἄμεινον δὲ καὶ τῷ Διοσπολιτικῷ προσαγορευομένῳ χρῆσθαι φαρμάκῳ. συντίθεται δὲ διττῶς, ἐνίοτε μὲν ἐξ ἁπάντων ἴσων, κυμίνου τε, καὶ πεπέρεως, καὶ πηγάνου, καὶ νίτρου, καὶ ἔστιν οὕτω μᾶλλον ὑπακτικώτερον γαστρός· ἐνίοτε τῶν μὲν ἄλλων ἴσον ἑκάστου μίγνυται, τοῦ νίτρου δ' ἥμισυ. κάλλιον δὲ, κύμινον μὲν ἐμβάλλεσθαι τὸ καλούμενον Αἰθιοπικόν, πεπέρεως δὲ, ἤτοι τὸ μακρόν, ἢ τὸ λευκόν. ἐμβρέχεσθαι δὲ τὸ κύμινον ὄξει δριμυτάτῳ· κἄπειτ' εὐθέως τρίβεσθαι, ἢ πρότερον φρύ-

D γεσθαι μετρίως ἐν ἀγγείῳ κεραμέῳ, τελέως ὠπτημένῳ κατὰ τὴν κάμινον. ὅσα γὰρ ἐνδεῶς ἐξηράνθη, πηλώδη μᾶλλόν ἐστιν, ἢ κεραμεᾶ, καὶ τοῖς φαρμάκοις τι προστρίβεται τῆς ἑαυτῶν ποιότητος. ἔστω δὲ τὰ τοῦ πηγάνου φύλλα, προανεξηραμμένα συμμέτρως, εἰ μὲν γὰρ ἐπὶ πλέον ἀναξηρανθείη, δριμέα τι γίνεται καὶ πικρά, καὶ περαιτέρω τοῦ προσήκοντος θερμά, μηδόλως δὲ προεξηρανθέντα, ἔχει τινὰ περιττωματικὴν ὑγρότητα, μηδέπω κατειργασμένην ἀκριβῶς, δι' ἣν οὐ γίνεται πάνυ ἄφυσα. τούτοις τέτταρσιν ἐνίοτε μὲν ἀναμίγνυται μέλι προαπηφρισμένον, ἐνίοτε δ' οὐδέν, ἀλλὰ μόνα χωρὶς

E τοῦ μέλιτος ἀποτίθενται, καὶ πτισάνης ἐμβάλλεται χυλῷ, καὶ ὅτῳ περ ἂν ἄλλῳ τῶν ἐδεσμάτων μάλιστα πρέπειν δοκεῖ. λαμβάνεται δὲ καὶ καθ' ἑαυτὸ τὸ φάρμακον τοῦτο, πρὸ τροφῆς τε, καὶ μετὰ τροφήν. καὶ ἔστι κάλλιον ἐν τῇ τοιαύτῃ χρήσει τὸ μέλι μεμιγμένον, ἀκριβῶς ἀπηφρισμένον, τοῦτο γὰρ ἀφυσότατόν ἐστιν. ἔστω δὲ δηλονότι καὶ αὐτὸ τὸ μέλι κάλλιστον, εἴπερ ἀφυσότατόν τε, καὶ τμητικώτατον ἔσεσθαι μέλλοι τὸ φάρμακον. ἐπιτήδειον δὲ τοῖς οὕτω διακειμένοις ἐστί, καὶ τὸ διὰ τριῶν πεπέρεων, ὅταν μὴ πάνυ φαρμακῶδές τε, καὶ ποικίλως σκευασθῇ. καθάπερ οἱ πολλοὶ τῶν ἰατρῶν συντιθέασιν αὐτό, δίκην καρυκείας τινός,

F ἢ συὸς ἀγρίου, πρὸς τῶν θαυμασίων ὀψοποιῶν ἐσκευασμένου. ὡς ἔργον οὐ σμικρὸν παρέχειν τοῖς ἰατροῖς, ἢ τοῖς προσφερομένοις αὐτὸ τὸ ἐμβεβλημένον φάρμακον καταπέψαι, τὸ ἄμμι, καὶ τὸ σέσελι, καὶ τὸ λιβυστικόν, καὶ τἆλλα τοιαῦτα· διαγινώσκεται γοῦν ταῦτα μένοντα ὠμὰ καὶ ἀμετάβλητα, μέχρι πλείστου κατὰ τὴν γαστέρα μένοντα.

ταῦτά γε οὖν ἀφελεῖν χρὴ τοῦ φαρμάκου, καὶ προσθεῖναι τὸ ἑλένιόν τε, καὶ τὴν τῆς νάρδου στάχυν. ὡς δὲ ἔνιοι συντιθέασι, καὶ τὴν κασίαν. ἔχειν δὲ ἐσκευασμένον, ἤτοι μὲν διπλοῦν, ὡς ἡμεῖς εἰώθαμεν. ἁπλοῦν μὲν τὸ ἕτερον, ὅπερ ἐπί τε τῶν ἠπεπτηκότων χρὴ διδόναι, καὶ τὴν πρόσφατον ψύξιν ἐχόντων κατὰ γαστέρα, καὶ φλεγματώδη χυμόν· ἕτερον δὲ φαρμακῶδες, ᾧ μάλιστα ἐπὶ τῶν ἀπὸ τῆς κεφαλῆς εἰς τὸν θώρακα ῥευμάτων χρώμεθα. ἀλλὰ τοῦτο μὲν, ὅπως χρὴ σκευάζειν αὖθις εἰρήσεται. τὸ δὲ ἁπλοῦν, ᾧ καὶ πρὸς τὸ πλῆθος τῶν ὠμῶν τῶν κατὰ τὰς πρώτας φλέβας χρώμεθα, τοιόνδε ἐστίν. εἰς πεντήκοντα δραχμὰς ἑκάστου τῶν τριῶν πεπέρεων, ἀρκεῖ μιγνύειν ἀνίσου τε καὶ θύμου, καὶ ζιγγιβέρεως ἑκάστου δραχμὰς ὀκτώ, τὸ μὲν ἁπλούστατον τοῦτο, καὶ τούτου μᾶλλον ἔτι τὸ χωρὶς ζιγγιβέρεως. ἕτερον δὲ τὸ διὰ τῶν αὐτῶν συγκείμενον, ἀλλ' εἰς τὰς πεντήκοντα δραχμὰς ἕκαστος τῶν τριῶν πεπέρεων ἑκκαίδεκα δραχμῶν ἐμβαλλομένων, ἑκάστου τριῶν ἀνίσου τε καὶ θύμου, καὶ ζιγγιβέρεως, ᾧ καὶ μάλιστα χρώμεθα πρὸς τὰ παρόντα. χρὴ δὲ εἴπερ οἷόν τ' εἴη, τὸ μὲν ἄνισον εἶναι Κρητικόν. Ἀττικὰ δὲ τὰ θύμα, ἢ πάντως γε ἐκ χωρίων ὑψηλῶν τε καὶ ξηρῶν. ἐμβάλλειν δὲ αὐτῶν τὴν κόμην ἅμα τοῖς ἄνθεσιν, ἀποκρίνοντα τὸ ξυλῶδες. ἔστω δὲ καὶ τὸ πέπερι τὸ μὲν μακρὸν ἄτρητόν τε καὶ ὑγιές, ὥσπερ οὖν καὶ τὸ ζιγγίβερι. τάχιστα γὰρ ἀμφότερα τιτρᾶται, καὶ πρὸς τῷ μὴ τετρῆσθαι δηλονότι, τὸ ἀληθινὸν αὐτὸ πέπερι τὸ ἀπὸ τῆς βαρβάρου κομιζόμενον ἔστω· διπλοῦν γὰρ ἐνταῦθα πανουργεῖται, σκευαζόμενον μὲν τὸ ἕτερον ἐπὶ τῆς Ἀλεξανδρείας μάλιστα, βοτάνης δέ τινος ἐκβλάστημα θάτερον ὑπάρχει. ὡς δ' ἄν τις μάλιστα γνωρίζοι τὸ πεπανουργημένον, ἐγὼ διηγήσομαι, τοσοῦτον πρότερον εἰπὼν ὑπὲρ τοῦ μὴ θαυμάζειν τινὰ, μηδὲ ζητεῖν τὴν αἰτίαν, δι' ἣν ἤτοι συνθέσεως φαρμάκων, ἢ δοκιμασίας ἐπῆλθέ μοι γράφειν ἐνταῦθα. μὴ πάνυ τι τοῦτο πράττειν εἰθισμένῳ κατὰ τὴν θεραπευτικὴν πραγματείαν. ἐν ἐκείνῃ μὲν γὰρ αὐτοῖς μόνοις διαλεγόμενοι τοῖς ἰατροῖς, ἐνταυθοῖ δὲ καὶ τοῖς ἄλλοις ἅπασιν, οὓς ὀνόματι κοινῷ προσαγορεύουσιν ἔνιοι φιλιάτρους, ἐν τοῖς πρώτοις δηλονότι μαθήμασι γεγονότας, ὡς γεγυμνάσθαι τὴν διάνοιαν. οὔκουν ἀναγκαῖόν ἐστι τοῖς τοιούτοις, οὔτ' ἐν τῇ περὶ τῶν ἁπλῶν φαρμάκων, οὔτ' ἐν τῇ περὶ συνθέσεων αὐτῶν γεγυμνάσθαι πραγματείᾳ, πολὺ δὲ δὴ μᾶλλον, οὐδ' ὡς χρὴ δοκιμάζειν ἕκαστον ἐπίστασθαι. τούτοις οὖν ἄμεινόν ἐστι γράφεσθαι τὰ τοιαῦτα πάντ' ἀκριβῶς, ὥσπερ ἀρτίως τὰ περὶ τοῦ πεπέρεως μακροῦ ἐπεχείρησα διηγεῖσθαι. χρὴ γὰρ ἀπογεύεσθαι μὲν αὐτοῦ πρῶτον, ἀκριβῶς ἐπισκοπουμένους, εἰ πεπέρεως ἀποσώζει ποιότητα, μετὰ δὲ τοῦτ' ἐμβάλλειν ὕδατι. τὸ γὰρ ἐσκευασμένον, εἰ βραχείη δι' ὅλης ἡμέρας, αὐτίκα διαλύεται τηκόμενον. εἴπερ οὖν ἥ τε ποιότης ἀκριβῶς αὐτῷ πεπέρεως ὑπάρχοι, καὶ μὴ διαλύεται βρεχόμενον, ἢ δ', ὡς εἴρηται, καὶ ἄτρητον, ἐπιτήδειον εἶναι νόμιζε τὸ τοιοῦτον μακρὸν πέπερι. τὸ δέ γε μέλαν, μήτε μικρὸν ἔστω, μήτε ῥυσσὸν, μήτε παχύφλοιον, ἀλλ' ἐκ τοῦ βαρυστάθμου καλουμένου, τὸ μέγιστόν τε καὶ εὐτραφέστατον ἐκλεγέσθω. καὶ τοῦ λευκοῦ δὲ ὁμοίως ἐκλεγέσθω, τὸ μέγιστόν τε καὶ εὐτραφέστατον, εἶτα πάντων ἅμα κοπέντων, καὶ λεπτῷ κοσκίνῳ διαττηθέντων, ἀπηφρισμένον ἐπιμελῶς μιγνύσθω μέλι τὸ κάλλιστον, εὐῶδές δή που τοῦτο, καὶ ξανθὸν ὑπάρχον γλυκύτατόν τε ἅμα, καὶ δριμύτατον, καὶ τῇ συστάσει, μήτε παχὺ, μήθ' ὑγρὸν, ὡς ἀποσπᾶσθαι αὐτοῦ τὸ συνεχὲς, ἀλλ' ὥς τε καθεθέντα τὸν δάκτυλον εἰς αὐτὸ,

A Hæc igitur subtrahenda medicamento sunt: præterque hæc helenium, & nardi spica: ceu verò nonnulli componunt, etiam casia. Expedit autem præparatum habere ad manum dupliciter, sicut ipse soleo; Alterum simplex, quod iis dandum est qui minimè concoxerunt, & qui recens frigus in ventriculo habent, & pituitosum succum; Alterum quod medicamentosum magis est, quo maximè vtimur in iis fluxionibus quæ à capite descendunt ad pectus. Verùm hoc quo pacto sit præparandum, alibi dicetur. Simplex illud, quo ad cruditatis abundantiam quæ in primis est venis, vtimur, huiusmodi est. Ad cuiusque trium pipe- B rum, ℥ quinquaginta abundè adduntur anisi, & thymi, & zingiberis, singulorum ℥ 8: & simplicissimum quidem hoc est. Etiam hoc ipso magis simplex; à quo detractum zingiber est. Alterum verò est, quod ex iisdem conficitur: verum ad cuiusque trium piperum ℥ quinquaginta, reliquorum cuiusque sedecim drachmarum iniicitur pondus, nempe anisi, thymi, & zingiberis: quo etiam ad proposita vtimur commodissimè. Debet autem, si haberi potest, anisum Cretense esse: thymum aut Atticum, aut planè ex editis locis & siccis: à quo quicquid lignosum est quum circumcisum fuerit, coma ipsa vnà cum floribus iniicie- C tur. Esto verò & piper, quod longum quidem est, integrum miniméque foratum; æquè verò & zingiber; nam ambo perforari facilè solent. Quin etiam non solum non perforatum, sed & verum illud, quod ex barbaris affertur, piper esto; hic namque quod adulteratur, duplex est; alterum, quod in Alexandria maximè præparatur; alterum, quod herbæ cuiusdam germen est. Qua verò maximè ratione internosci, quod adulterinum est possit, ipse docebo: tantisper præfatus, nequis aut miretur, aut causam requirat, quamobrem vel probandi medicamenti hîc tradere rationem sub- D ijt, qui in medendi libris non temerè id facere soleam. Siquidem in illis, cum medicis ipsis duntaxat ago; hîc verò etiam cum aliis vniuersis quos aliqui communi nomine philiatros vocant, qui scilicet in primis disciplinis versantur, quò intelligentiam suam exerceant. Porrò his necesse non est, nec in libris de simplicibus medicamentis, nec in opere de medicamentorum compositione esse exercitatis, multóque minus explorandi cuiusque medicamenti peritiam habere. His itaque perscribi cumulatè talia omnia satius est, sicut paulò antè de longo pipere tradere occœpi. E Principio enim experiendum gustu est, diligentérque æstimandum, an piperis qualitates seruet, postea in quam mittendum, nam quod factitium est, si per diem totum in humore maceretur, illicò liquatur ac soluitur. Si ergo tum piperis ei qualitas planè inest, nec maceratum resoluitur, sitque (vt dictum est) minimè foraminibus pertusum, piper id longum idoneum iudicabis. Nigrum verò, nec exile, nec rugosum, nec crassi corticis est, sed ex eo, quod ponderosum vocant, id quod tum maximum, tum plenissimum est. Itémque de albo simili modo eligatur, F quod maximum est, atque plenissimum. Deinde omnibus simul tusis, & per tenue cribrum transmissis, mel optimum curiosè despumatum admisceatur. Sanè id odorum flauumque, præterea acerrimum dulcissimúmque fuerit; tum consistentia nec planè crassa, nec liquida, sed quæ ita continuitatem suam tueatur,

vt

vt si digitum in id dimiseris, post in sublime attollas, quod mellis ab eo defluit, longissima quasi linea sibi continuatum videas. Coquitur hoc rectè, aut super carbones, aut ligna omninò arida, quæ etiam fumum non emittentia vocant. Hoc igitur medicamentum dare conueniet non semel bisve quotidie, sed etiam sæpe; siquidem manè, & ante cibum, & post: etiam cubitum euntibus rectè datur cochlearij pleni mensura, atque huius quidem, vt paruis corporibus parui, & maximis maximi, ita mediis ad proportionem. Præterea etiam zingiber, quod ex barbaris affertur, aceto maceratum assumere confert. Est id virentis herbæ radix ab auulsione statim in acetum coniecta. Extinguitur enim eiusmodi medicamentorum calor circa ipsas primas venas, nec in totum perfertur corpus veluti aliorum quorundam, cuiusmodi id medicamentum est, quod diacalaminthes vocant de quo mox vberius agemus.

A κἄπειτα καταστήσαντα μετέωρον, ἀπορρέον ὁρᾶν αὐτοῦ τὸ μέλι μέχρι πλείστου συνεχὲς ὂν ἑαυτῷ, ἄμεινον δ᾽ ἐπ᾽ ἀνθράκων ἕψειν, ἢ ξύλων ἀκριβῶς ξηρῶν, ἃ δὴ καὶ καλοῦσιν ἄκαπνα. τοῦτό τε οὖν διδόναι χρὴ τὸ φάρμακον, οὐχ ἅπαξ μόνον, ἢ καὶ δὶς, ἀλλὰ καὶ πλεονάκις ἑκάστης ἡμέρας, καὶ γὰρ ἕωθεν, καὶ πρὸ τροφῆς, καὶ μετὰ τροφὴν, καὶ καθυπνοῦν μελλόντων ἐπιτήδειον ὑπάρχει. τὸ δὲ πλῆθος ἑκάστης δόσεως ἔστω κοχλιαρίου μεστοῦ· μικροῦ μὲν, ἐπὶ τῶν μικρῶν σωμάτων· μεγίστου δὲ ἐπὶ τῶν μεγίστων· ἀνάλογον δ᾽ ἐπὶ τῶν μεταξύ. καὶ μέντοι καὶ τὸ ζιγγίβερι, τὸ κομιζόμενον ἐκ τῆς βαρβάρου, διαβρεχθὲν
B ὄξει, συμφέρει λαμβάνειν. ἔστι δὲ τοῦτο ῥίζα χλωρᾶς τῆς πόας ἐμβαλλομένη τῷ ὄξει, μετὰ τὴν ἀναίρεσιν εὐθέως. κατασβέννυται γὰρ ἡ τῶν τοιούτων φαρμάκων θερμότης, αὐτόθι περὶ τὰς πρώτας φλέβας, οὐκέτ᾽ ἀναφερομένη πρὸς ὅλον τὸ σῶμα, καθάπερ ἑτέρων τινῶν οἷόν ἐστι καὶ τὸ διὰ τῆς καλαμίνθης, ὑπὲρ οὗ μετ᾽ ὀλίγον ἐπὶ πλέον εἰρήσεται.

CAPVT VI.

De parando Oxymelite, ac de Apomelite, & vino, quæ proposito affectui conducunt.

IDcirco etiam oxymeli his vtilissimum est, vt prius diximus. Id ita præparari debebit. Quum mel optimum super carbones despumaueris, conijcies in ipsum aceti tantum, vnde gustanti nec acidum nimis, nec dulce videbitur; ac denuo super prunas coques, quoad planè vnitæ amborum qualitates sint, nec appareat gustanti acetum adhuc crudum: huic ab igne remoto vsus tempore, aquam admiscebis, ita nimirum temperans, vt vinum. Ergo qui bibet, si nec de acore eius queritur, nec dulcedine, assiduè eo vtatur; sin alterutro offenditur, adiecto quod desideratur, rursus id coques. Neque enim eos probo qui sub vna quapiam mensura id conficiunt, qui mihi similiter iis affecti videntur, qui bibentes omnes similiter aquam vino miscere censent, non aduertentes quibusdam vtique qui dilutiori insueuerunt, caput statim, si vel pusillo meracius hauserint, tentari; quibusdam qui meraciore delectantur, stomachum si dilutius biberint, subuerti. Quum igitur in vino tam familiari potu ista contingant, multò sanè magis in oxymelite, vtpote quàm vinum, tum minus familiari, tum magis forti, ipsa sequi par est. Satius ergo sit ex sumentis gustu, non nostro, iudicium de modo facere, id esse sumentis naturæ conuenientissimum oxymelitis, quòd vtique est iucundissimum, proindéque etiam vtile; contrà aduersissimum esse, quod iniucundum. Ipsam tamen primam ipsorum mixtionem quo plurimis conueniat, talem esse oportet; Vni aceti parti, mellis, à quo detracta spuma sit, duplum est miscendum; deinde ambo in leni igne coquenda, donec eorum qualitates in vnum coierint: ita enim nec acetum amplius crudum apparebit. Cum aqua verò statim ita facies oxymeli. Melli quadruplum optimæ aquæ miscebis, dein coques modico igni, quoad spumare desinat. Ac malum quidem mel multam egerit spumam, quo etiam diutius coqui debebit. Optimum verò, vt breuissimo tempore coquitur, ita minimum spumæ euomit, vnde nec pari ei coctione est opus; plurimùm certè quartam partem eius

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ϛ᾽.

Περὶ τῆς τοῦ ὀξυμέλιτος κατασκευασίας, καὶ περὶ τοῦ ἀπομέλιτός τε, καὶ οἴνου τῶν τῇ ὑποκειμένῃ διαθέσει χρησίμων

C ΤΑῦτ᾽ ἄρα καὶ ὀξύμελι χρησιμώτατον αὐτοῖς ἐστιν, ὡς καὶ πρότερον εἴρηται. σκευάζειν δὲ καὶ τοῦτο προσήκει κατὰ τάδε. μέλι τὸ κάλλιστον ἐπ᾽ ἀνθράκων ἀπαφρίσαντες, ἐπεμβάλλειν αὐτῷ τοσοῦτον ὄξους, ὡς γευομένῳ μήτ᾽ ἄγαν ὀξὺ φαίνεσθαι, μήτε γλυκύ· καὶ τότ᾽ αὖθις ἕψειν ἐπ᾽ ἀνθράκων, ὡς ἑνωθῆναί τε τὰς ποιότητας αὐτῶν ἀκριβῶς, καὶ μὴ φαίνεσθαι γευομένοις ὠμὸν τὸ ὄξος· εἶτ᾽ ἀποθεμένου τούτου μιγνύειν ὕδωρ ἐπὶ τῆς χρήσεως, οὕτως κεραννύντας ὡς οἶνον. εἰ μὲν οὖν ὁ πίνων αὐτὸ, μήθ᾽ ὡς ὀξὺ, μήθ᾽ ὡς γλυκὺ μέμφοιτο, χρηστέον ἄχρι παντός.
D εἰ δὲ μὴ, τότε τὸ λεῖπον ἐπεμβάλλοντας, ἀφεψεῖν αὖθις. οὐ γὰρ ἐπαινῶ τοὺς κατὰ μίαν τινὰ συμμετρίαν σκευάζοντας αὐτό· παραπλήσια γάρ μοι δοκοῦσιν οἱ τοιοῦτοι ποιεῖν, τοῖς ἀξιοῦσιν ἅπαντας τοὺς πίνοντας ὡσαύτως κεραννύναι τὸν οἶνον τῷ ὕδατι, μὴ γινώσκοντες, ὡς ἔνιοι μὲν ὑδαρέστερον εἰθισμένοι πίνειν, εὐθέως πλήττονται τὴν κεφαλὴν, εἰ καὶ βραχύ τις αὐτοῖς ἀκρατέστερον κεράσειεν· ἔνιοι δ᾽ ἀκρατεστέρῳ χαίροντες, ἀνατρέπονται τὸν στόμαχον ὑδαρέστερον πιόντες. ὁπότ᾽ οὖν ἐπὶ οἴνου ταῦτα συμπίπτει, συνήθοις οὕτω ποτοῦ, πολὺ δή που μᾶλλον ἐπ᾽ ὀξυμέλιτος, ὅσῳ καὶ ἀηθέστερον οἴνου, καὶ ἰσχυρότερόν ἐστιν,
E εἰκὸς ἀκολουθήσειν αὐτά. βέλτιον οὖν ἐστιν, ταῖς τῶν λαμβανόντων αἰσθήσεσι κρίνειν τὸ σύμμετρον, αὐταῖς, ἢ ἡμετέραις. οἰκειότατον μὲν τῇ φύσει τοῦ λαμβάνοντος εἶναι νομίζοντας, τὸ ἥδιστον ὀξύμελι, καὶ διὰ τοῦτο, καὶ ὠφέλιμον· ἐναντιώτατον δὲ, τὸ ἀηδέστερον. αὐτὴν δὲ τὴν πρώτην κρᾶσιν αὐτῶν, ὡς ἂν μάλιστα τοῖς πλείστοις ἁρμόσειε, κατὰ τόδε χρὴ ποιεῖσθαι. ὄξους ἑνὶ μέρει διπλάσιον μιγνύσθαι τοῦ τὸν ἀφρὸν ἀφῃρημένου μέλιτος· εἶθ᾽ οὕτως ἐπὶ μαλακοῦ πυρὸς ἑψείσθω, μέχρις ἂν ἑνωθῶσιν αὐτῶν αἱ ποιότητες· οὕτω γὰρ ἂν, οὔτε τὸ ὄξος ὠμὸν ἔτι φαίνοιτο. δι᾽ ὕδατος δ᾽ εὐθέως οὕτω σκευάζειν ὀξύμελι.
F τῷ μέλιτι μιγνύναι τετραπλάσιον ὕδατος καλλίστου· κἄπειθ᾽ ἑψείσθω μετρίως, μέχρις ἂν ὁ ἀφρὸς ἀφίσταται. τὸ μὲν οὖν φαῦλον μέλι πάμπολυν ἐξεργάζεται τὸν ἀφρὸν, ὥστε καὶ ἡ ἕψησις αὐτοῦ πολυχρονιωτέρα γίνεται. τὸ δὲ ἄριστον ἐν ἐλαχίστῳ τε χρόνῳ, καὶ βραχύτατον ἀφίησιν, ὅθεν οὐδὲ ἴσον αὐτῷ δεῖται τῆς ἑψήσεως· ἡ δ᾽ οὖν πλείστη τὸ τέταρτον ἀπολείπει,

μέρους τοῦ κραθέντος ἐξ ἀρχῆς. μίξαντας δὲ ὄξους ἥμισυ πάλιν ἑψητέον, ἄχρι τοῦ τὰς ποιότητας ἑαυτῶν ἀκριβῶς ἑνωθῆναι, καὶ μηκέτ' ὠμὸν φαίνεσθαι τὸ ὄξος. σκευάζονται γὰρ καὶ κατ' ἀρχὴν εὐθέως τῶν τριῶν μιχθέντων οὕτως. ἔστω δὲ ἓν μὲν ὄξους μέρος, δύο δὲ μέλιτος, ὕδατος δὲ δ'. καὶ ταῦτ' ἑψείσθω μέχρι τοῦ τρίτου μέρους, ἢ τετάρτου τὸν ἀφρὸν ἀφαιρούντων ἡμῶν. Εἰ δὲ ἰσχυρότερον αὐτὸ ποιῆσαι βούλοιο, τοσοῦτον ἐμβάλλεις ὄξους, ὅσον καὶ μέλιτος. ἀπόμελι δὲ κάλλιστον ἐν ὕδατι σκευάζεται, καὶ πίνουσιν αὐτὸ δι' ὅλου τοῦ θέρους, ὡς ἐμψυχον. ἔνεστι δὲ τῷ βουλομένῳ, καὶ πρὸς τὴν ὑποκειμένην ἐν τῷ παρόντι λόγῳ διάθεσιν ὠφελίμως χρῆσθαι, καὶ μάλισθ', ὅταν ὀξυνθῇ. πάσχει δὲ τοῦτο πλειστάκις, τὸ μὲν μᾶλλον, τὸ δὲ ἧττον, ὡς ἂν δι' ὕδατος σκευαζόμενον, οὐ τοῦ ὀμβρίου καθάπερ τὸ ὑδρόμελι, ἀλλὰ τοῦ ἐπιτυχόντος. ἔνεστι δ' εἰ βούλοιτό τις, καὶ δι' ὀμβρίου συντιθέναι, καὶ ἐγώ γ' ἂν τοῦτο ποιεῖν συνεβούλευον, εἰ ἐπῄνουν τὸ ὄμβριον, ἀλλὰ γὰρ οὔτε τοῦτο ἐπαινῶ, καὶ οὐδὲν χεῖρον ὀξυνόμενον ἀποτελεῖται, καὶ μάλιστα εἰς τὰ παρόντα. καὶ γὰρ οὖν καὶ μετρίως ὀξύνεται, τό γε μὴ παντάπασιν ἀμελῶς ἐσκευασμένον. ἡ δ' ἐπιμέλεια τῆς σκευασίας ἐστὶν, ἐν τῷ τὸ κηρίον μὴ εἶναι πάνυ φαῦλον, ἑψεῖσθαί τ' ἐπὶ πλέον ἐν ὕδατι πηγαίῳ, καθαρῷ τε καὶ ἡδεῖ. χρὴ γὰρ ἐκπιέσαντα τῶν κηρίων τὸ μέλι, μέχρι τοσούτου καθέψειν ἐν ὕδατι, μέχρις ἂν μηκέτι μηδεὶς ἀφρὸς ἐπανίστηται. τούτῳ τε οὖν χρῆσθαι ποτῷ, καὶ τῶν οἴνων, τοῖς ὀξυνομένοις ἀτρέμα, καὶ τῶν ἐδεσμάτων τοῖς λεπτύνουσιν ἄνευ τοῦ θερμαίνειν, οἷά περ ἐστὶ καὶ ἡ κάππαρις εἰ δι' ὀξυμέλιτος, ἢ δι' ὀξελαίου λαμβάνοιτο. μέχρι δή που δυοῖν, ἢ τριῶν ἡμερῶν, ὡς εἴρηται διαιτᾷν, εἰ δ' ἐλπίζοις ἱκανῶς ἤδη λεπτύνεσθαι τοὺς ὠμοὺς χυμοὺς, οἶνον προσφέρειν, λεπτὸν μὲν τῇ συστάσει, κιῤῥὸν δὲ ἢ λευκὸν, τῇ χροιᾷ. ὁ μὲν γὰρ εἰς εὐχυμίαν τε, καὶ πέψιν, ὁ δ' εἰς οὔρησιν ἀγαθός. εἰσὶ δ' ἐπὶ μὲν τῆς Ἰταλίας ὅ, τε Φαλερῖνος καὶ ὁ Σουῤῥεντῖνος ἐκ τοῦ προτέρου γένους· ὥσπερ οὖν ἐκ τοῦ δευτέρου ὁ Σαβῖνός τε, καὶ ὁ Ἀλβανὸς, καὶ Ἀδριανός. ἐπὶ δὲ τῆς Ἀσίας, ἐκ μὲν τοῦ προτέρου, Λέσβιός τε καὶ Ἀριούσιος, ἐκ δὲ τοῦ δευτέρου, Τιτακαζηνός τε καὶ Ἀρσυῖνος. οὗτοι μὲν, ὡς παραδείγματα εἰρήσονται τῷ λόγῳ. πολλοὶ δὲ καὶ ἄλλοι κατὰ τὴν Ἰταλίαν εἰσὶ, καὶ τὴν Ἀσίαν. οὐχ ἥκιστα δὲ κἀν τοῖς ἄλλοις ἔθνεσιν, ὅμοιοι τοῖς εἰρημένοις, οὓς αὐτὸν ἐκλέγεσθαι χρὴ, πρὸς τοὺς εἰρημένους ἀποβλέποντας σκοποὺς, τήν τε χρόαν, καὶ τὴν σύστασιν. ἀποδοκιμάζειν τε, τούς τε παχεῖς καὶ τοὺς μέλανας, ὡς κακοχύμους τε καὶ βραδυπόρους. εἰ δ' ἐπὶ τοῖσδε βέλτιον ὁ ἄνθρωπος γίγνοιτο, καὶ λούειν ἤδη προσήκει, καὶ ἀλείφειν, καὶ ἀνατρίβειν μαλακῶς, κἀπειδὰν πρῶτον ὑπόστασιν ἴσχῃ τὰ οὖρα, τάς τε τρίψεις αὐξῆσαι, καὶ πρὸς τὰ συνήθη γυμνάσια κατ' ὀλίγον ἐπανάγειν. ἐν τούτῳ δὲ τῷ καιρῷ, καὶ τοῖς διαφορητικοῖς ἀλείμμασι χρηστέον, ὧν καὶ πρόσθεν μὲν ἐμνημόνευσα, καὶ αὖθις δ' ὑπὲρ αὐτῶν ἐρῶ. οὐ μὴν ἐμέτοις χρῆσθαι συμβουλεύω, κατὰ τὰς τοιαύτας διαθέσεις, ὥσπερ ἐνίοις ἔδοξεν ἰατροῖς τε καὶ γυμνασταῖς, ἐξαπατηθεῖσιν, ὡς οἶμαι πρὸς τῶν ὑπὸ Φιλοτίμου τε καὶ Πραξαγόρου γεγραμμένων, ἐπὶ ταῖς τῶν τοιούτων χυμῶν θεραπείαις. οὐ γὰρ ὅταν κοπώδεις διαθέσεις πλεονάζωσιν, ἀλλ' ἐπειδὰν μόνοι λυπῶσιν ἔμετοι αὐτοὺς ἐκκενοῦσιν. οὐδεὶς γὰρ κίνδυνος ἀντισπασθῆναι τηνικαῦτα βιαιότερον ἔσω, τῶν κατὰ σάρκα περιττωμάτων· ὥσπερ ὅταν ἄμφω πλεονάζῃ, τὰ μὲν ὠμὰ κατὰ τὰς πρώτας φλέβας, ἐν δὲ τοῖς στερεοῖς, τὰ δακνώδη. φυλάττεσθαι γὰρ τῶν τοιούτων ἄμεινόν ἐστιν,

quod ab initio est indutum amittit; post verò dimidio aceti adiecto, rursus coquendum, donec qualitatum omninò sit vnitas, nec acetum crudum etiam appareat. Conficitur sanè oxymeli etiam tribus statim ab initio mixtis, ad hunc modum. Aceti vni parti additur mellis duplum, & aquæ quadruplum, atque hæc ad tertiam partem coquuntur vel etiam quartam, spuma interim detracta. Quòd si valentius id facere studes, tantundem iniicies aceti, quantum mellis. Apomeli verò optimum ex aqua conficitur, bibitúrque tota æstate refrigerantis vice. Potest verò, cui id libet, & ad quam proposuimus affectionem, eo commodè vti, potissimum vbi coacuit; id quod ei sæpè contingit, aliàs magis, aliàs minus, vtpote ex aqua confecto non pluuia, sicut mulsa, sed qualibet; quanquam potest, qui volet, & ex pluuia aqua id conficere, ipséque si pluuiam aquam probarem, id suaderem. Verùm nec ipsam probo, & nihilo est deterius, si acescit, potissimum ad ea quæ nunc sunt proposita. Quin imò mediocriter etiam acidum, quod saltem non omninò incuriosè est confectum. Sanè cura conficiendi in eo est, vt nec fauus admodum sit vitiosus, coquatúrque bene in fontana aqua, quæ & pura sit, & grata. Oportet enim expressum à fauis mel eatenus in aqua coquere, quoad nulla inde spuma existat. Ergo tum hac vtendum potione est, tum verò è vinis iis quæ leuiter acescunt, nutriendum præterea cibis est, qui citra calorem extenuent, cuiusmodi capparis est ex oxymelite, vel aceto & oleo sumpta ad duos vel tres dies, vt dictum est. Quòd si crudos iam succos satis attenuatos speras, vinum dabis, quod & substantia sit tenue, & colore fuluum albúmve: hoc enim & ad succi bonitatem & concoctionem facit, illud vrinam mouet. Sunt verò in Italia prioris generis Falernum, & Surrentinum: posterioris Sabinum, & Albanum, & Adrianum. In Asia verò prioris generis Lesbium, & Ariusium, secundi Titacazenum, & Arsyinum. Atque hæc exempli tantum gratia protulimus. Sunt autem & alia multa tum in Italia, tum in Asia, & cæteris nationibus, quæ his sunt similia, ex quibus facere delectum conueniet ad eas, quas diximus, notas respicientes nempe colorem ac substantiam, crassa verò & nigra reiicere, vt quæ tum malum succum gignant, tum tardè penetrent. Quod si his adhibitis meliùs habere se senserit, etiam lauare tum hominem debebis, vngeréque ac molliter fricare. Vt verò primùm vrinæ hypostasim habuerunt tum frictiones augere, tum ad consuetas exercitationes paulatim reducere. Hoc tempore vnguentis iis quoque vtendum, quæ per halitum euocent, de quibus & ante mentionem feci, & in sequentibus faciam. Haudquaquam tamen in eiusmodi affectibus vomitu vtendum suaserim, sicut nonnullis est visum tum medicis, tum gymnastis falsis (vt opinor) ex iis, quæ à Philotimo, & Praxagora de eiusmodi succorum curatione sunt scripta. Non enim quum lassitudinum affectus abundant, sed quum soli infestant, vomitus eos expellunt; quippe quum nullum periculum sit, ne intro violentius reuellatur aliquid eorum excrementorum quæ in carne constitere, quemadmodum certè est quum ambo redundant, & in primis venis cruda, & in solidis mordacia; caueri enim in talibus satius est vtrum-

vtramque reuulsionem & foràs crudorum, & intrò mordacium. Sicuti igitur in superioribus cauimus, ne crudi succi foràs traherentur, ita ne mordaces reuocentur intrò est vtique cauendum. Præcipuæ verò causæ cur foràs deferantur hæ sunt, exercitatio, & frictio, & balneum, & fomenta calida, vnctio calefaciens, tum ex animi affectibus iracundia, & vno verbo omnia quæ succos qui altè in animantis corpore sunt demersi, ad motum quoquo versus irritant. Cur autem intrò ferantur, ea sunt quæ vtique prohibent foràs ferri; talia sunt ex iis quæ cuti vicina sunt, & quæ frigida sunt, & quæ adstringunt: ad hæc, quæcunque succos *introrsus* attrahunt, aut aliàs quoquomodo ipsorum intrò motum excitant, quorum sunt tristitia, & horror quacunque de causa ortus; quippe quum ex calida causa, & frigida tum horrorem gigni, tum etiam rigorem, qualem supra descripsimus, est ostensum: præterea quæ auditu visúve, animo aut stuporem, aut horrorem incutiunt. Hæc itaque omnia deuitanda tum sunt, quum idem homo pariter & lassitudinem sentit, & venas habet crudis succis refertas. Nam neque qui extrà sunt, rectè intrò reuocantur, neque qui intus sunt, foràs; imò qui foris sunt, leuiter educendi per halitum sunt: si quidem quæ vehementius id faciunt, etiam eorum quæ intus sunt, aliquid attrahunt. Qui verò intus sunt, ij attenuandi coquendique sunt. Quòd si vel vomitu eos, vel alui deiectione educere violentiùs tentes, vtique eorum qui foris sunt, aliquid intrò rapueris. Neque accusandi sunt Philotimi sectatores, si tali vsi sunt expulsione, vbi citra vllum alium affectum crudorum abundantia in primis venis constitit; quin potius nos ipsos assuefacere par est, vt veterum scripta diligentius inspiciamus. Ergo quibus intus crudi succi copia est, & foris lassitudinis sensus, iis hyssopum in mulso coquens, non statim, nec primo die, sed sequentibus dabis; vomitu verò abstinebis, veritus (vt diximus) ne quid excrementi externi intrò rursum reuocetur. Praxagoras verò ac Philotimus rationabiliter post eiusmodi mulsum, vomitum probant, propterea quòd crudos citra lassitudinem succos curant.

A ἑκατέρας τὰς ἀντισπάσεις, ἔξω μὲν τὴν τῶν ὠμῶν, ἔσωθεν δὲ τὴν τῶν δακνωδῶν. ὥσπερ οὖν ἐφυλαξάμεθα, κατὰ τὸν ἔμπροσθεν λόγον, ἔξω τοὺς ὠμοὺς ἐπισπᾶσθαι χυμούς, οὕτω χρὴ φυλάττεσθαι τοὺς δακνώδεις ἀντισπᾶν ἔσω. κεφάλαια δὲ τῆς μὲν ἔξω φορᾶς αὐτῶν εἰσι γυμνάσια, καὶ τρίψεις, καὶ λουτρά, καὶ θάλπος, ἀλείμματά τε θερμαίνοντα, καὶ τῶν ψυχικῶν παθῶν, ἡ ὀξυθυμία, καὶ ἁπλῶς εἰπεῖν ἅπαντα ὅσα τοὺς ἐν τῷ βάθει τοῦ ζώου χυμούς, εἰς τὴν πανταχόθεν κίνησιν ἐξορμᾷ. τῆς δ' εἴσω, τὰ ἀποτρέποντα τῆς ἔξωθεν φορᾶς· ἔστι δὲ δή που ταῦτα τῶν ὁμιλούντων τῷ δέρματι, τά τε ψυχρὰ καὶ στύφοντα, B καὶ ὅσα πρὸς τούτοις ἐπισπᾶται τοὺς χυμούς, ἢ ἄλλως ὁπωσοῦν ἐπεγείρει τὴν ἔσω κίνησιν αὐτῶν, ἐξ ὧν ἐστι λύπη, καὶ φρίκη, καθ' ἣν τινοῦν αἰτίαν γινομένη· καὶ γὰρ καὶ ψυχρὸν αἴτιον, καὶ θερμὸν ἐδείχθη, φρίκη τε καὶ ῥίγος γινόμενον, καὶ διὰ τῶν ἐκπληττόντων τε καὶ φοβούντων τὴν ψυχήν, ἢ τοι ἀκουσμάτων, ἢ θεαμάτων. ἅπαντα οὖν τὰ τοιαῦτα φυλακτέον ἐστίν, ἐπειδὰν ἅμα τε κοπώδης ὁ αὐτὸς ἄνθρωπος ᾖ, καὶ τὰς φλέβας ἔχῃ μεστὰς ἀπέπτων χυμῶν· οὔτε γὰρ τοὺς ἔξω χυμοὺς ἀντισπᾶν ἔσω καλόν, οὔτε τοὺς ἔνδον, ἔξω. ἀλλὰ τοὺς μὲν ἔξω, διαφορεῖν ἀτρέμα· τὰ γὰρ ἰσχυρότερον τοῦτο δρῶντα, C καὶ τῶν ἔνδοθεν ἐπισπᾶταί τι. τοὺς δ' ἔνδον λεπτύνειν, τε καὶ συμπέττειν. εἰ δ' ἤτοι δι' ἐμέτων, ἢ διὰ γαστρὸς ὑπαγωγῆς ἐπιχειρήσαις αὐτοὺς ἐκκενῶσαι σφοδρότερον, ἐπισπάσῃ τινὰς ἐκ τῶν ἔξωθεν ἔσω. τοὺς δὲ περὶ τὸν Φιλότιμον οὐ χρὴ μέμφεσθαι, τῇ τοιαύτῃ κενώσει χρωμένους· ὅταν ἐν ταῖς πρώταις φλεψί, πλῆθος ὠμῶν περιέχηται χωρὶς ἑτέρας διαθέσεως· ἀλλὰ μᾶλλον ἡμᾶς αὐτοὺς ἐθιστέον, ἀκριβέστερον ἕπεσθαι παλαιοῖς γράμμασιν. εἰς αὐτὸ μὲν οὖν τὸ μελίκρατον ὕσσωπον ἀφέψοντες, οὐκ εὐθέως μέν, οὐδ' ἐν τῇ πρώτῃ τῶν ἡμερῶν, ἐν δὲ ταῖς ἑξομέναις δώσομεν, ἐφ' ὧν ἅμα τε τὸ πλῆθος τῶν ὠμῶν χυμῶν ἔνδον, ἥ τε κοπώδης αἴσθησις ἔξω. D τοὺς δ' ἐμέτους παραιτησόμεθα, δεδιότες, ὡς εἴρηται τῶν ἔξωθέν τι περιττωμάτων εἴσω παλινδρομῆσαι. Πραξαγόρας δὲ καὶ Φιλότιμος, εὐλόγως ἔμετον ἐπὶ τοιούτῳ μελικράτῳ παραλαμβάνουσιν, ὠμοὺς χυμοὺς θεραπεύοντες, ἄνευ κοπώδους διαθέσεως.

CAPVT VII.

De vlceroso affectu cui cruditas in extremo corporis habitu sit coniuncta: ac de parando medicamento Diacalaminthes.

CÆterùm quoniam de his abundè dictum est, tempus monet reliquum aggrediamur affectum, in quo cum vlceroso sensu etiam crudorum copia in corporis habitum est recepta. Accidunt hæc in iis maximè negotiorum circunstantiis, in quibus aut calor, aut immodicus labor crudos succos à venis in carnem rapit; idque iis qui nullam ad præsens recentem cruditatem contraxerunt. Quippe hæc si adsit, vniuersum ita corpus crudis succis replebitur; quemadmodum verò hunc affectum curare oporteat, etiam postea dicetur à nobis. Verùm quoniam compositum omne posterius simplici est, præstat (arbitror) reliquum simplicem affectum prius expedire, ac deinde ad compositos venire: quanquam ne hunc quidem omninò simplicem oportet existimare, sed vt inter lassitudines sua sponte ortas simplicem. Proposito

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ζ'.

Περὶ τῆς ἑλκώδους διαθέσεως, καθ' ἣν τὸ τῶν ὠμῶν πλῆθος εἰς τὴν ἕξιν ἀνελήφθη· καὶ περὶ τῆς κατασκευασίας τοῦ διὰ τῆς καλαμίνθης φαρμάκου.

E Ἀλλ' ἐπεὶ καὶ περὶ τούτων αὐτάρκως εἴρηται, καιρὸς ἂν εἴη τῆς ὑπολοίπου διαθέσεως ὑπάρξασθαι, καθ' ἣν ἅμα τῇ ἑλκώδει διαθέσει, καὶ τὸ τῶν ὠμῶν πλῆθος, εἰς τὴν ἕξιν ἀνελήφθη. γίγνεται δὲ ταῦτα, κατ' ἐκείνας μάλιστα τὰς περιστάσεις τῶν πραγμάτων, ἐν αἷς, ἤτοι θάλπος, ἢ γυμνάσιον ἄμετρον, ἐκ τῶν φλεβῶν εἰς τὰς σάρκας ἀναρπάζει τοὺς ὠμοὺς χυμούς, οὐδεμίαν ἐν τῷ παρόντι πρόσφατον ἀπεψίαν ἠπεπληκότων, ὡς εἴ γε καὶ τοῦτο συνέλθοι, σύμπαν οὕτως ἐμπλησθήσεται τῶν ὠμῶν χυμῶν τὸ σῶμα· F καὶ λεχθήσεται μὲν ὀλίγον ὕστερον ὡς χρὴ καὶ τὴν τοιαύτην ἐπανορθοῦσθαι διάθεσιν. ἀλλ' ἐπεὶ τὸ σύνθετον ὕστερόν τε ἐστι, καὶ δεύτερον τῶν ἁπλῶν, ἄμεινον ἂν εἴη περὶ τῆς ὑπολοίπου διαθέσεως ἁπλῆς διελθόντας, ἐπὶ τὰς συνθέτους αὖθις ἰέναι. καίτοι γε οὐδὲ ταύτην ἀκριβῶς ἁπλῆν χρὴ νομίζειν, ἀλλ' ὡς ἐν αὐτομάτοις κόποις ἁπλοῦν. προκει-

μένης γὰρ τῆς τὸν κόπον ἐργαζομένης διαθέσεως, ἐπιμίγνυμεν αὐτῇ τὰς ἄλλας. ἀλλ᾽ ὅτι καὶ κατὰ τὴν μίξιν, ἐνίοτε μὲν ἁπλῆ, καὶ μία μίγνυται διάθεσις, ἐνίοτε δὲ σύνθετος, οὕτως ὠνομάσαμεν ἁπλῆν, ὑφ᾽ ἧς ὁ λόγος ἐνέστηκεν. ἔστω δὲ τὸ πλῆθος τῶν ὠμῶν χυμῶν, ἐν τοῖς στερεοῖς τοῦ ζώου μέρεσιν, οὐκ ἐν ταῖς φλεψίν, ἅμα τῷ καὶ τὴν ἑλκώδη τοῦ κόπου διάθεσιν, ἐν τοῖς αὐτοῖς ὑπάρχειν. ἡ γὰρ ἐξ ἀρχῆς ὑπόθεσις τοῦ λόγου τοιαύτη τις ἦν. ὥσπερ οὖν ἐφ᾽ οἷς κατὰ τὰς φλέβας ἦν, καὶ μάλιστα κατὰ τὰς πρώτας, τὸ πλῆθος τῶν ὠμῶν, ἐφυλαττόμεθα τὰ θερμαίνοντα, δεδιότες εἰς τὴν ἕξιν ἀναληφθῆναι τοὺς τοιούτους χυμούς, οὕτω νῦν οὐδὲν χρὴ δεδιέναι. δοτέον οὖν αὐτοῖς ὅσα μέχρι τοῦ δέρματος ἐκτείνει τὴν θερμότητα, καὶ ἀνατριπτέον ἐπὶ πολὺ ἐλαίῳ χαλαστικῷ, καὶ μάλιστα μετὰ τὸν ὕπνον ἕωθεν ἐξαναστάντας· ἡ γὰρ τοιαύτη τρῖψις, ἅμα τε πέττει τοὺς ὠμοὺς χυμούς, καὶ τρέφει τὸν ὄγκον τοῦ ζώου. χρὴ δ᾽ ἡσυχάσαι μετὰ ταῦτ᾽ ἄχρι πλέονος, εἰ μέλλοι καλῶς γενήσεσθαι ταῦτα. πολὺ δ᾽ ἐναργέστερον ἀνύσειεν, οὗ χάριν γίνεται, βραχέα τε σιτία προσενηνεγμένου, κατὰ τὴν προτεραίαν τοῦ ἀνθρώπου, καὶ μηδὲν ἐπὶ τῷ δείπνῳ πίνοντος (ἄλλος) πλὴν κιρροῦ καὶ λεπτοῦ οἴνου. μὴ γυμνάζεσθαι δὲ συνεχῶς, καὶ σφοδρῶς αὐτίκα, μή πη λάθωμεν ἀπέπτῳ (ων) ἔτι χυμῷ ἀναγκάζοντες τρέφεσθαι τὸ σῶμα. βέλτιον οὖν ἕωθεν ἐπὶ πλέον ἀνατρῖψαί τε, καὶ μετὰ ταῦτα ἡσυχάσαι, περιπατῆσαί τε τὰ μέτρια, καὶ αὖθις χρήσασθαι τρίψει πολλῇ, καὶ λουτρῷ συμμέτρῳ θερμῷ, καὶ τροφαῖς εὐχύμοις τε ἅμα, καὶ μὴ γλίσχροις. εἴρηται δ᾽ ἔμπροσθεν αὐτῶν ἡ ὕλη, πτισσάνην ἐπαινούντων ἡμῶν εἰς τὰ τοιαῦτα, καὶ τοὺς πετραίους ἰχθύας, καὶ τῶν ὀρνίθων τοὺς ὀρείους. ἐπιτήδεια δέ, καὶ τὰ λεπτύνοντα τῶν ἐδεσμάτων, ὑπὲρ ὧν ἐν ἰδίᾳ γέγραπται βιβλίον. εὐλαβεῖσθαι δὲ χρὴ μηδέν, εἰ καὶ θερμαίνοι σφοδρῶς, ἀλλὰ καὶ τὸ διὰ τῆς καλαμίνθης φάρμακον ἀδεῶς λαμβάνειν. ἔστι δέ, ἡ σύνθεσις αὐτοῦ τοιαύτη. καλαμίνθης, καὶ γλήχωνος, καὶ πετροσελίνου, καὶ σεσέλεως ἑκάστου, ἀνὰ ℥ β΄. σελίνου σπέρματος, κορύμβων θύμου, ἀνὰ ℥ δ΄ ἑκατέρου, καὶ πρὸς τούτοις ἔτι, λιβυστικοῦ μὲν ℥ ἑκκαίδεκα, πεπέρεως δὲ ὀκτὼ καὶ μ΄. πεπέρεως μὲν οὖν ἔστω τὸ βαρύσταθμον ὀνομαζόμενον. σέσελι δέ, τὸ Μασσαλεωτικόν· πετροσέλινον δέ, τὸ Μακεδονικόν· καὶ τούτου μάλιστα τὸ Ἀστρεωτικόν· ἡ καλαμίνθη δέ, καὶ ἡ γλήχων, μάλιστα μὲν ἐκ Κρήτης, εἰ δὲ μή, ἀλλ᾽ ἐκ χωρίων ὑψηλῶν τε καὶ ξηρῶν. ὡσαύτως δὲ καὶ τὰ θύμα. τὰ μὲν οὖν ξυλώδη, καὶ σκληρὰ τῶν βοτανῶν ἀπορρίπτειν, λαμβάνειν δ᾽ εἰς τὸ φάρμακον, τὰ φύλλα, καὶ τούτων μάλιστα τὰ λεπτότατά τε, καὶ εὐθαλέστατα, καὶ ἐπ᾽ ἄκραις ταῖς βοτάναις, καὶ πρὸς αὐτοῖς, ἄνθη τε, καὶ τὰ σὺν αὐτοῖς λεπτότατα κάρφη. κόπτειν δ᾽ ἅμα σύμπαντα, καὶ διαττᾶν χρὴ διὰ λεπτοῦ κοσκίνου· μάλιστα γὰρ εἰς ὅλην τὴν ἕξιν τοῦ ζώου, τὰ τοιαῦτα φάρμακα ἀναδίδοται, καθάπερ γε τὰ παχύτερα κατὰ τὴν γαστέρα μένει, τοῖς στενοῖς στόμασι τῶν φλεβῶν ἐναρμοσθῆναι μὴ δυνάμενα, καὶ διὰ τοῦτο, καὶ τὸ Διοσπολιτικὸν ὀνομαζόμενον φάρμακον, οὗ κατὰ τὸν ἐνεστῶτα λόγον ἔμπροσθεν ἐμνημόνευσα, παχυμερέστερον εἴωθα σκευάζειν, ἐπειδὰν ὑπαχθῆναι τὴν γαστέρα δι᾽ αὐτοῦ δεήσῃ· καί τις οὐκ εἰδὼς τοῦτο, λεπτότατόν τε καὶ χνοωδέστατον ἐργασάμενος αὐτό, τὴν μὲν ὑποχώρησιν οὐδέν τι προὔτρεψεν, οὖρα δ᾽ ἐκίνησεν οὐκ ὀλίγα, καὶ ἡμῖν ἐκοινοῦτο, θαυμάζων τε ἅμα, καὶ ζητῶν τοῦ γεγονότος τὴν ἀληθινὴν αἰτίαν. αὐτὸς μὲν γὰρ ἔφη, νομίζειν ἰδιοσυγκρασίαν τινὰ τοῦ ἀνθρώπου, καὶ γὰρ ἐκάλεσεν οὕτως, αἰτίαν εἶναι τοῦ συμβεβηκότος.

A namque nobis affectu qui lassitudinem excitat, adiicimus illi reliquos: sed quia in mixtione aliàs simplex vnaque affectio additur, aliàs composita; ita simplicem appellauimus hanc, de qua nunc agimus. Esto igitur crudi succi copia in solidis animalis partibus, non in venis; cui accedat vlcerosæ lassitudinis in his ipsis affectus; quippe talis erat ea hypothesis de qua inter initia sermonis loqui instituеramus. Sicuti igitur in quorum venis & præcipuè in primis, crudorum copia erat, iis esse à calidis cauendum censuimus, veriti ne eiusmodi succi in habitum corporis pertraherentur, ita nunc id timere non oportet. Ergo

B danda his sunt quæ vel ad cutim vsque calorem suum transmittunt: fricandúmque largiter oleo quod relaxandi vim habeat, ac potissimum mane, quum surgunt à somno; nam huiusmodi frictio simul concoquit crudum succum, & corpoream molem animantis nutrit. Quiescendum verò post hæc diu est, siquidem probè sint cessura. Sanè multò euidentius efficiant, cuius gratia fiunt, si homo exiguum cibum pridie sumpserit: nec aliud à cœna bibat, quàm vinum, quod fuluum sit ac tenue. Nec verò illicò exercitandum assiduè & vehementer est, necubi imprudentes crudo adhuc succo nutriri corpus coga-

C mus. Vtilius itaque fuerit mane largius fricare, & post id diu quiescere, ac modicè inambulare; tum denuò multa vti frictione, & balneo modicè calido, præterea alimentis quæ & boni sint succi, & minimè glutinosa. Eorum materia supra iam dicta est, vbi ptissanam ad talia laudaui, & pisces saxatiles, & aues monticolas. Apti cibi sunt & qui attenuant, de quibus scripsimus vno libro. Nec est quòd verearis, ne calorem vehementer accendas: quin imò medicamen quod diacalamithen vocant, audacter dabis. Est verò compositio eius huiusmodi. Accipe calaminthes,

D & pulegij, & petroselini, & seseleos, cuiusque vncias duas: seminis apij, cacuminum thymi, vtriusque vncias quatuor: ad hæc libystici vncias xvi. piperis verò octo, & quadraginta. Ac piper quidem esto quod ponderosum appellant. Seseli verò Massiliense, petroselinum Macedonicum; huiusque præcipuè Astreoticum: calaminthe & pulegium potissimùm ex Creta, sin minus, certè ex regionibus editis, & siccis: simili ratione & thymum. Atque herbarum quidem quicquid lignosum durumque est, id abiiciendum: accipienda verò ad medicamenta folia, atque ex

E his maximè quæ subtilissima virentissimáque sunt, atque in summis herbis nata; ad hæc flores, & quæ cum iis sunt vnà, minutissimas tenuissimasque festucas. Hæc omnia simul tundenda cribrandáque sunt tenui cribro; quippe eiusmodi medicamenta in totum corporis habitum maximè distribuuntur: veluti è diuerso crassiora in ventre hærent, vt quæ angusta venarum oscula subire nequeant. Quamobrem etiam medicamentum, quod diospoliticon vocant, cuius in hoc libro antea mentionem feci, crassum facere soleo, quoties deiicere aluum per id studeo. Quidam verò id

F non intelligens, quum tenuissimum minutissimúmque instar pollinis fecisset, vt aluo deiiciendæ nihil contulit, sed vrinam planè multam mouit, mecum rem communicauit, miratus, ac sciscitans euentus eius veram causam. Ipse enim arbitrari se aiebat hominis propriam & peculiarẽ temperiem (nam ita appellabat) eius quod inciderat, causam esse:

esse: vt verò propriam causam didicit esse compositionis rationem, postmodum aliter composuit meliore successu. Ac huius quidem præcepti in omnium medicamentorum compositione meminisse expedit: propositum verò in præsenti medicamentum, omnia prorsus subtilia postulat, quo facilè in omnem corporis partem digerantur ferantúrque. Miscendum verò his ita præparatis est mel optimum curiosè despumatum. Porrò vsus eius erit post matutinam frictionem, & ante exercitationem & balneum. Licet & sine admixto melle siccum medicamentum reponere, eóque salis vice præparati ad obsonia vti. Licet & in ptissanam veluti acetum iniicere, vel eiusmodi aliquid pro pipere. Non modò autem siccum ipsum medicamentum, salis ritu in vario est vsu, sed etiam quum melli est admixtum; siquidem id quoque potest cum aliquo cibo mixtum sumi, ita vt iucundum vtenti sit. Post cibum tamen nunquam nec hoc medicamentum, nec aliud vllum, quod ad distributionem vehementiorem faciat, sumendum est: non enim distribui tunc, sed concoqui quæ sumpta sunt, est vtilius. Melius itaque fit iis, qui externo aliquo præsidio ad concoctionem egent, hoc tempore exhiberi medicamentum cuius compositionem ante exposui: voco autem ipsum diatrionpipereωn simplex. Quin etiam ipsum piper potioni inspersum, percommodum est ad ea de quibus agimus; quòd siqua fortasse maior necessitas inciderit, etiam quod ex succo mali cydonij conficitur, cuius omnem compositionem viresque diligenter in sequentibus explicabimus. Verùm ad ea quæ nunc agimus, omnium quæ mihi cognita sunt, optimum medicamentum est diacalaminthes: nam & crassa lentáque attenuat, & per halitum educit, & vrinas mouet, & mulieribus menses. Est autem vsu quoque iucundissimum, præsertim quum liberalius mel accepit: quo tempore coqui largius postulat. Qui verò auersantur dulcia, & mel fugiunt (nam eiusmodi quoque naturas inuenias) iis parum in compositione miscebis. Sanè melius his quoque fuerit si largius coquatur; nam & minus est eo pacto dulce, & minus stomachum eorum, qui à melle naturaliter abhorrent, subuertit. Atque omnia quidem huiusmodi, vel ante nostram admonitionem sibi ipsi quis excogitabit, vnum scilicet vbique destinans; nempe vt quoad fieri licet, iucundissimum fiat medicamentum, sed tamen virium eius vtilitate seruata: non enim hanc, dum voluptati indulgemus, solui iubeo. Vbi igitur circiter duos vel tres primos dies ita præparatus homo est, non incommodum fuerit etiam consuetis eum exercitationibus admouere, animaduersis prius tum coloris bonitate, tum aliis notis quæ in præcedentibus sunt comprehensæ. Nam si omnia commodè se habere videntur, plenè exercendus est; sin minus etiam ante mediocritatem desistet: ac in priùs dictis tum victu, tum medicamentis eo die habendus: postridie rursus exercitationi dandus, super iisdem tum notis, tum scopis, vt quum omnia ex sententia, commodáque appareant, ad eandem victus rationem reuoces cui ante insueuit quàm lassitudinis symptomate vrgeretur.

A ὡς δὲ ἔμαθεν, ὅτι τὸ τῆς συνθέσεως εἶδος αἴτιον ἰδίων ὑπῆρχεν, αὖθις ἑτέρως ἐσκεύασε, τυχὼν τοῦ σκοποῦ. τούτου μὲν οὖν τοῦ παραγγέλματος ἐπὶ πάσης συνθέσεως φαρμάκου, ἄμεινον μεμνῆσθαι. τὸ δὲ προκείμενον ἐν τῷ παρόντι λόγῳ φάρμακον, ἀκριβῶς ἅπαντα λεπτὰ λαμβανέτω, χάριν τοῦ ῥᾳδίως ἀναδίδοσθαί τε καὶ φέρεσθαι πάντα. μιγνύσθω δὲ τοῖς οὕτω παρεσκευασμένοις, μέλι τὸ κάλλιστον, ἀκριβῶς ἀπηφρισμένον. ἡ δὲ χρῆσις αὐτοῦ γιγνέσθω κατὰ τὴν ἑωθινὴν ἀνάτριψιν, καὶ πρὸ τῶν γυμνασίων δὲ καὶ λουτρῶν. ἔξεστι δὲ, καὶ χωρὶς τοῦ μῖξαι τὸ μέλι, ξηρῷ τῷ φαρμάκῳ, φυλάξαντα χρῆσθαι, παραπλησίως ἁλσὶ τοῖς εἰς ὄψα παρεσκευασμένοις. B ἔξεστι δὲ καὶ εἰς πτισάνην ἐμβάλλειν ὡς ὄξος, ἤ τι τοιοῦτον ἀντὶ πεπέρεως. οὐ μόνον δὲ τὸ ξηρὸν ἁλῶν δίκην ἐστὶ πολὺ χρηστὸν, ἀλλὰ καὶ τὸ σὺν τῷ μέλιτι. καὶ γὰρ καὶ τοῦτο δυνατὸν ἀναμιγνύντα τοῖς ἐδέσμασιν, ἀποχρεῖσθαι μετά τινος ἐξ αὐτῶν, ὡς ἡδὺ τῷ χρωμένῳ φαίνεσθαι. μηδὲν μέντοι μετὰ τὴν τροφὴν, μηδέποτε λαμβάνειν, μήτε τοῦτο, μήτ' ἄλλο τι φάρμακον, ἀνάδοσιν ἰσχυροτέραν ἐργαζόμενον. οὐ γὰρ ἀναδίδοσθαι τηνικαῦτα βέλτιον, ἀλλὰ πέττεσθαι τοῖς ληφθεῖσιν. ἄμεινον οὖν ἐστι, τοῖς ἐπικουρίας τινὸς ἔξωθεν εἰς πέψιν δεομένοις, C ἐν τούτῳ τῷ καιρῷ δίδοσθαι φάρμακον, οὗ τὴν σύνθεσιν ἔμπροσθεν ἐδήλωσα. λέγω δὲ τὸ διὰ τριῶν πεπέρεων ἁπλοῦν. καὶ αὐτὸ δὲ τὸ πέπερι μόνον ἐπιπαττόμενον τῷ ποτῷ, χρηστὸν εἰς τὰ παρόντα, καὶ εἴπερ ἄρα μείζων τις εἴη χρεία, καὶ τὸ διὰ χυλοῦ τῶν κυδωνίων μήλων, οὗ τὴν σύνθεσιν ἅπασαν ἐρῶ καὶ τὴν δύναμιν, ἀκριβῶς ἐξηγησάμενος κατὰ τὸν ἑξῆς λόγον. εἰς δὲ τὰ προκείμενα νῦν, ἁπάντων ἄριστον φάρμακον, ὧν ἐγὼ γινώσκω, τὸ διὰ τῆς καλαμίνθης ἐστί. καὶ γὰρ λεπτύνει τὰ παχέα, καὶ γλίσχρα, καὶ διαφορεῖ, καὶ οὔρησιν κινεῖ, καὶ καταμήνια γυναιξίν. ἔστι δὲ καὶ ἥδιστον ἐν τῇ D χρήσει, καὶ μάλισθ' ὅταν λάβῃ πλείονος τοῦ μέλιτος. ἑψεῖσθαι δ' ἐπὶ πλέον αὐτὸ χρὴ τηνικαῦτα. τοῖς δ' ἀπεστραμμένοις τὰ γλυκέα, καὶ φεύγουσι τὸ μέλι, καὶ γὰρ τοιαῦται μέν τινες εὑρίσκονται φύσεις, ὀλίγον ἐν τῇ συνθέσει μιγνύσθω τὸ μέλι. βέλτιον δὲ καὶ μᾶλλον ἑψεῖσθαι τούτοις, καὶ γὰρ ἧττον οὕτως ἐστὶ γλυκὺ, καὶ ἧττον ἀνατρέπει τὸν στόμαχον, ἐπὶ τῶν ἀπεστραμμένων φύσει τὸ μέλι. τὰ μὲν δὴ τοιαῦτα πάντα, καὶ αὐτός τις ἐπινοείτω πρὸ τῆς ἡμετέρας συμβουλῆς, ἕνα κοινὸν ἐν ἅπασι διαφυλάττων σκοπὸν, ἥδιστον γίγνεσθαι τὸ φάρμακον εἰς ὅσον ἐγχωρεῖ, φυλαττομένης αὐτοῦ τῆς εἰς τὴν ὠφέλειαν δυνάμεως. E οὐ γὰρ δὴ ταύτην γ' ἐκλῦσαι κελεύω, τῆς ἡδονῆς στοχασάμενος. ὅταν οὖν ἐπὶ δύο που τὰς πρώτας ἡμέρας, ἢ τρεῖς οὕτως ᾖ παρεσκευασμένος ὁ ἄνθρωπος, οὐδὲν ἂν εἴη χεῖρον, ἤδη καὶ γυμνάσασθαι διὰ τῶν συνήθων αὐτῷ, ἀποπειρώμενον εὐχροίας τε καὶ τῶν ἄλλων σημείων, ἃ κατὰ τὸν ἔμπροσθεν εἴρηται λόγον. εἰ μὲν γὰρ ἅπαντά σοι χρηστὰ φαίνοιτο, τελέως γυμνάζειν αὐτόν. εἰ δὲ μὴ, προκαταπαύειν τε τοῦ συμμέτρου, καὶ τοῖς εἰρημένοις πρὶν διαιτήμασί τε καὶ φαρμάκοις φυλάξαντα, κατ' ἐκείνην τὴν ἡμέραν, αὖθις ἐπιχειρεῖν τῷ γυμνασίῳ κατὰ τὴν ὑστεραίαν, ἐπὶ τοῖς αὐτοῖς σημείοις τε καὶ F σκοποῖς. ἵν' ὅταν ἤδη πάντα ἄμεμπτα φαίνηται, πρὸς τὴν αὐτὴν δίαιταν ἐπανάγῃς αὐτὸν, ἣ καὶ πρὶν ἁλῶναι τῷ κοπώδει συμπτώματι συνήθης ἦν.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Η΄.

Περὶ ἀκόπου τοῦ ἐξ ἐλάτης σπέρματός τε, καὶ τοῦ τῆς αἰγείρου ἀνθῶν· καὶ περὶ τῆς τῶν ὑπολοίπων φαρμάκων τῶν τῇ προκειμένῃ διαθέσει χρησίμων κατασκευασίας.

Ἐπεὶ δὲ καὶ τῷ τῆς ἐλάτης ἀκόπῳ φαρμάκῳ χρῆσθαι συμφέρει, τοῖς κατὰ τὴν σάρκα τε καὶ τὸν ὄγκον ἅπαντα τοῦ ζώου χυμοὺς ἠθροικόσιν, ἤτοι πεφθῆναι δεομένους, ἢ διαφορηθῆναι, οὐδὲν ἂν εἴη χεῖρον εἰπεῖν τι καὶ περὶ τῆς ἐκείνου συνθέσεως. ἔστι μὲν οὖν ὡραιότατον αὐτῆς τὸ σπέρμα, περὶ τὴν ἐπιτολὴν τοῦ ἀρκτούρου. ὅστις καιρὸς ἐν Ῥώμῃ μὲν ὁ καλούμενος μήν ἐστι Σεπτέμβριος· ἐν Περγάμῳ δὲ παρ' ἡμῖν ὑπερβερεταῖος· Ἀθήνησι δὲ μυστήρια. ἐλαίῳ δὴ ἐμβάλλειν αὐτὸ χρή, καθ' ἣν ἂν θέλῃς ὥραν τοῦ ἔτους, οὐδεμία γὰρ ὅσον ἐπὶ τούτῳ διαφορά. βέλτιον δὲ εἰ καὶ θλάσας ἐμβάλλοις αὐτό· θᾶττον γὰρ οὕτω τὸ ἔλαιον ἐμπλήσει τῆς ἰδίας ποιότητός τε καὶ δυνάμεως. εἴη δ' ἂν ὁ χρόνος οὗτος ἐλάχιστος ἡμερῶν μ΄. πολλάκις δ' ἡμεῖς καὶ τρεῖς, καὶ τέτταρας, καὶ πολὺ πλείους μῆνας ἐπετρέψαμεν ἐμβραχῆναι, κἄπειθ' οὕτως ἀπερρίψαμεν τὸ σπέρμα, τὸ δ' ὑγρὸν ὀθονίῳ διηθήσαμεν. ἔστω δὲ τὸ μὲν ἔλαιον, ἕν τι τῶν χαλαστικῶν, οἷόν περ ἐν Ἰταλίᾳ τὸ Σαβῖνον, ἐμβαλλέσθω δ' εἰς τὰς εἴκοσι καὶ πέντε κοτύλας αὐτοῦ, μόδιος Ἰταλικὸς τοῦ σπέρματος τῆς ἐλάτης. οὐσῶν δὲ καὶ τῶν κοτυλῶν Ἰταλικῶν ἃς δὴ καὶ λίτρας ὀνομάζουσι. βραχέντος δ' ἐν αὐτῷ τοῦ σπέρματος, πολλῷ δηλονότι μεῖον γίνεται. σύμμετρον δ' οὖν ἐστι τῷ καταλειφθέντι, κηροῦ μὲν λίτρας ἐμβαλεῖν τέσσαρας, ῥητίνης δὲ ἐλατίνης τὸ τρίτον τῆς λίτρας μέρος, αἵ περ εἰσὶν ὁλκῆς < β΄ καὶ λ΄· τὸ δ' ἴσον ἐμβαλλέσθω μὲν τῆς στροβιλίνης ῥητίνης· εἰ δ' αὗται μὴ παρεῖεν, ἀντ' αὐτῶν τῇ τερεβινθίνῃ χρῆσθαι. ἕψειν δ' ἄμεινον ἐπ' ἀγγείου διπλοῦ. ἢ πάντως γ' ἐπὶ πυρὸς ἀσθενοῦς, οἷόν ἐστι τὸ τῶν ἀνθράκων, ἔστωσαν δ' οὖν μηδ' οὗτοι πολλοί. τοῦτο τὸ φάρμακον ἐπιτηδειότατόν ἐστιν, εἰς ἅπαντας κόπους αὐτομάτους τε, καὶ οὐκ αὐτομάτους. ἀγαθὸν δὲ καὶ τὸ διὰ τῆς αἰγείρου τῶν ἀνθῶν συντιθέμενον. ἔστι δὲ καὶ τοῦτο τοιόνδε. τῶν ἀνθῶν τῆς αἰγείρου μεμυκότων ἔτι, μόδιος Ἰταλικὸς ἐμβάλλεται λίτραις ἐλαίου Σαβίνου πεντεκαίδεκα, ἢ εἴκοσι. μὴ παρόντος δὲ τοῦ Σαβίνου, τῶν ὁμοίων τι παρασκευαστέον ἐλαίων. εἴρηται δ' ἐν τοῖς ἔμπροσθεν, ὡς ὅμοια πάντ' ἐστὶ, τὰ λεπτομερῆ θ' ἅμα καὶ μὴ στύφοντα. κάλλιον δ' εἰ καὶ μετρίως θλασθὲν, ἐμβληθείη τῷ ἐλαίῳ τὸ ἄνθος. εἰ δὲ καὶ καθ' ἑκάστην διακινοῖτο, καὶ μάλισθ' ὅταν ἥλιος ᾖ θερμὸς ἐν οἰκήματί τε θερμῷ, τὴν ἀπόθεσιν ἴσχῃ, θᾶττόν τε ἂν οὕτω καὶ μᾶλλον ἥ τῆς αἰγείρου ποιότης τε, καὶ δύναμις εἰς τοὔλαιον μετέλθοι. ὥστε σε μετὰ δύο που, καὶ τρεῖς μῆνας δύνασθαι ἐκθλίψαντα τὸ ἄνθος αὐτὸ μὲν ἀπορρῖψαι, τὸ δ' ἔλαιον ἔχειν ἀδήκτως διαφορητικὸν, οὐδέν τι μεῖον τοῦ ἐλατίνου. καὶ μέντοι καὶ κηρὸν, καὶ ῥητίνην ἔξεστιν ἐμβάλλειν αὐτῷ τοσοῦτον, ὅσον ἀρτίως ἐν τῇ συνθέσει τοῦ διὰ τῆς ἐλάτης εἴρηται φαρμάκου. παχὺ δ' εἴ ποτε γένοιτο τὸ ἐκθλιβόμενον ὑγρὸν, ἱκανὸν οὐ μόνον τὸ τέταρτον μέρος, ἀλλὰ καὶ τὸ πέμπτον μίγνυσθαι κηροῦ. ἐγὼ δ' οἶδά ποτε καὶ τὸ ἕκτον ἐμβαλὼν, παχυτέρου τε τοῦ ἐλαίου γενομένου, καὶ τοῦ μέλλοντος αὐτῷ χρῆσθαι χαίροντος ὑγροτέρῳ φαρμάκῳ. τινὲς δ' οὐκ ἀναμένοντες ἐν χρόνῳ πλέονι διαβρέχεσθαι τά τε ἄνθη, καὶ τὰ σπέρματα, τοῦτο μὲν, ἕψειν αὐτὰ δέονται, τοῦτο δ' ὕδωρ ἐμ-

CAPVT VIII.

De Acopis ex semine abietino, & populi floribus; ac de reliquis medicamentis parandis, quæ proposito affectui conueniunt.

A QVoniam verò & acopo, quod ex abiete fit, vti expedit iis qui in carne & tota corporis mole succos congesserunt, qui aut concoqui desiderent, aut per halitum digeri, non abs re fuerit eius quoque compositionem apponere. Est igitur abietis maturissimum semen circa Arcturi B emersum, quo tempore Romæ September mensis est, apud nos verò Pergami Hyperbertæus, Athenis Mysteria. Id semen conijcere oportet in oleum quolibet anni tempore, nullum enim in ea re discrimen est. Melius tamen fuerit si id contundas prius quàm iniicias; ita enim citius oleum sua qualitate, vique inficiet. Et erit id spatium dierum minimum quadraginta. Nos verò sæpe & tres, & quatuor, etiam multò plures menses macerari permisimus: sic deinde semen abiecimus, humidum verò linteo percolauimus. Esto verò eius generis oleum cui relaxandi vis insit: cuiusC modi in Italia Sabinum est. Conijcies autem in quinque & viginti heminas eius, seminis abietis modium Italicum. Esto autem & hemina ipsa Italica, quam vtique & libram nominant. Vbi verò maceratum in eo semen fuerit, multò planè minus redditur. Ei igitur quod reliquum est, idoneus ceræ modus erit, si quatuor libras immiseris, resinæ verò abietinæ libræ vnius partem tertiam: id æquat drachmas triginta duas; Iniicies verò & pineæ resinæ tantundem. Quòd si harum copia non fit, earum loco terebinthina vtendum. Coques verò commodius hæc in vase duplici, aut certè D igni lento, qualis prunarum est: quæ tamen nec ipsæ multæ esse debent. Medicamen hoc aptissimum est ad omnem lassitudinem, seu sponte ortam, seu haud sponte contractam. Vtile sanè medicamentum est & quod ex populi floribus fit. Id tale est. Ex floribus populi adhuc conniuentibus modius Italicus in quindecim aut viginti libras Sabini olei immittitur. Si id præsto non est, simile aliquod præparandum oleum est. Dictum verò in præcedentibus est simile esse, quodcunque tenue est nec vllam adstringendi vim habet. Magis verò ad rem pertinebit, & si modicè E contritum ipsum florem in oleum conijcias. Quòd si quotidie medicamentum dimouebis, idque potissimùm quum Sol feruebit, ac in domo calida repones, celerius ita magisque tum qualitas populi, tum vis in oleum migrabit. Itaque post duos tresue menses potes flores quum expresseris atque ipsos abieceris, habere oleum quod sine vlla morsione per halitum digerat, idque nihilominus quàm abietinum. Quin etiam ceræ & resinæ tantundem inijcere licet, quantum paulò antè in id quod ex abiete confici diximus. Si quando verò humidum id quod expressum est crasF sius videbitur, sat fuerit vel quintam partem ceræ adiici, nedum quartam. Ego verò etiam sextam me addidisse scio, & oleum crassum erat effectum, & qui vsurus erat, liquidiore medicamento delectabatur. Nonnulli diu macerari tum flores, tum semina non ferentes, partim ea percoquere in oleo coguntur, partim aquam iniicere vtique qui cautiores sunt; quò

duplex est cotyle Attica scilicet et italica: neutra tamen eandem quam hemina mensuram continet, non debet itaq. κοτύλη per heminam verti, cum illa capiat decem attica cotyle nouem, italica duodecim uncias. hemina vero est dimidia pars sextarii.

quò videlicet nec torreantur quæ sunt iniecta, nec oleum vstionem odore referat. Qui verò his magis sunt curiosi, in duplicibus ij vasis coquunt: hoc fit quum in lebete in quo sit aqua feruens, inseritur exiguum vasculum, in quod oleum debet infundi. Id quod sanè nos facimus, non tamen ad semina, florésve coquendos, (quippe hac coctione minimè egemus, propterea quòd ea diu maceramus) sed tum, quum in conficiendo medicamento ceram & resinas liquare in lebete paramus. Qui verò celerius ea præparare cogitur, hunc necesse est & vt prædictum est, præcoquere, & ne torreantur, aquam vinúmve inijcere. Atque ad ea quidem de quibus nunc agitur, vtilior aqua est, vinum verò ad podagricos affectus, & vno verbo, articulares. Porrò sufficit tantulum aquæ admisceri, quantum coquendo totum vanescet. Is modus erit si quadruplum eius, aut quintuplum oleum sit. Ergo & hæc medicamenta succos, quicunque non admodum crassi nec lenti in carne cutéque resident dissoluunt: & ad hæc, quod ex chamæmelo fit oleum, tum ipsum solum, tum verò cera resináque adiectis. Quorum modus hîc quoque satis erit idoneus, si ceræ pars quarta, resinæ duodecima sit immixta. Sicui verò nullius horum quæ memorauimus, oleorum copia sit, huic anethinum præparasse est facillimum. Potest verò & id medicamentum per halitum digerere, siue solo eo, siue cum cera resináque vtare. Danda verò opera est vt in vase duplici, anethinum coquatur, vtiliúsque fuerit si anethum viride sit. Quod vtique, si quo tempore requiris competet, maturum id esto. Iam sampsychinum oleum hyeme, & regione frigida, ac tempestate simili, idoneum medicamentum est. Habeto verò ceram ac resinam id quoque, si præsertim manere id super vncto corpore diutius studes. Simili ratione rosmarinum herba oleo incoquenda. Quòd si nec ea sit ad manum, betæ albæ radix, & cucumeris agrestis, & althææ, & vitis albæ efficaciter dissoluunt, vbi suam ipsæ qualitatem viresque in oleo aliquo similis facultatis dimiserunt. Quodcunque verò sic præparatum oleum est, in id si vel ceram solam, vel cum ea resinam inijcere voles, non solum pulcherrimum, sed etiam, quod diu adhæreat, vnguentum facies. Abundè autem omninò erit si ceræ quartam partem, resinæ duodecimam inieceris. Si verò etiam duas resinas injcies, nempe abietinam ac pineam, aut tertiam super has terebinthinam, aut etiam, hæ si desint, liquidam piceam resinam, sic quoque medicamentum feceris quod dissoluendi vim habeat: iam hæ si desint, aut ea quæ in fictilibus habetur picea miscenda, aut quam frixam dicunt. Nec ignoro tamen has supradictis imbecilliores, cæterùm non omninò contemnendas.

A βάλλει, ὅσοι γε προμηθέστεροι, χάριν τοῦ μήτε φρυγῆναι τὰ ἐμβληθέντα, μηδὲ κνισῶδες γίνεσθαι τοὔλαιον. ὅσοι δ' ἔτι τούτων ἐπιμελέστεροι, τὴν ἕψησιν ἐν ἀγγείοις διπλοῖς ποιοῦνται· καλεῖται δ' οὕτως, ἐπειδὰν προϋποκειμένου λέβητος ὕδωρ ἔχοντος ζέον, ἐνεθῇ τε εἰς τοῦτο μικρὸν ἀγγεῖον, εἰς ὃ μέλλει τὸ ἔλαιον ἐγχεῖσθαι. τοῦτο μὲν γε καὶ ἡμεῖς ποιοῦμεν, ἀλλ' οὐκ εἰς τὴν τῶν σπερμάτων, ἢ ἀνθῶν ἕψησιν, οὐδὲν γὰρ ταύτης δεόμεθα, πολυχρονίως αὐτὰ ἀποβρέχοντες, ἀλλ' ὁπότ' ἂν διατήκειν ἐν τῷ λέβητι τὰς ῥητίνας, καὶ τὸν κηρὸν ἐπιχειρῶμεν ἐν τῇ τοῦ φαρμάκου σκευασίᾳ. καταναγκαζόμενος B δέ τις ἐν τάχει σκευάζειν αὐτά, δεήσεταί τε προαφεψεῖν ὡς εἴρηται, καὶ ὕδατος ἐγχεῖν, ἢ οἴνου χάριν τοῦ μὴ φρύγεσθαι. τὸ μὲν οὖν ὕδωρ εἰς τὰ παρόντα, χρησιμώτερον. ὁ δ' οἶνος, εἴς τε τὰς ποδαγρικὰς διαθέσεις, καὶ ὅλως ἀρθρίτιδας. ἀρκεῖ δὲ μιγνύναι τοσοῦτον ὕδατος, ὡς ἑψόντων ἐκδαπανηθῆναι πᾶν. εἴη δ' ἂν οὕτως ὀλίγον, ὡς τετραπλάσιον, ἢ πενταπλάσιον αὐτοῦ τὸ ἔλαιον ὑπάρχειν. ταῦτά τε οὖν τὰ φάρμακα, διαφορεῖ τοὺς κατὰ τὰς σάρκας τε καὶ τὸ δέρμα, μὴ πάνυ παχεῖς, μηδὲ γλίσχρους χυμούς. καὶ πρὸς τούτοις ἔτι, τὸ ἐκ τοῦ χαμαιμήλου ἔλαιον, αὐτό τε καθ' ἑαυτὸ μόνον, ἐμβλη- C θέντων τε κηροῦ καὶ ῥητίνης αὐτῷ. ἱκανὸν δὲ κἀνταῦθα, τοῦ μὲν κηροῦ τὸ τέταρτον μέρος, τῆς δὲ ῥητίνης τὸ ιβ'. εἰ δὲ μηδενὸς τῶν εἰρημένων ἐλαίων εὐπορείης, ἀνήθινον ἔλαιον ποιήσασθαί σοι ῥᾷστον. ἔστι δὲ καὶ τοῦτο διαφορητικὸν φάρμακον, εἴτε καταμόνας τις, εἴτε σὺν κηρῷ τε καὶ ῥητίνῃ χρῷτο. πειράσθω δ' ἐπ' ἀγγείου διπλοῦ τὸ ἀνήθινον ἕψειν. ἄμεινον δὲ καὶ χλωρὸν εἶναι τὸ ἄνηθον. ὅταν δὲ ᾖ τοῦτο, καθ' ὃν χρήσῃ καιρόν, ὡραῖον ὑπαρχέτω. καὶ τὸ σαμψύχινον δ' ἔλαιον ἐπιτήδειον ἐν ὥρᾳ χειμερινῇ, καὶ χωρίῳ ψυχρῷ, καὶ καταστάσει παραπλησίᾳ. λαμβανέτω δὲ καὶ τοῦτο κηροῦ τε καὶ ῥητίνης, εἰ παραμένειν ἐπὶ D πλέον αὐτό γε βούλει, τοῖς ἀλειφομένοις ὑπ' αὐτοῦ σώμασιν. ὁμοίως δὲ καὶ τὴν λιβανωτίδα πόαν ἐναφεψεῖν ἐλαίῳ. καὶ εἰ μηδὲ ταύτην ἔχοις, ῥίζα τεύτλου λευκοῦ, καὶ ἡ τοῦ σικύου ἀγρίου ῥίζα, καὶ ἡ τῆς ἀλθαίας, καὶ ἡ τῆς βρυωνίας, ἱκανῶς διαφοροῦσιν, ἐναποτιθέμεναι καὶ αὗται τὴν ἑαυτῶν ποιότητά τε καὶ δύναμιν ἐλαίῳ τινὶ τῶν διαφορητικῶν. ἐς ὅ,τι δ' ἂν ἐθέλῃς ἔλαιον οὕτω παρασκευασθὲν ἐμβάλλειν, ἤτοι κηρὸν μόνον, ἢ καὶ ῥητίνην τινὰ σὺν αὐτῷ, καλλίστην γε καὶ παραμόνιμον ἀλοιφὴν κατασκευάσεις. ἀρκεῖ δὲ τοὐπίπαν ἐμβάλλειν τοῦ μὲν κηροῦ, τὸ τέταρτον μέρος, τῆς δὲ ῥητίνης τὸ δωδέκατον. εἰ δὲ E καὶ δύο ῥητίνας ἐμβάλλοις ἐλατίνην τε ἅμα καὶ στροβιλίνην, ἢ καὶ τρίτην ἐπ' αὐταῖς τὴν τερμινθίνην, ἢ καὶ μὴ παρουσῶν τούτων τὴν ὑγρὰν πιτυίνην, ἔσται σοι καὶ οὕτω διαφορητικὸν τὸ φάρμακον· ἀπορῶν δὲ τούτων, ἤτοι τὴν ἐκ τῶν κεραμείων μιγνύναι πιτυίνην, ἢ καὶ τὴν φρυκτὴν ὀνομαζομένην. οἶδα μὲν ὡς ἀποδέουσιν αὗται τῶν προειρημένων, οὐ μὴν παντάπασιν εἰσὶν ἀπόβλητοι.

CAPVT IX.

De vlceroso affectu cui crudorum succorum copia in corpore vniuerso coniungitur.

QVum verò reliquus lassitudinis affectus sit, in quo supra vlcerosum sensum, copia crudorum in toto corpore congesta est, de hoc quoque dicendum est. Nec est inuentu difficile quemadmodum emendetur, si quis ea quæ dicta

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Θ'.

F Περὶ τῆς ἑλκώδους διαθέσεως ᾗ τὸ πλῆθος τῶν ὠμῶν χυμῶν δι' ὅλου τοῦ σώματος ἐπιμίγνυται.

ΛΟιπῆς δ' οὔσης κοπώδους διαθέσεως, ἐν ᾗ πρὸς τῇ τῆς αἰσθήσεως ἑλκώδει πλῆθος ὠμῶν ἐν ὅλῳ τῷ σώματι περιέχεται· λεκτέον ἂν εἴη καὶ περὶ τῆσδε. χαλεπὸν δ' οὐδὲν ἐξευρεῖν αὐτῆς τὴν ἐπανόρθωσιν, ἀπὸ τῶν εἰρημένων

ὁρμώμενον. εἰ γὰρ καὶ ποτὲ μὲν ἐν ταῖς πρώταις φλεψὶ τὸ πλῆθος τῶν ὠμῶν ἐστι, τέμνειν αὐτὰ καὶ πέττειν ἔφαμεν χρῆναι, φυλαττομένους τὴν εἰς τὸν ὄγκον ἀνάδοσιν· ὁπότ᾽ ἐν ταῖς ἐσχάταις φλεψὶ, καὶ κατὰ τὴν ἕξιν τοῦ ζώου, πέττειν τε ἅμα καὶ διαφορεῖν. ἄμφω μικτέον ἐστὶν ἐφ᾽ ὧν ἄμφω συμβέβηκεν· εἰ μὲν ἰσοσθενῶς ἐνοχλεῖν σοι δόξειεν, ὁμοτίμως ἀμφοτέρων στοχαζόμενος· εἰ δὲ εἴη θάτερον ἐπικρατέστερον, εἰς ἐκεῖνο μὲν ἀναφέρων τῆς ὅλης θεραπείας τὸ κῆδος, ἀμελῶν δὲ μηδὲ θατέρου τοῦ μικροτέρου. μιχθήσεται μὲν οὖν, ἡ πρὸς ἀμφότερα θεραπεία, κατὰ τόνδε τὸν τρόπον. οὐδὲν γὰρ χεῖρον ἐπὶ παραδειγμάτων, ὀλίγον εἰπεῖν τι καὶ περὶ τοῦδε. τῷ διὰ τριῶν πεπέρεων ἁπλῷ φαρμάκῳ χρῆσθαι συνεβούλευον, ἐφ᾽ ὧν ὠμῶν χυμῶν πλῆθος ἐν ταῖς φλεψίν ἐστι, καὶ μάλιστα ταῖς πρώταις, εἰ τύχοι μὴ μόνον ἐν αὐταῖς, ἀλλ᾽ ἐν πάσαις ταῖς φλεψὶν εἴη, καὶ ἤδη καὶ κατὰ τὰς σάρκας ἐν ἀρχῇ μὲν τῆς ἐπιμελείας, τῷ διὰ τριῶν πεπέρεων φαρμάκῳ χρηστέον, ἔχοντι καὶ πετροσελίνου τοσοῦτον, ὁπόσον εἶχεν ἀνίσου τε καὶ θύμου, καὶ ζιγγιβέρεως· κατὰ δὲ τὴν πρώτην ἡμέραν, καὶ μᾶλλον ἔτι τὴν δευτέραν ἐπιμιγνύναι αὐτῷ τοῦ διὰ τῆς καλαμίνθης. εἶθ᾽ ἑξῆς ἴσα μικτέον. εἶτ᾽ ἐπὶ προσήκοντι τῷ χρόνῳ, πλέον τοῦ διὰ τῆς καλαμίνθης. εἶθ᾽ ἐπὶ τελευτῇ, καὶ μόνον. κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν τρόπον ἐπὶ τῆς ἄλλης ἁπάσης διαίτης, ὅταν ἰσοκρατεῖς αἱ διαθέσεις ὑπάρχωσι, μιγνύναι χρὴ αὐτῶν τῆς ἐπανορθώσεως τοὺς σκοπούς. ἀλλ᾽ ἐν ἀρχῇ μὲν ἐπικρατείτω τὰ τῶν ἐν ταῖς πρώταις φλεψὶν ἰάματα· κατὰ δὲ τὴν τελευτὴν, τὰ τῶν ἐν σαρκί· μεσοῦντος δὲ τοῦ χρόνου, μιγνύσθω καθ᾽ ἴσον ἀμφότερον. ταῦτά τε οὖν εἴρηταί μοι, καὶ ἤδη δῆλον, ὅπως ἐπανορθοῦσθαι χρὴ τὰ κατὰ τοὺς χυμοὺς ἁμαρτήματα, πρὶν νοσῆσαι τὸν ἄνθρωπον. ἐξ ὧν γὰρ ἐπὶ τῆς ἑλκώδους διαθέσεως εἴπομεν, ὅταν ἐπιμίγνυταί τινι κακοχυμία, πάρεστι συλλογίζεσθαι καὶ περὶ τῶν ἄλλων ἑκάστης, ἐπειδὰν μόνη ποτὲ συνίσταται.

A sunt sequatur. Si enim vbi in primis venis crudi succi copia est, dissecandum nobis eum esse concoquendúmque diximus, cauentibus semper ne in habitum corporis traducatur, vbi verò in extremis venis & corporis habitu resedit, & concoquendum pariter, & per habitum resoluendum; nimirum quibus ambo inciderunt, in iis ambæ rationes sunt miscendæ; atque id siquidem pari noxa vrgere videbuntur, æquali vtriusque respectu; sin alterum prægrauat, vtique totius curationis studio in id propenso, nec tamen altero quod minus est, neglecto. Miscebis autem vtriusque curationem ad hunc modum. Non enim abs re fuerit exemplo B aliquid de hoc egisse. Suasimus iis quibus in primis maximè venis crudi succi congesta copia est, simplici diatrionpipereωn medicamento vti. Ergo si non modò in his, sed etiam in omnibus venis sit, superque in ipsa carne, in principio curationis ipso diatrionpipereωn vtendum, sed cui admixtum petroselini tantum sit, quantum anisi, & thymi, & zingiberis habebat; post primum verò diem, magisq; etiam post secundum, miscendum eidem est aliquid diacalaminthes: mox verò partes æquè miscendæ; procedente deinde tempore, ipsius diacalaminthes plus addendum; ad extremum verò C etiam solum exhibebitur. Ad eundem modum & in reliqua omni victus ratione, quoties pares affectus sunt, miscendæ eorum medendi rationes sunt, sed ita tamen, vt inter initia potiores medendi partes iis præstentur quæ in primis continentur venis; in fine verò iis quæ in carne; medio inter hæc tempore ambæ rationes æquabiliter miscebuntur. Hæc igitur dicta à me sunt, & patere iam arbitror qua ratione corrigere oporteat quod peccatum in succis est prius quàm hominem morbus occupet. Ex iis enim quæ in vlceroso affectu retulimus, quum adiunctus vitioso succo est, ratioD cinari licet, & de alio quouis quum solus constiterit.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ι'.

Περὶ θεραπείας τῆς τονώδους τε, καὶ φλεγμονώδους διαθέσεως.

Περὶ μὲν οὖν τοῦ τε πρώτου γένους τῶν κόπων, ἐφ᾽ ὧν νυγματώδης ἐστὶ κατὰ πάντα τοῦ ζώου αἴσθησις, ὅσαι τ᾽ ἄλλαι μοχθηρῶν χυμῶν ἐν τῷ σώματι γίγνονται πλεονεξίαι, καθ᾽ ἑαυτάς τε καὶ σὺν κόποις, σχεδὸν ἤδη λέλεκται πάντα. περὶ δὲ τοῦ τονώδους ὑφ᾽ ἡμῶν κληθέντος κόπου, λέγω ἐφεξῆς. ὅτι μὲν οὖν ὁ τοιοῦτος κόπος, ὅταν ἄνευ γυμνασίων συνίσταται, πλῆθος ἐνδείκνυται διατεῖνον τὰ στερεὰ μόρια τοῦ ζώου, καὶ ἄλλοις μὲν τισὶ τῶν εὐδοκίμων ἰατρῶν ἔδοξεν, οὐχ ἥκιστα δὲ καὶ τοῖς περὶ τὸν Ἐρασίστρατον. ὅτι δ᾽ ὅταν αἵματος ᾖ πλῆθος, ἄριστον ἢ τὴν φλέβα τέμνειν, ἢ ἀποσχάζειν τὰ σφυρά, λέλεκται μέν που καὶ πρόσθεν. ἀναληπτέον δ᾽ ἔτι καὶ νῦν τὸν λόγον Ἐρασιστράτου χάριν, ὃς οὔτ᾽ ἐπ᾽ ἄλλης ὅλως οὐδεμιᾶς, οὐδ᾽ ἐπὶ τῆσδε τῆς διαθέσεως ἐχρήσατο φλεβοτομίᾳ. ὅτι μὲν οὖν ἐπὶ τῆς ὑγιεινοτάτης φύσεως ὑπὲρ ἧς ὁ λόγος ἐνέστηκεν, ἐγχωρεῖ καὶ κατ᾽ ἄλλον τρόπον ἐκκενοῦν τὸ τοιοῦτον πλῆθος, ἔμπροσθεν εἴρηται. κατὰ μὲν γὰρ τὰς μοχθηράς, ἐφ᾽ ὧν τὸ περιττὸν, κατὰ τὸν ἐγκέφαλον, ἢ τὰ τῆς ἀναπνοῆς ὄργανα φέρεται, πηλίκον ἐστὶ κακὸν ἑτέρῳ τρόπῳ κενώσεως χρῆσθαι, παραλείποντας φλεβοτομίαν, εἰρήσεται μέν που καὶ διὰ τῶν ἑξῆς ὑπομνημάτων, ὅταν ὑπὲρ τῶν μοχθηρῶν κατασκευῶν ὁ

CAPVT X.

De curatione affectus qui tensionem, & qui inflammationem refert.

AC de primo quidem lassitudinum genere, in quo punctionis quidem sensus omnes animalis partes infestat, ac cæteris vitiosi succi redundantiis quæ corpori, vel solæ, vel cum lassitudine accedunt: fermè diximus vniuersa. De ea verò E lassitudine quæ à nobis tensiua est appellata, deinceps agamus. Atque hanc quidem, quum citra exercitationem constiterit, abundantiam indicare aliquam, quæ solidas animalis partes distendat, tum aliis quibusdam probatis visum est medicis, tum non in postremis Erasistrato. Vbi vero sanguinis redundantia grauat, dictum (puto) suprà est, optimum esse, vel venam incidere, vel malleolum scarificare. Resumendus verò idem & nunc sermo est, vel Erasistrati causa, qui nec in alio quouis, neque verò in hoc affectu sanguinis detractione est vsus. Ac F quod in saluberrima quidem natura, de qua sermo habetur, liceat alia quoque ratione eiusmodi redundantiam emittere, dictum supra est. In vitiosis namque, in quibus videlicet, vel in cerebrum, vel in spiritus instrumenta, excrementum defertur, quantum discrimen aditur, si sanguinis detractione omissa, alia vacuandi ratione vtare, dicetur alicubi in sequentibus libris, vbi de vitiosis corporum

rum statibus agemus. Sed & dictum iam est in libro, quem De sanguinis missione scripsimus contra Erasistratum; quo minus hoc loco longior de his habendus sermo est, sed ad reliquum, & tertium lassitudinis genus, quum sponte oritur, transeundum, quod in superioribus, phlegmones similitudinem repræsentare diximus, & propter doloris magnitudinem, & quòd cum euidenti calore etiam musculos in maiorem molem attollat. Hæc lassitudo ne paucis quidem horis, nedum duobus tribusve diebus, eodem tenore consistit, prout Erasistrato placet, sed statim febrem accendit vehementissimam, nisi sanguinis detractione malo priùs sit occursum. Quin etiam calidissimus est in huiusmodi lassitudine sanguis: eiusque plurimum detrahi postulant qui ea premuntur ferè omnes. Non pauci verò eorum febricitant, etiamsi sanguinem detraxeris. Itaque nec cunctari, nec parum detrahere conuenit, sed & maturè educere, Ac nisi quid aliud vetat, ad animi defectum vsque. Optimum verò fuerit bis eodem die, si fieri potest detrahere. Ac primum quidem ita mittere expedit, vt in animi defectum homo non incidat: secundò verò ne animi defectus ipse quidem est formidandus quippe qui priore detractione resolutus est, secundam sustinere haud poterit: in hac verò si quid tale homini incidit, facilè reuocabitur. Qui verò sic affecti sanguinem non emiserint, hi si euaserint, vtique fortunæ beneficio id acceptum ferent; sed nec euadent, nisi alia quapiam ratione leuentur, aut sanguinis è naribus profluuio, aut largo sudore effuso. Porrò æstimare diligenter oportet, qui sanguinem sunt missuri, in thoracéne, dorso, & lumbis, tensio punctoriúsque dolor figatur, an in capite potius & collo. His enim affectis humeralem venam secabis, maximè si repletum caput, & calidum sentiunt; illis verò internam; si verò omninò æquabiliter lassitudo corpus occupat, ambarum mediam. Ac si ab incisa quidem vena febrire cœperint, curandi iam methodi opus est his prospicere; sin autem tum non febricitent, primo die post incisam venam, aut ptissanæ cremorem, aut sorbitionem ex alica, solùm dabis, secundo verò etiam lauare licet cum copioso oleo, nutrire verò, tametsi laueris, planè moderatissimè debebis, lactucæ, si placet, aliquid offerens, vel (si adsit) cucurbitæ & ptissanæ. Est & alica non inutilis, siue hanc aceto, vt ptissanam, condias, siue etiam sine aceto. Si cucurbitæ copia non sit, malua betáque & lapatho, & atriplice est vtendum. Quòd si carnem quoque gustare velit, saxatiles pisces vel oniscos in albo iure bene elixos dabis. Voco ius album, quum sine garo, magisque etiam sine conditura ex variis opsoniorum generibus, præparatur, anetho saléque cum oleo, & porri exiguo in aquam coniectis. Vino autem vtiliter etiam ipso secundo die parcet: tertio verò, si quidem aquæ potionem facilè toleret, tunc quoque vino abstinebit; si non ferat, potissimum quidem apomeli dabis, quippe leuiter refrigerat ea quoque potio, quo vtique indigent, quæ phlegmones sensum habent lassitudines. Hoc si non sit, album & tenue vinum offeres; aliáque pro ratione exhibebis, quæ vt boni sint succi, ita minimè calfaciant. Cauendum verò præter cætera est ne confertim & multum, renutrias. Quippe qui post huiusmodi exinanitionem ad pristinam

A λόγος περαίνηται. λέλεκται δ' ἤδη κἀν τῷ περὶ φλεβοτομίας πρὸς Ἐρασίστρατον. ὅθεν οὐδὲ δεῖ μηκύνειν ἐν τῷδε περὶ αὐτῶν, ἀλλ' ἐπὶ τὸν λοιπὸν, καὶ τρίτον τῶν κόπων, ὅταν αὐτομάτως συνίσταται τὸν λόγον ἄγειν, ὃν ἐν τῷ πρόσθεν ἐκαλέσαμεν φλεγμονώδη, διά τε τὸ τῆς ὀδύνης μέγεθος, καὶ ὅτι μετὰ θερμότητος ἐπιφανοῦς συνίσταται, συνεξαίρων εἰς ὄγκον τοὺς μῦς. οὗτος ὁ κόπος, οὐδ' ὡρῶν ὀλίγων, μή τί γε δυοῖν, ἢ τριῶν ἔχεται ἡμερῶν ἴσον ὄγκον, τῆς Ἐρασιστράτου βραδύτητος, ἀλλ' αὐτίκα πυρετὸν ἐπιφέρει σφοδρότατον, ἢν μή τις φθάσας ἀποχέῃ τοῦ αἵματος. καὶ γὰρ οὖν καὶ θερμότατόν ἐστι τὸ τῶν τοιούτων κόπων αἷμα, καὶ

B πλείστης αὐτοῦ δέονται τῆς κενώσεως, ἅπαντες σχεδὸν οἱ καταληφθέντες τῷ κόπῳ. καὶ οἱ πολλοὶ δ' αὐτῶν πυρέττουσι, κἂν ἀποχέοις τοῦ αἵματος. ὅθεν οὔτε βλακεύειν, οὔτε ὀλίγον ἀφελεῖν προσήκει, ἀλλὰ διὰ ταχέων ἐκκενοῦν, καὶ μέχρι λειποθυμίας ἄγειν, εἰ μηδὲν ἕτερον κωλύοι. κάλλιον δὲ, εἰ ἐγχωρεῖ δὶς ἀφελεῖν ἐν ἡμέρᾳ μιᾷ, τὸ μὲν οὖν πρότερον οὕτω κενοῦντας, ὡς μὴ λειποθυμῆσαι τὸν ἄνθρωπον, τὸ δὲ δεύτερον, οὐδὲ τὴν λειποψυχίαν φοβεῖσθαι προσήκει· τῇ μὲν γὰρ προτέρᾳ κενώσει καταλυθεὶς, οὐκ ἂν ὑπομείνῃ τὴν δευτέραν· ἐν ταύτῃ δ' εἴ τι πάθοι τοιοῦτον, εὐανακόμιστος γίνεται.

C μὴ φλεβοτομηθέντες δὲ οἱ οὕτω διακείμενοι, τύχης ἀγαθῆς εἰς τὸ σωθῆναι δέονται· καὶ οὐδὲ σώζονται εἰ μὴ καθ' ἕτερόν τινα τρόπον, ἢ αἱμορραγήσαντες ἐκ ῥινῶν, ἢ λάβρων ἱδρώτων αὐτοῖς ἐκχυθέντων. ἐπισκοπεῖσθαι δὲ χρὴ μάλιστα μέλλοντας τέμνειν φλέβα, πότερον κατὰ θώρακα, καὶ νῶτα, καὶ ὀσφὺν ἐρείδουσιν αἱ τάσεις τε, καὶ αἱ νυγματώδεις ὀδύναι, ἢ κατὰ κεφαλὴν καὶ τράχηλον μᾶλλον. οὕτως μὲν γὰρ τὴν ὠμιαίαν διαιρήσεις, καὶ μᾶλλον εἰ πλήρους αἰσθάνοιντο καὶ θερμῆς τῆς κεφαλῆς, ἐκείνοις δὲ τὴν ἔνδον.

D εἰ δ' ὅλως ὁμαλῶς ὑπὸ τοῦ κόπου τὸ σῶμα κατέχοιτο, τὴν μέσην ἀμφοῖν. εἰ μὲν οὖν ἐπὶ τῇ φλεβοτομίᾳ πυρέσσειν ἄρξαιντο, τῆς θεραπευτικῆς ἔργον ἤδη μεθόδου προνοήσασθαι τούτων· εἰ δ' ἀπύρετοι διαμένοιεν, ἐν μὲν τῇ πρώτῃ τῶν ἡμερῶν ἐπὶ τῇ φλεβοτομίᾳ, πτισάνης χυλὸν, ἢ ἐκ χόνδρου ῥοφήματα διδόναι μόνον, ἐν δὲ τῇ δευτέρᾳ, καὶ λούειν ἂν ἤδη δύναιο σὺν ἐλαίῳ δαψιλεῖ, διαιτᾷν δὲ, κἂν λούσῃς, μετριώτατα· θριδακίνης εἰ βούλοιτο διδόναι τι, εἴτε κολοκύνθης, εἰ παρείη, καὶ πτισάνης. ἀγαθὸς δὲ καὶ ὁ χόνδρος, εἴθ' ὡς πτισάνην τις αὐτὸν ἡδύνας ὄξει

E σκευάζοι, εἴτε χωρὶς ὄξους. εἰ δὲ μὴ παρείη κολοκύνθη, μαλάχῃ, καὶ τεύτλῳ, καὶ λαπάθῳ, καὶ ἀνδραφάξυϊ χρῆσθαι. εἰ δὲ σαρκὸς βούλοιτο γεύσασθαι, τὴν τῶν πετραίων ἰχθύων, ἢ ὀνίσκων ἐν λευκῷ ζωμῷ καλῶς ἑψήσαντα διδόναι. προσαγορεύω δὲ λευκὸν ζωμὸν, ὅταν ἄνευ γάρου τε καὶ πολὺ δὴ μᾶλλον τῆς ἄλλης καρυκείας σκευασθῇ, ἀνήθου τε καὶ ἁλῶν ἐμβληθέντων εἰς ὕδωρ σὺν ἐλαίῳ, καὶ πράσῳ βραχεῖ. κάλλιον δὲ εἰ καὶ τῇ δευτέρᾳ τῶν ἡμερῶν οἴνου φείσαιτο· τῇ τρίτῃ δὲ, εἰ μὲν εὐπετῶς φέροι τὴν ὑδροποσίαν, εἴργειν οἴνου καὶ τότε· μὴ φέροντος δὲ, μάλιστα μὲν ἀπόμελι διδόναι,

F καὶ γὰρ ἐμψύχει τε πως ἠρέμα τοῦτο τὸ ποτὸν, οὗ καὶ αὐτοῦ χρήζουσιν οἱ φλεγμονώδεις κόποι. μὴ παρόντος δὲ τούτου, λεπτὸν καὶ λευκὸν οἶνον διδόναι, καὶ τἄλλα κατὰ λόγον ἀνακομίζειν, εὐχύμῳ τε, καὶ μηδαμῶς θερμαινούσῃ διαίτῃ χρώμενον. εὐλαβεῖσθαι καὶ μάλιστα πάντων ἀθρόως ἀνατρέφειν. ὅσοι γὰρ ἐπὶ τοιαύταις κενώσεσιν εἰς τὴν ἐξ ἀρχῆς

δίαιταν εὐθέως ἐπανέλθων, ἐμπίπλαται τούτοις ἕξις ἀπέπτων χυμῶν, οὓς ἀναρπάζει πρὶν πεφθῆναι καλῶς, ἔν τε γαστρὶ καὶ κατὰ τὰς φλέβας, ὁ τοῦ σώματος ὄγκος. αὕτη μὲν ἡ ἀρίστη πρόνοια τοῦ φλεγμονώδους κόπου. διὰ τί δὲ ἐπαφαιρεῖν τε κελεύομεν αἵματος ἐπ᾽ αὐτῶν, καὶ μὴ πληροῦν ἀθρόως, ἀρκεῖ μὲν δή που καὶ τὴν ἐμπειρικὴν αἰτίαν εἰπεῖν, ὅτι καὶ μᾶλλον ὀνίνανται κενωθέντες οὕτω, καὶ ὑγιαίνουσιν εἰς μακρὸν, ὡς εἴρηται διαγόμενοι. προσθεῖναι δ᾽ οὐκ ἂν χεῖρον εἴη, καὶ τὴν ἀπὸ τῆς φύσεως τῶν πραγμάτων ἔνδειξιν. ἐπεὶ τοίνυν ἐν τῷ φλεγμονώδει κόπῳ, πλῆθος αἵματος ἠθροισμένον θερμοῦ, κατὰ τὸν ὄγκον ἐστὶν, ἡ φλεβοτομία δὲ τοὺς ἐν τοῖς ἀγγείοις ἐκκενοῖ χυμοὺς, ἄμεινον ἐπὶ τῇ προτέρᾳ κενώσει τοσοῦτον χρόνον διαλιπεῖν, ὡς μεταληφθῆναί τι ἐκ εἰς τὰς φλέβας ἐκ τῶν κατὰ τὸ σῶμα. τοῦτο δ᾽ οὐκ ἐπιτρεπτέον ἐν αὐταῖς ἀπομένειν, ἡμιμόχθηρον ὑπάρχον, ἀλλ᾽ ἐκκενωτέον αὐτοῦ τὸ πλεῖστον. ταῦτά τοι καὶ κατὰ τὴν δευτέραν ἡμέραν ἐπαφαιροῦμεν αἵματος. ἐνίοτε δὲ καὶ κατὰ τὴν τρίτην, ἐπειδὰν ἀντισπᾶν τε, καὶ μετάγειν ἐξ ἑτέρων εἰς ἕτερα συμφέρειν δόξῃ. λέγεται δὲ καὶ περὶ τῶν τοιούτων ἁπάντων διορισμῶν ἀκριβέστερον ἐν τοῖς περὶ φλεβοτομίας, ὧν οὐκ ἐγχωρεῖ μεμνῆσθαι τανῦν, διά τε τὸ τῆς θεραπευτικῆς πραγματείας ἰδιωτέρους ὑπάρχειν αὐτοὺς, καὶ μέλλειν που καὶ αὖθις ἴσως ἡμᾶς ἐν τῇδε τῇ πραγματείᾳ περὶ φλεβοτομίας ἐντελέστερον διέρχεσθαι.

A diætam protinus redeunt, iis corporis habitus crudis succis impletur: quos nimirum antè quàm concocti commodè in ventriculo venisque sint, corporis moles ad se rapit. Et hæc quidem lassitudo commodissimè ad hunc modum curatur. Quam autem ob rem in iis qui hac premuntur, iterari sanguinis detractionem iubeam, nec hos multùm ac simul reficere, satis profectò fuerit vel Empiricorum causam reddere; nempe quòd & magis iuuantur quibus sic est emissus, & bona valetudine diutius fruuntur qui sicut comprehensum est sunt tractati. Cæterùm & quæ ex natura rei ducitur, rationem apposuisse non sit alienum. Quoniam B igitur in hac quæ veluti phlegmone fatigat lassitudine, vis calidi sanguinis congesta in corporis mole est, venæ autem sectio succos è vasis emittit, vtile est post priorem detractionem tantisper intermittere, dum aliquid eorum qui in corpore sunt humores, remigret ad venas. Quod tamen quoniam committendum non est vt in his maneat vtpote ex dimidio corruptum, sed potius plurimùm eius expellatur, idcirco detractionem sanguinis etiam secundo die iteramus; aliquando verò & in tertio, vbi videlicet & reuellere, & ex aliis in alia transferre visum est conducere. Dictum verò de C omnibus eiusmodi distinctionibus exactius est in iis quæ de sanguinis detractione scripsimus, quæ nunc ideo recensendi locus non est, quòd & ad medendi artem magis pertinet, & in hoc ipso fortassis opere plenius de sanguinis missione sumus acturi.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΑ'.

Ὅτι ταχέως οὐ χρὴ πληροῦν ἐπὶ ταῖς φλεβοτομίαις.

ΛΟιπὸν οὖν, ὅτι ταχέως οὐ χρὴ πληροῦν ἐπὶ φλεβοτομίαις εἰπόντες, ἐνταῦθα καταπαύσομεν τὸν λόγον. ἕξει δὲ καὶ τοῦτο εἰς πίστιν ὑπόθεσίν τινα τῶν ἤδη προαποδεδειγμένων, ἐν τῇ περὶ τῶν φυσικῶν δυνάμεων πραγματείᾳ. D δέδεικται γὰρ ἐν ἐκείνῳ τῷ λόγῳ πᾶσι τοῖς ὑπὸ φύσεως διοικουμένοις, ὑπάρχουσα δύναμις ἔμφυτος ἡ ἑλκτικὴ τῶν ὁμοίων χυμῶν, ὑφ᾽ ὧν τρέφεσθαι μέλλει. δέδεικται δὲ, καὶ ὡς ἐπειδὰν ἀπορῇ μὲν οἰκείας τε ἅμα καὶ χρηστῆς τροφῆς, ἐπείγεται καὶ τῶν οὐ χρηστῶν τι συναρπάσαι· τοιοῦτον δ᾽ ἐστί που τὸ μή πω πεφθὲν, ἐν κοιλίᾳ τε καὶ φλεψίν. ἀναγκαῖον οὖν ἐπειδὰν πλείω λαμβάνῃ τὰ σιτία κατὰ τὸν καιρὸν τοῦτον ὁ ἄνθρωπος, ἀναρπάζεσθαι πλεῖστον ὠμὸν χυμὸν εἰς τὸν ὄγκον τοῦ ζώου, διὰ πολλὰς αἰτίας· ὅτι τε φαυλότερον ἐν τῇ γαστρὶ E καὶ ταῖς φλεψὶ πέττεται τὸ πλέον, ὅτι τε πλέον εἰς τὸν ὄγκον ἀνέρχεται, διὰ τὸ πλέον ὑπάρχειν· ὅτι τε πρωϊαίτερον ἢ χρὴ, διὰ τὸ συγχωρεῖν μὲν τὴν γαστέρα ταῖς φλεψὶ, τὰς φλέβας δὲ, ἅπασι τοῖς ἄλλοις τοῦ ζώου μορίοις ἐπισπᾶσθαι τὸ μήπω κατειργασμένον. ὅπερ οὐκ ἂν συνεχώρησαν ὁμοίως, εἴπερ ὀλίγον ἦν. ἐπιδέδεικται γὰρ, ὡς αὐτὰ πρότερον ἀπολαύει τὰ μόρια τῆς οἰκείας τροφῆς, εἶθ᾽ οὕτως ἑτέροις ἐπιπέμπει. τὸ δὲ δὴ τελευταῖον καὶ μέγιστον αἴτιον τῆς βλάβης, τοῖς οὕτω διακειμένοις ἐστὶ, τὸ πολλὴν τὴν ἡμίπεπτον ἐπισπασάμενα F τροφὴν, τὰ καθ᾽ ὅλον τὸν ὄγκον τοῦ ζώου μόρια, πλῆθος οὐκ ὀλίγον ἐξ αὐτῆς ἀπογεννᾶν περιττωμάτων. οὐδὲ γὰρ πέττειν αὐτὴν ἅπασαν ὁμοίως τῇ χρηστῇ δυνατὸν αὐτοῖς, οὔτε προσφύειν, οὔθ᾽ ὁμοιοῦν, ἀλλ᾽ ἀτυχεῖν ἐν ἑκάστῳ τῶν οἰκείων ἔργων ἐπὶ τῇ μοχθηρᾷ τε ἅμα καὶ πολλῇ τροφῇ. ὅμοιον γάρ τι συμβαίνειν αὐτοῖς ἀναγκαῖον, οἷόν τι καὶ αὐτῇ τῇ γαστρὶ

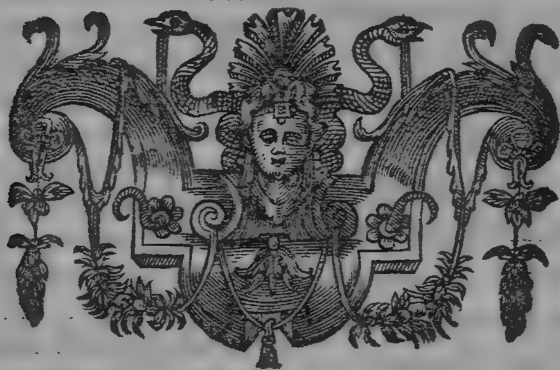
CAPVT XI.

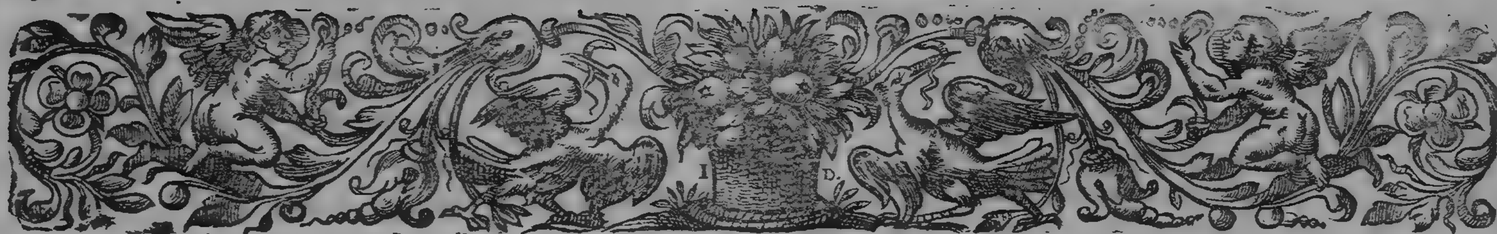
A sanguinis detractione non esse statim nutriendum.

RElіquum ergo est vbi docuerimus non esse à sanguinis missione festinanter reficiendum, hic librum hunc finiamus. Supponetur autem & D ad huius sermonis fidem quiddam, quod in opere de naturalibus facultatibus est demonstratum. Ibi enim ostendimus omnibus iis quæ propriâ naturâ reguntur, vim quandam esse insitam, qua similes quibus alantur, succos possint attrahere. Demonstratum præterea est, vbi familiari & vtili nutrimento destituuntur, vrgeri vel eius quod inutile est, aliquid rapere: tale porrò est quod nondum in ventriculo venisque concoctum est. Ergo necessum est quum homo largius se cibis per hoc tempus impleuerit, eo casu crudi succi plurimùm in corpus animalis rapi, idque multis de causis; E & quòd deteriùs in ventre venisque concoquitur quod copiosius est; & quòd multum in corporis molem ideò subit, quia multum superest; & quòd citius etiam quàm par est, propterea quòd venter venis, venæ reliquis omnibus animalis partibus rapi, quod nondum confectum est, permittunt; quod adeò non facerent, si id exiguum esset quod ipsæ haberent: demonstratum est enim partes ipsas ex alimento primùm sua portione frui, mox cæteris transmittere. Ergo vltima præcipuáque noxæ causa est iis qui sic sunt affecti, quòd quæ in corporea animalis mole habentur partes, F vbi multum semicoctúmque attraxerunt nutrimentum, non paruam excrementorum vim ex eare congerunt; quum neque perinde ac si bonum esset, concoquere id omne valeant; neque etiam vt corpori adhæreat, & assimiletur efficere; imò parum prosperè singulas functiones obire post vitiosum multúmque nutrimentum par est. Similiter enim his euenire necesse est, vt ventri quum abundantiâ

abundantiâ malè præparati cibi est refertus. Malè præparata voco quæ elixari torrerive quum debeant, iustum in his finem non sunt consequuta. Ergo siue panis non satis est coctus, siue caro leguménve intra modum elixum, fieri nequit vt hæc venter probè concoquat. Eadem verò ratione se habent & quæ in ventre malè sunt confecta, ad secundam concoctionem quæ agitur in venis, qua malè præparati cibi ad concoctionem quæ est in ventre. Quin etiam quæ in venis malè sunt concocta sic se habent ad concoctionem quæ agitur in carne, quemadmodum se habebant cibi ad eam quæ est in ventre; & quæ ex hoc subeuntia, ad eam quæ est in venis. Ergo nec venter externa quæ sumpsit exactè concoquit: nec venæ hæc quæ à ventre excipiunt; sed nec carnes quæ ex venis, vbi probè ante non sunt confecta. Atque interim excrementi copiam in corpore prouenire est necesse. Ac rem quidem omnem, vt breuissimè licuit, iam diximus. Quòd si quis dictorum cuiusque certam ex demonstratione scientiam cepisse velit, is librum De naturalibus facultatibus legat, in quo primum illud liquidò demonstratum est, ventrem sua ipsius causa nutrimentum suscipere, vt eo tum fruatur, tum quod sibi deest suppleat, eóque amplecti id vndique, ac retinere totum, quoad se satiauerit. Secundò illud, eundem vbi ali præterea non desiderat, pylorum recludere, ac quod ciborum superfuit exprimere, pessimque ceu alienum onus trudere. Deinde quòd in ipso transitu per intestina, ac potissimùm tenuia venæ quæ huc pertinent, alimentum ad se rapiunt, quod ex mora quam in ventre habuit, & alteratum & animali magis idoneum est effectum; mox in ipsis venis quoque ab alia in aliam traditur ad eundem modum quo ex ventre in venas; hinc verò iam planè confectum in singulas pertrahitur animalis partes vbi tertiam concoctionem nactum, alendo corpori assimilatur. Hæc si quis ex illo libro colligat, nihil est quòd causam amplius requirat, cur multi habitu corporis exinanito, nisi sensim renutriantur, plurimùm excrementorum in toto eo congerant, atque ex his non leuiter ægrotent.

A προσενεγκαμένη σιτία πολλά, κακῶς παρεσκευασμένα. λέγω
δὲ παρεσκευάσθαι κακῶς, ὅσα δεόμενά τινος ἑψήσεως, ἢ ὀπτή-
σεως, οὐκ ἀπέλαυσε τελέως αὐτῆς. ἄρτον οὖν ἐλλιπῶς ὠπτη-
μένον, ἢ κρέας, ἢ ὄσπριον ἀτελῶς ἑψημένον, ἀδύνατόν ἐστι
πεφθῆναι χρηστῶς ἐν γαστρί. τὸν αὐτὸν δὲ λόγον ἔχει τὰ κατὰ τὴν
γαστέρα μοχθηρῶς κατεργασθέντα, πρὸς τὴν δευτέραν τὴν
ἐν φλεψὶ πέψιν, ὅν, τὰ φαῦλα παρασκευασθέντα σιτία πρὸς
τὴν ἐν τῇ γαστρί. καὶ μέντοι τὰ κατὰ τὰς φλέβας οὐκ ὀρθῶς
πεφθέντα, τὸν αὐτὸν ἔχει λόγον, ὡς πρὸς τὴν ἐν σαρκὶ πέψιν,
ὃν εἶχεν τὰ μὲν σιτία πρὸς τὴν ἐν τῇ γαστρί. τὰ δ' ἐκ ταύ-
B της ἀναδιδόμενα, πρὸς τὴν ἐν ταῖς φλεψίν. οὔτ' οὖν ἡ γα-
στὴρ ἀκριβῶς πέττει τὰ ἔξωθεν, οὔθ' αἱ φλέβες τὰ ἐκ τῆς γα-
στρός, οὔθ' αἱ σάρκες τὰ ἐκ τῶν φλεβῶν, ὅταν μὴ καλῶς ᾖ
προκατειργασμένα· κἂν τούτῳ πλῆθος ἀναγκαῖόν ἐστιν ἐν
τῷ σώματι γενᾶσθαι περιττωμάτων. ἐμοὶ μὲν οὖν εἴρηται τὸ
σύμπαν, ὡς ἐν βραχυτάτῳ διελθεῖν. εἰ δέ τις ἑκάστου τῶν εἰ-
ρημένων εἰς τὴν ἀπόδειξιν, ἐπιστήμην ἀκριβῆ λαβεῖν βούλε-
ται, τούτῳ τὰ περὶ τῶν φυσικῶν δυνάμεων ἀναγνωστέον ἐστίν,
ἐν οἷς ἀποδέδεικται. πρῶτον μὲν ὡς ἡ γαστὴρ ἑαυτῆς ἕνεκα
λαμβάνει τὴν τροφήν, ἵνα ἀπολαύσῃ τε καὶ ἀναπληρώσῃ τὸ
C ἐλλεῖπον ἑαυτῇ, καὶ διὰ τοῦτο περιστέλλεται πανταχόθεν αὐτῇ,
καὶ κατέχει σύμπασαν, ἄχρι περ ἂν ἱκανῶς κορεσθῇ. δεύτερον
καὶ ὡς ἐπειδὰν μηκέτι δέηται τοῦ τρέφεσθαι, τότ' ἀνοίγνυσι μὲν
τὸν πυλωρόν, ἐκθλίβει δὲ καὶ ὠθεῖ κάτω τὰ περιττὰ τῶν σιτίων,
οἷον ἄχθος ἀλλότριον. εἶθ' ὡς ἐν τῇ διὰ τῶν ἐντέρων ὁδῷ, καὶ
μάλιστα τῶν λεπτῶν, ἀναρπάζουσιν αἱ καθήκουσαι φλέβες τὴν
τροφήν, ἐκ τῆς πρὸς τὴν κοιλίαν ὁμιλίας ἠλλοιωμένην τε, καὶ
ἐπιτηδειοτέραν τῷ ζώῳ γεγενημένην· εἶτα καὶ κατὰ τὰς φλέβας
ἐξ ἄλλης εἰς ἄλλην διαδίδοται τὸν ὅμοιον τρόπον, ὃν ἐκ τῆς γα-
στρὸς εἰς τὰς φλέβας· ἐντεῦθεν δ' ἤδη κατειργασμένη τε-
D λέον, εἰς ἕκαστον ἕλκεται τῶν τοῦ ζώου μορίων, ἵνα πέττεται τὴν
τρίτην πέψιν, ὁμοιοῦταί τε τῷ τρεφομένῳ. ταῦτ' οὖν ὅς τις
ἐξ ἐκείνων ἀναλέξεται τῶν γραμμάτων, οὐκέτ' ἀπορήσει
τὴν αἰτίαν, δι' ἣν πολλοὶ κενωθέντες τὴν ἕξιν, εἰ μὴ μετρίως
ἀνατρέφοιντο ἄν, πολλὰ περιττώματα καθ' ὅλην αὐτὴν
ἀθροίζουσι, καὶ νοσοῦσιν ἐξ αὐτῶν οὐκ εἰς μικρόν.





ΓΑΛΗΝΟΥ ΥΓΙΕΙΝΩΝ ΛΟΓΟΣ Ε'.

GALENI DE SANITATE TVENDA LIBER QVINTVS.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΤΩΝ ΕΝ ΤΩι Ε'. ΛΟΓΩι.

Διέρχεται ἅπασαν τὴν τῶν γερόντων δίαιταν· καὶ διδάσκει γε τὰ κοινὰ παραγγέλματα τῆς ἐπανορθώσεως τῶν νοσωδῶν παθῶν τε καὶ τῆς δυσκρασίας.

ARGVMENTVM LIBRI.

Omnem senum victus rationem absoluit; ac communia præcepta docet, quibus affectus morbosi omnes emendantur & intemperies corrigitur.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Α'.

Τὴν ὀλιγωρίαν τῶν ἰατρῶν ἐν τῇ τε τῶν ἄλλων προνοίᾳ, καὶ τῇ καθ' σφᾶς αὐτοὺς ἀμελείᾳ, αἰτίαν εἶναι τοῦ μήκους τοῦδε τοῦ λόγου.

A ΠΕΜΠΤΟΝ ἐνιστάμενος λόγον ὑπὲρ τῆς ὑγιεινῆς πραγματείας, παραμυθήσασθαι βούλομαι πρότερον, εἴ τινες ἄρα δυσχεραίνουσι τῷ μήκει τῆς διδασκαλίας, οὐ γὰρ ἡμέτερον ἔγκλημα τοῦτό ἐστιν, ἀλλὰ τῆς φύσεως αὐτοῦ τοῦ προκειμένου πράγματος ἴδιον. εἰ μὲν γὰρ οἷόν τ' ἐστὶ, μακρὰν θεωρίαν ἐν βραχέσι διελθόντα μηδὲν τῶν χρησίμων παραλιπεῖν, ἡμεῖς ἁμαρτάνομεν, οὐκ ἀναγκῇ μηκύνοντες. εἰ δ' οὐκ ἐγχωρεῖ σαφέστερόν τε ἅμα καὶ θᾶττον, ὑπὲρ τῶν αὐτῶν εἰπεῖν, οὐχ ἡμῖν μέμφεσθαι προσήκεν, ἀλλὰ τοῖς παραλιποῦσιν οὐκ ὀλίγα B τῶν ἀναγκαίων, ἔστι δ' ἐν τοῖς ἀναγκαιοτάτοις τε ἅμα, καὶ οἷον στοιχεῖον ἁπάσης τῆς ὑγιεινῆς πραγματείας, ὡς πάμπολλαι φύσεις τῶν ἀνθρώπων εἰσίν· ὥσπερ ὡμολόγηται μὲν ἅπασιν ἰατροῖς τε καὶ γυμνασταῖς· οὕτω δὲ γράφουσιν οἱ πλείους αὐτῶν ὑπὲρ τῆς ὑγιεινῆς ἀγωγῆς, ὡς ὑπὲρ ἑνὸς ἀνθρώπου διαλεγόμενοι, καὶ ταῦτα μηδένα ἐπιδειξάμενοι κἂν ἕνα τινὰ πρὸς αὐτῶν ὠφεληθέντα, καίτοι γ' οὐδ' ἕνα δίκαιον ἦν, ἀλλὰ παμπόλλους ἐπιδείξαντας, ἔμπροσθεν μὲν νοσοῦντας συνεχῶς, ὕστερον δ' ἀνόσους ἔτεσι παμπόλλοις ὑφ' ἑαυτῶν διαφυλαχθέντας, C οὕτως ἐπιχειρεῖν γράφειν. ἀλλ' ἡμεῖς γε τοῖς ἔργοις αὐτοῖς ἐπεδειξάμεθα τοῦτο. καὶ τοὺς ἔμπροσθεν συνεχῶς νοσοῦντας ἀνόσους φυλάξαντες, ἐκ τοῦ πεισθῆναι τοῖς ὑγιεινοῖς παραγγέλμασιν, οὕτως ἐπεχειρήσαμεν ὑπὲρ αὐτῶν γράφειν, ἐνίους μὲν γὰρ ὅλως ἐκωλύσαμεν γυμνάζεσθαι, ταῦτα δὴ τὰ ἐκ τῶν ἐπιτηδευμάτων γυμνάσια, μόναις ταῖς κατὰ τὸν βίον ἐνεργείαις ἀρκεῖσθαι βουλεύσαντες· ἐνίους δὲ τοῦ πλήθους ἀφελεῖν τῶν γυμνασίων ἐκελεύσαμεν, ὡς εἰς ἐλάχιστον συστεῖλαι τὸ πᾶν· ἐνίους δὲ τὰς ποιότητας ὑπαλλάξαι μόνας, ἢ

CAPVT PRIMVM.

Medicorum negligentiam tum in aliis instituendis, tum in seipsis regendis, huius operis prolixitatis causam fuisse.

A QVINTVM de sanitate tuenda librum ingrediens, si qui fortè erunt qui prolixitate operis nostri grauabuntur, hos primum solari volo. Non enim nostrâ id culpâ euenit, sed propositæ rei naturâ. Si enim fieri potest vt qui breuibus longam contemplationem absoluit nihil necessarium omittat, fateor errorem meum, ceu nulla necessitate ambages sequutus sim. Sin clarius simul breuiúsque disseri de iisdem non potest, nemo nos meritò accuset, sed ipsos potius qui eorum quæ neces- B saria sunt, non pauca prætereunt. Est verò illud simul ex maximè necessariis, simul veluti elementum totius artis quæ valetudinem tuetur, quòd numerosæ hominum sunt naturæ, prout in confesso est omnibus tum medicis, tum gymnastis. Quorum tamen plurimi ita de valetudine tuenda scribunt, quasi de vno homine agant, idque ne vno quidem ostenso quem prius iuuerint; quamquam non vnum, sed multos quos morbis prius assiduis implicatos ipsi postea multis annis in sanitate suâ operâ seruassent, C indicasse, ac sic ad scribendum accessisse par erat. At nos ipsis rerum effectis id ostendimus, & iis qui prius assiduis premebantur morbis, inde adeò quòd sanitatis præceptis paruissent, in omni integritate seruatis, sic demum de ipsis scribere sumus aggressi. Quippe alios exercitari in totum vetuimus, istis videlicet exercendi corporis causa susceptis, ac solis vitæ actionibus contentos esse suasimus. Aliis de multitudine exercitationum demere aliquid iussimus, vt totum ad minimum contraheretur; aliis qualitatem tantum, aut ordinem

nem, aut tempus; aliis vniuersam earum mutare speciem iniunximus. Æquè verò de balneis præcipientes, vtique quòd aut omninò his supersedendum esset, aut sæpius quàm ante vtendum, aut rariùs, aut ante cibum tantùm, aut etiam post cibum, aut calidioribus quàm antè, aut magis tepidis, aut frigidioribus, prorsus omnis morbi expertes multis annis reddidimus. At nihil horum facere licuisset, si neque naturales corporum differentias compertas habuissem, neque debitam cuique salubrem victus rationem. Nonnulli verò ex iis qui de sanitate tuenda literis produnt, aut etiam sine scriptis de ea præcipiunt, ne seipsos quidem defendere à morbis perpetuò potuerunt. Itaque quum à cauillantibus, tum alia quædam, tum verò versus ille obiicitur,

Aliis medens, at ipse vlceribus scatens,

alij id negotiis imputant, alij ob intemperantiam se ægrotare fatentur; sed horum magis improba, me indice defensio est, quàm ipsum quod obiicitur crimen. Qui verò iis quæ in vita incidunt causam tribuunt, siquidem diaria febri laborant, ex æstu, frigoribus, lassitudine, aliisque id genus occasionibus, hos vindicare à culpa decet; sin alia qualibet, minimè. Quippe nec ipsi omninò sine febri exegimus, imò ex lassitudine nonnunquam febricitauimus, nullum aliàs morbum multis iam annis experti. Quin etiam percussus certis corporis partibus, vnde alij phlegmonis bubonibusque contractis febricitarunt, ipse nunquam phlegmonem bubonémve sensi, nec febri laboraui, non aliunde certè quàm ex seruandæ sanitatis arte tanta commoda consequutus; quum alioqui nec salubrem corporis statum ab ortu ipso sim nactus, nec vitam planè liberam sortitus, sed in qua tum artis officiis seruierim, tum amicis, cognatis, & ciuibus, in pluribus inseruierim; tum plurimam noctium partem, nonnunquam ægrotantium ipsorum causa, semper autem dulcedinis studiorum gratia peruigilauerim; nec tamen vllo sensi me eorum qui è corpore originem ducunt, morbo tentatum multis iam annis, excepta (vt dixi) diaria quandoque febri: quæ tamen & rarissimè, nec nisi ex lassitudine incidit; quamuis in puerili ætate atque etiam in pubertate, tum adolescentia, morbis nec paucis, neque his leuibus premerer. Sed post octauum, & vigesimum annum, quum persuasissem mihi, esse quandam tuendæ sanitatis artem, præceptis eius per totam deinceps vitam parui ita, vt nec omninò morbo post laborarim, nisi fortè (quę tamē rarius incidit) diaria febri, quum alioqui liceat hanc quoq; in totum effugere, si quis liberam vitam sit nactus, veluti in superioribus iam ostendi, fiétque si quis animum aduertat, etiam clarius in iis quæ mox dicam. Illud enim affirmare ausim, ne bubone quidem laboraturos eos qui præparati ad sanitatem ad vnguem sint, si modò eorum corpus ab vtroque excrementorum genere vacet, & eo quod in quantitate consistit, & eo, quod in qualitate. Atque ad eos quidem qui nunc sanitatis tuendæ præcepta dicto scriptóve profitentur, vel hæc satis arbitror. Prioribus verò, quósque nec seipsos extra morbum perpetuò, nec eos qui ipsis paruissent, seruasse, aut aliorum relatu audiuimus, aut ipsos in scriptis suis tale quippiam iactare ausos, ne contradicendum quidem censeo. Mirandum certè potius arbitror, si qui eorum vniuersam sanitatis tuendæ artem vno libro cōplexi sunt, polliciti præsertim non (sicut Hippocrates)

A τὴν τάξιν, ἢ τὸν καιρόν· ἐνίοις δὲ τὴν σύμπασαν αὐτῶν ἰδέαν μεταβάλλειν. ὡσαύτως δὲ καὶ περὶ λουτρῶν ὑποθήκας δόντες, ὡς ἤτοι μὴ λούεσθαι παντάπασιν, ἢ πλείω τῶν ἔμπροσθεν, ἢ ἐλάττω καὶ πρὸ τροφῆς μόνον, ἢ καὶ μετὰ τροφήν, ἢ θερμοτέροις τῶν πρόσθεν, ἢ χλιαρωτέροις ὕδασιν, ἢ ψυχροτέροις, παντάπασιν ἀνόσους ἐφυλάξαμεν ἔτεσι παμπόλλοις, ἀλλ' οὐκ ἂν τούτων οὐδὲν ἐποιήσαμεν, εἰ μήτε δὴ τὰς φυσικὰς τῶν σωμάτων διαφορὰς ἠπιστάμεθα, μήτε τὴν ἑκάστῳ προσήκουσαν ὑγιεινὴν δίαιταν. ἔνιοι δὲ τῶν ὑγιεινὰ συγγράμματα γραφόντων, ἢ καὶ χωρὶς γραμμάτων ὑποθήκας διδόντων, οὐδὲ σφᾶς
B αὐτοὺς ἀνόσους ἠδυνήθησαν φυλάξαι, κἄπειθ' ὅταν ἐπισκώπτωνται πρός τινων, ἄλλα τέ τινα λεγόντων πρὸς αὐτοὺς, καὶ προσφερομένων ἐκεῖνο τὸ ἔπος,

Ἄλλων ἰατρὸς αὐτὸς ἕλκεσι βρύων,

οἱ μὲν, εἰς ἀσχολίας δή τινας ἀναφέρουσι τὴν αἰτίαν, οἱ δὲ, καὶ δι' ἀκολασίαν ὁμολογοῦσι νοσεῖν, ἀλλὰ τούτοις μὲν, ἡ ἀπολογία, πολὺ χείρων ἐστὶ τῆς κατηγορίας, ἐμοὶ γοῦν κριτῇ. τοῖς δ' εἰς τὰ κατὰ τὸν βίον αὐτοῖς συμπίπτοντα τὴν αἰτίαν ἀναφέρουσιν, εἰ μὲν ἐφήμερόν τινα πυρετὸν πυρέξειαν, ἐπ' ἐγκαύσει, καὶ ψύξει, καὶ κόπῳ, καί τισιν ἑτέροις τοιούτοις αἰτίοις, ἀφίστασθαι χρὴ τῶν ἐγκλημάτων. εἰ δέ
C τινα τῶν ἄλλων, οὐκ ἀφίστασθαι. οὐδὲ γὰρ ἡμεῖς, τὸ πάμπαν ἀπύρετοι διεμείναμεν, ἀλλὰ διὰ κόπους δή τινας ἐπυρέξαμεν, ἁπάντων τῶν ἄλλων νοσημάτων ἀπαθεῖς διατελοῦντες, ἐτῶν ἤδη παμπόλλων, καὶ μέντοι καὶ πληγέντες τινὰ μέρη τοῦ σώματος, ἐφ' οἷς ἕτεροι φλεγμοναῖς τε ἅμα καὶ βουβῶσιν ἁλόντες ἐπύρεξαν, οὔτε βουβῶνα ἔσχομεν, οὔτε ἐπυρέξαμεν, οὐκ ἄλλοθέν ποθεν, ἢ ἐκ τῆς ὑγιεινῆς θεωρίας, τῶν τηλικούτων ἐπιτυχόντες. καὶ ταῦτα μήτε κατασκευῆς σώματος ὑγιεινῆς εὐτυχήσαντες ἐξ ἀρχῆς, μήτε βίον ἀκριβῶς ἐλεύθερον ἔχοντες, ἀλλὰ καὶ ταῖς τῆς τέχνης ὑπηρεσίαις δουλεύοντες, καὶ φίλοις, καὶ συγγενέσι, καὶ πο-
D λίταις ὑπουργοῦντες εἰς πολλά, καὶ τῶν νυκτῶν τὸ πλεῖστον ἀγρυπνοῦντες, ἐνίοτε μὲν ἀρρώστων ἕνεκα, διαπαντὸς δὲ τῶν ἐν παιδείᾳ καλῶν, ἀλλ' ὅμως οὐκ ἐνοσήσαμεν οὐδὲν νόσημα τῶν ἐκ τοῦ σώματος ὁρμωμένων, ἐτῶν ἤδη παμπόλλων, ὅτι μὴ, καθάπερ ἔφην, ἐφήμερόν ποτε πυρετὸν, ἐν τῷ σπανιωτάτῳ διὰ κόπον γενόμενον, καίτοι κατά γε τὴν τῶν παίδων ἡλικίαν, καὶ προσέτι τῶν ἐφήβων τε καὶ μειρακίων, οὐκ ὀλίγαις οὐδὲ μικραῖς ἑαλώκαμεν νόσοις, ἀλλὰ μετά γε τὸ εἰκοστὸν ὄγδοον ἔτος ἀπὸ γενετῆς, ἐμαυτὸν πείσας, ὡς ἔστι τις ὑγιεινὴ τέχνη, τοῖς προστάγμασιν αὐτῆς ἠκολούθησα παρ' ὅλον τὸν ἑξῆς βίον, ὡς μηκέτι νο-
E σῆσαι νόσημα μηδὲν, ὅτι μὴ σπάνιόν που πυρετὸν ἐφήμερον. ἔστι δὲ δή που καὶ τοῦτον αὐτὸν φυλάξασθαι τελέως, ἐλεύθερον βίον ἑλόμενον, ὡς ἔν τε τοῖς ἔμπροσθεν ἤδη γέγονε δῆλον, ἔτι τε μᾶλλον ἔσται σαφὲς ἐν τοῖς ἐφεξῆς εἰρησομένοις, εἰ θέλει τις προσέχειν τὸν νοῦν· ἐγὼ γάρ φημι, μηδὲ βουβῶνα δύνασθαι γενέσθαι, τοῖς ἀκριβῶς παρεσκευασμένοις εἰς ὑγίειαν, εἴ γε ἀπέριττον αὐτοῖς ἐστὶ τὸ σῶμα τοῦ γένους τῶν περιττωμάτων ἑκατέρου, τοῦ τε κατὰ τὸ ποσὸν, καὶ τοῦ κατὰ τὸ ποιόν· πρὸς μὲν δὴ τοὺς νῦν ἐπαγγελλομένους, ἢ λέγειν, ἢ γράφειν ὑγιεινὰ παραγγέλματα, καὶ ταῦθ' ἱκανά· πρὸς δὲ τοὺς ἔμπροσθεν, ὑπὲρ ὧν οὔτε ἐκ
F τῆς τῶν ἄλλων ἱστορίας ἠκούσαμεν, ὡς ἤτοι σφᾶς αὐτοὺς ἀνόσους διεφύλαξαν, ἢ τοὺς πεισθησομένους αὐτοῖς, οὔτ' ἐτόλμησαν ἐν τοῖς συγγράμμασιν ἀλαζονεύεσθαί τι τοιοῦτον, οὐδ' ἀντιλέγειν ἀνάγκη, ἀλλὰ θαυμάζειν μόνον, εἴ τινες αὐτῶν ἑνὶ βιβλίῳ τὴν ὑγιεινὴν ἅπασαν θεωρίαν ἐπηγγείλαντο περιλαβεῖν, οὐ μὰ Δί' οὕτω γράφοντες ὑπὲρ αὐτῆς, ὡς Ἱπποκράτης.

ἐν τοῖς πρώτοις τε καὶ γενικωτάτοις κεφαλαίοις ἐνδεικνύμενοι τὴν μέθοδον, ἀλλ' ἐξεργαζόμενοι πάνυ ἀκριβῶς, ὥσπερ ἡμεῖς. ἡ μὲν δὴ τοῦ μήκους τῶν λόγων αἰτία, καὶ δὴ λέλεκται. χρὴ δ' ὅστις ἐστὶ φιλόκαλός τε ἅμα, καὶ φιλόπονος ἐπὶ τοῖς ἀρίστοις, οὐ πρὸς τὸ μῆκος ἀπαγορεύειν τῆς ὑγιεινῆς τέχνης, ἀλλὰ τοῦ μεγέθους ἄγασθαι τῶν ἐπαγγελμάτων αὐτῆς. πῶς γὰρ οὐ μεγάλα, καὶ θαυμαστὰ τῆς τέχνης ταῦτ' ἐστὶν ἔργα γηράσαντα μέχρι πλείστου, ταῖς αἰσθήσεσιν ἀπαθῶς ὑγιαίνοντα διὰ παντὸς φυλάξαι ἄνοσον, ἀνώδυνον, ὁλόκληρον; εἴ γε μὴν μὴ παντάπασιν ἐξ ἀρχῆς νοσῶδες εἴη τετυχηκὸς σῶμα; ἀλλ' ἐγὼ καὶ πάνυ μοι δοκῶ τινας ὑγιεινοὺς φύσει τε θεάσασθαι, παμπόλλοις νόσοις ἁλισκομένους, καὶ τελευτῶντας δὲ, κατά γε τὸ γῆρας ἀνιάτοις περιπεσεῖν πάθεσιν, οὓς ἐνῆν, ὅσον ἐπὶ τῇ φυσικῇ τοῦ σώματος ἕξει, τάς τ' αἰσθήσεις ἁπάσας ἀπηρώτους διατελέσαι μέχρι γήρως ἐσχάτου, καὶ τοῖς ἄλλοις ἅπασι μορίοις τοῦ σώματος ὑγιαίνοντας. πῶς οὖν οὐκ αἰσχρόν ἐστιν, ἀρίστης φύσεως τυχόντα βαστάζεσθαι μὲν ὑπ' ἄλλων διὰ ποδάγραν, κατατήκεσθαι δὲ ταῖς ὀδύναις λιθιῶντα, καὶ τὸ κῶλον ἀλγοῦντα, καὶ κατὰ κύστιν ἕλκος ἐκ κακοχυμίας ἔχοντα; πῶς δ' οὐκ αἰσχρόν ἐστι διὰ τὴν θαυμαστὴν ἀρθρῖτιν, ἀδυνατοῦντα χρῆσθαι ταῖς ἑαυτοῦ χερσὶν, ἑτέρου δεῖσθαι τοῦ προσφέροντος τὴν τροφὴν τῷ στόματι, καὶ τοῦ τὴν μὲν ἕδραν ἀπονίζοντος ἐν τοῖς ἀποπάτοις. ἄμεινον γὰρ ὅς τις μὴ παντάπασιν εἴη μαλακὸς, ἑλέσθαι δὴ μυριάκις τεθνάναι, πρὶν τοιοῦτον ὑπομεῖναι βίον. εἰ δὲ δὴ καὶ τοῦ κατ' αὐτὸν αἴσχους τις ὑπερορᾷ δι' ἀναισχυντίαν τε καὶ μαλακίαν, ἀλλὰ τῶν γε πόνων οὐκ ἐγχωρεῖ ὑπερορᾶν, οὓς νύκτωρ τε καὶ μεθ' ἡμέραν ἔχουσιν, ὥσπερ ὑπὸ δημίων στρεβλούμενοι τῶν παθῶν. καίτοι τούτων ἁπάντων, ἢ ἀκολασίαν, ἢ ἄγνοιαν, ἢ ἀμφοτέρας, ἀναγκαῖον αἰτιᾶσθαι. ἀλλὰ μὲν τὴν ἀκολασίαν, οὐκ ἔστι καιρὸς ἐπανορθοῦσθαι. τὴν δ' ἄγνοιαν ὧν χρὴ ποιεῖσθαι, ἐλπίζω διὰ τῆσδε τῆς πραγματείας ἰάσασθαι, καθ' ἑκάστην φύσιν σώματος, ἰδίαν ὑγιεινὴν ἀγωγὴν θέμενος.

in primis, & summis capitibus methodum indicantes, sed sicut ipsi fecimus omnia cumulatè pertractantes. Ac prolixitatis quidem sermonum nostrorum causa iam dicta est. Quisquis autem honesti probique studiosus est, ac pro iis quæ optima sunt deligens, hunc decet non tam artis huius longitudine grauari, quàm magnitudinem eorum quę promittit suspicere. Nam quî, quæso, non magna illa mirandáque artis opera sunt, si cui non ab ipso ortu imbecillum corpus fuit, hunc & ad plurimam perduxisse senectutem, & sensibus illæsis, ab omni prorsus morbo doloréque alienum atque integrum perpetuò seruasse? Ego verò etiam nonnullos quibus salubre admodum firmúmque natura corpus erat, vidisse mihi videor, permultis morbis afflictos, ac postremò immedicabilibus malis in senectute saltem oppressos; quos tamen fas erat, quod ex naturali habitu fuit, tum sensibus omnibus illæsos, tum reliquis corporis partibus sanos ad vltimam vsque durasse senectutem. Quonam igitur pacto turpe non sit, qui optima natura sit præditus, hunc ob podagram ab aliis gestari, aut calculo iam cruciatum, & colo, & vlcere in vesica ex cibis mali succi contracto, doloribus contabescere? Quomodo rursus non turpe sit propter detestandum articularem morbum suis ipsius manibus vti non valentem, alienis egere quibus ori cibos admoueat, & eo qui sedem abstergat, in deiectionibus? Satius enim sit, si cui vllum omninò pectus est, sexcenties malle mori, quàm tali vita viuere. Quò si quis tam impudens simul delicatusque est, vt turpitudinem suam negligat, at dolores quos noctes diésque ex vitiis suis sustinet, non aliter quàm qui à carnificibus torquentur, certè contemnendi non sunt; tametsi certè hæc omnia, vel intemperantiæ, vel ignorantiæ, vel vtrique imputent oportet. Verùm intemperantiæ corrigendæ hic locus non est. Ignorationi verò eorum quæ agenda sunt, hoc opere, vt spero, medebimur, scilicet pro quauis corporum natura, propria sanitatis tuendæ ratione apposita.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Β'.

Κεφάλαια πρὸς διάγνωσιν τῶν τοῦ σώματος ἀρίστου σφαλμάτων τε, καὶ τῶν πρὸς τὴν αὐτῶν ἐπανόρθωσιν συμφερόντων.

ΑΡξασθαι δέ μοί που δίκαιον ἂν ἦν, ἀπὸ τῆς ἀρίστης, ἧς ὁ σκοπός ἐστιν οὐκ ἐπανόρθωσις, ἀλλὰ φυλακὴ τῶν ὑπαρχόντων, ὅπερ ἡμεῖς ἐποιησάμεθα, εἰπόντες ὑπὲρ αὐτῆς ἄχρι δεῦρο, καθ' ἑκάστην τῶν ἡλικιῶν, πλὴν τῆς παρακμαστικῆς καλουμένης, ἧς τὸ τελευταῖον μέρος ἰδίως ὀνομάζεται γῆρας. ἔχοντός τινα καὶ τούτου τομὴν ἰδίαν, ὡς ὕστερον εἰρήσεται κατ' ἐκεῖνο τοῦ λόγου τὸ μέρος, ἔνθα τὸ καλούμενον τῆς τέχνης γηροκομικὸν μέρος, εἰς διδασκαλίαν ἄξομεν. ἀλλὰ νῦν γε τὰ κυριώτατα τῶν εἰρημένων ἀναλαβόντες, ἐπὶ τὰς μοχθηρὰς φύσεις τῶν σωμάτων μεταβησόμεθα, δεικνύντες ὅπως ἑκάστην αὐτῶν ἐν ὑγείᾳ μάλιστα φυλακτέον ἐστίν. τὸ τοίνυν ἄριστον σῶμα, σκοποὺς ἔχει κατὰ μὲν τὰς ποσότητάς τε, καὶ ποιότητας, καὶ δυνάμεις· ἐν μὲν τοῖς γυμνασίοις, τὰ μέτριά τε καὶ σύμμετρα προσαγορευόμενα, μετὰ τοῦ πᾶσιν ὁμοτίμως τοῖς μορίοις τοῦ σώματος προσάγεσθαι, φυλαττομένων ἡμῶν ἁπασῶν ὑπερβολήν· εἰ δὲ ποθ' ἁμαρτηθείη, καθ' ὁποιονοῦν τῶν εἰρημένων ἐπανορθουμένων τὸ σφάλμα. κατὰ δὲ τὴν τῶν ἐσθιομένων τε καὶ πινομένων φύσιν ἐν ποσότητι, καὶ ποιότητι, καὶ δυνάμει, σκοπὸς πάλιν ἐστὶ κἀνταῦθα τὸ σύμμετρον, ὡς μήτε πλείω,

CAPVT II.

Summa earum rerum quæ ad optimi corporis lapsus cognoscendos & emendandos faciunt.

INitium verò mihi ab optima natura iustum erat, ad cuius curationem omne consilium dirigitur, non eo, vt corrigatur, sed vt in statu suo seruetur. Id quod ipsi hactenus fecimus, qui de ea hucusque per singulas ætates, præter inclinantem egimus; cuius extrema pars senium propriè dicitur, ipsum quoque in suas partes diductum, vt post dicemus, vbi ea pars artis tradetur quæ de senibus curandis agit. Verùm nunc saltem præcipuis eorum quæ dicta sunt, repetitis, ad vitiosas corporum naturas transibimus; ac quemadmodum cuiusque earum seruari valetudo possit, trademus. Ergo optimum corpus scopos habet ad sui custodiam in qualitate, quantitate, & facultate; in exercitationibus quæ moderatæ mediocrésque sunt, quæque singulis corporis partibus æquabiliter sint adhibitæ, idque omni vitato excessu; aut sicubi in quoquam dictorum sit erratum, errore correcto. In edendorum verò bibendorúmque natura, similiter in qualitate, quantitate, & facultate, hic quoque scopus esto ipsa mediocritas,

vt

vt nec plura, nec pauciora capiat, quàm quæ vbi concocta distributáque in corpus sint, idem bene nutriant; ac si opus sit crescentibus adhuc, mediocre quippiam adiicere, nihil relinquant quod vel superuacuum sit, vel deficiens. Ad eundem modum in somno, vigiliis, balneis, animi actionibus, & aliis id genus, medium omnis excessus seruari debebit; quòd si in aliquo sit erratum, corrigendus error est. Porrò omnis corrigendi erroris communis esto scopus, contrarij excessus vsurpatio, ita vt si plusculùm pridie fatigatum corpus est, demas aliquid exercitationum modo; sin minus iusto se exercitauit, vt exercitij modum augeas. Eodem pacto si concitatiore motu est vsum, vt hunc modicè remittas; sin remissiore vt intendas. Simili modo si robustior motus præcessit, vt pro hoc mitiorem iniungas; pro leuiore contrà qui valentior sit, & pro languido vehementem, & pro vehementi contrarium; & vno verbo, vt omnem excessum contrario excessu corrigens, in sanitate hominem custodias. Vt autem corrigendo non erres, primùm corporis affectus ad vnguem scire oportet, deinde omnium eorum quæ priore die facta videris, meminisse. Nam affectus quidem, quod delictum sit docebunt, recordatio eorum quę pridiè sunt acta, quantum tibi à consuetis recedendum sit insinuat. Atque in affectibus quidem eiusmodi excessus videas, quòd aut gracilius, aut obesius, aut durius, aut mollius, aut siccius, aut humidius, aut rarius, aut densius corpus, quàm antè apparet, cum eo etiam quòd nec naturalem coloris gratiam ad vnguem seruat. Memoria verò factorum, & quod peccatum est ostendet, & prout corrigetur, ex præsentium collatione docebit. Nam si gracilius redditum corpus sit, æstimare oportebit atque ad memoriam reuocare, plúsne quàm par erat, exercitando fatigatus homo sit, aut concitatiore motu vsus, aut fricando, lauandóve modum excesserit. Ab his mox considerare nimiane cogitatione sit vsus, aut nimium vigilauerit, aut per aluum longè plura iusto deiecerit. Expendi etiam debebit, num domus in qua versatus sit, calidior fuerit, aut parciùs comederit vel biberit, aut veneri liberiùs indulserit. Sin obesius visum corpus sit, num frictio mollior, aut exercitium parcius, aut tardius, aut somnus longior, aut venter adstrictus, aut ciborum copia optimè concoctorum præcesserit. Si verò durius quàm antè corpus apparet, primùm frictionum meminisse oportet, mox exercitationum, an hæ robustæ & cum aduersario duro atque premente præierint; ad hæc, an in puluere, eóque duro ac frigido, & an citra apotherapiam. Dein balnei, an videlicet hoc planè frigidum fuerit, an nimium calens. Præterea domus in qua dormiens, vigilánsve versatus est, num frigida; Itémque ciborum siccitatis, & potionis penuriæ. Sin mollius quàm priùs, postridiè corpus videatur, primùm quidem frictionum meminisse conueniet, an molles & cum pinguedine, & balneis leniter tepidis sint adhibitæ. Ab his reuocari ad memoriam debebit, an exercitationes tardæ & exiguæ, cum aduersario immodicè molli præcesserint; dein an potio vberior fuerit; mox an cibos plures, aut natura humidiores acceperit; Postremò, an multùm dormierit. Proximus molli corporis affectui est humidus, hoc differens quòd mollis ipsorum corporum propria qualitas est,

A μήτ᾽ ἐλάττω λαμβάνειν, ἀλλ᾽ ἢ ὅσα πεφθέντα, καὶ ἀναδοθέντα, καὶ θρέψουσι τὸ σῶμα καλῶς, εἰ δέοι καὶ τοῖς ἔτι αὐξομένοις τι προστεθῆναι σύμμετρον, οὐδὲν ἐάσειν περιττὸν, οὔτ᾽ ἐνδεές. οὕτω δὲ καὶ κατὰ τοὺς ὕπνους τε, καὶ τὰς ἐγρηγόρσεις, καὶ τὰ λουτρὰ, καὶ τὰς τῆς ψυχῆς ἐνεργείας, ὅσα τ᾽ ἄλλα τοιαῦτα τὴν συμμετρίαν δηλονότι προσήκει φυλάττειν. εἰ δέ ποθ᾽ ἁμάρτοι τις καθ᾽ ὁτιοῦν τῶν εἰρημένων, ἐπανορθοῦσθαι τὸ σφάλμα. κοινὸς δ᾽ ἔστω σοι σκοπὸς ἁπάσης ἐπανορθώσεως, ἡ τῆς ἐναντίας ἀμετρίας χρῆσις, εἰ μὲν ἐπὶ πλέον ἐπόνησε τὸ σῶμα, τῇ προτεραίᾳ καθαιροῦντι τὸ πλῆ-
B θος τῶν γυμνασίων, εἰ δ᾽ ἐνδεέστερον, αὐξάνοντι. οὕτω δὲ εἰ καὶ ὀξυτέραις ἐχρήσατο ταῖς κινήσεσιν, ἀνιέντι μετρίως. εἰ δ᾽ ἐκλελυμέναις, ἐπιτείνοντι. κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν τρόπον ἐπὶ μὲν ταῖς εὐτονωτέραις, τὰ μαλακώτερα γυμνάσια παραλαμβάνων, ἐπὶ δὲ ταῖς ἀτονωτέραις, ἰσχυρότερα, καὶ τὰ σφοδρὰ δὴ τοῖς ἀμυδροῖς ἀντεισάγων, καὶ τοῖς σφοδροῖς τἀναντία. καὶ συλλήβδην εἰπεῖν ἁπάσας ἀμετρίας ἐπανορθούμενος, διὰ τῆς ἐναντίας ἀμετρίας, ὑγιαίνοντα διαφυλάξαι τὸν ἄνθρωπον. εἰς δὲ τὸ μηδένα ταῖς ἐπανορθώσεσι σφάλλεσθαι, πρότερον μὲν χρὴ γινώσκειν ἀκριβῶς τὰς διαθέσεις τοῦ σώματος,
C εἶτα μεμνῆσθαι τῶν ἐν τῇ προτεραίᾳ προγεγενημένων ἁπάντων. αἱ μὲν γὰρ διαθέσεις, ἐνδείξονται τὸ πλημμεληθὲν, ἡ μνήμη δὲ τῶν προγεγενημένων εἰς ὅσον χρὴ μετακινῆσαί τι τῶν συνήθων ὑπαγορεύσει. κατὰ μὲν δὴ τὰς διαθέσεις, αἱ τοιαίδε εἰσὶν ἀμετρίαι, ὡς ἰσχνότερον, ἢ εὐογκότερον, ἢ σκληρότερον, ἢ μαλακώτερον, ἢ ξηρότερον, ἢ ὑγρότερον, ἢ ἀραιότερον, ἢ πυκνότερον ἑαυτοῦ φαίνεσθαι τὸ σῶμα, πρὸς τῷ μὴ κατὰ φύσιν ἀκριβῶς ἀποσώζειν εὐχροιαν. ἡ μνήμη δὲ τῶν προγεγονότων, αὐτό τε τὸ ἁμαρτηθὲν ἐνδείξεταί σοι, καὶ διδάξει τὴν ἐπανόρθωσιν ἐκ τοῦ παραβάλλεσθαι τοῖς ἐνεστῶσιν. εἰ μὲν γὰρ
D ἰσχνότερον τὸ σῶμα φαίνοιτο, σκοπεῖσθαι χρὴ, καὶ ἀναμιμνήσκεσθαι, πότερον πλείω τοῦ προσήκοντος ἐπόνησεν, ἢ ὀξυτέραις ἐχρήσατο ταῖς κινήσεσιν, ἢ περὶ τὴν τρῖψιν ἐπλεόνασεν, ἢ τὰ λουτρά. καὶ μετὰ ταῦθ᾽ ἑξῆς ἐπισκέπτεσθαι πότερον ἐφρόντισεν, ἢ ἠγρύπνησεν, ἢ διέκρινε κατὰ γαστέρα πολὺ πλείω τοῦ προσήκοντος. ἐπισκέπτεσθαι δὲ, καὶ εἰ ὁ οἶκος θερμότερος ἐν ᾧ διέτριψεν, ἢ ἔφαγεν ἔλαττον, ἢ ἔπιεν, ἢ ἀφροδισίοις ἐχρήσατο πλείοσιν. εἰ δ᾽ ἐν ὄγκῳ μείζονι τὸ σῶμα φαίνοιτο, μὴ τρῖψις μαλακὴ, ἢ γυμνάσιον ἔλαττον, ἢ βραδύτερον, ἢ πλείων ὕπνος, ἢ ἐποχὴ γαστρὸς, ἢ σιτίων πλῆθος ἀμέμπτως πεφθέν-
E των. εἰ δὲ σκληρότερον ἑαυτοῦ φανείη τὸ σῶμα, τρίψεων ἀναμνησθῆναι χρὴ πρότερον, εἶτα γυμνασίων εὐτόνων μετ᾽ ἀνταγωνιστοῦ σκληροῦ πιλοῦντος, καὶ πρὸς τούτοις εἰ ἐν κόνει, καὶ ταύτῃ σκληρᾷ καὶ ψυχρᾷ, καὶ εἰ χωρὶς τῆς καλουμένης ἀποθεραπείας. εἶθ᾽ ἑξῆς λουτρῶν, εἰ ψυχρὰ παντάπασιν, ἢ λίαν θερμά. καὶ ὁ οἶκος ἐν ᾧ διέτριψεν ἐγρηγορώς τε καὶ κοιμώμενος, ψυχρός· ἔτι δὲ σιτίων ξηρότητα, καὶ πομάτων ἔνδειαν. εἰ δὲ μαλακώτερον ἑαυτοῦ γένοιτο κατὰ τὴν ὑστεραίαν τὸ σῶμα, πρότερον μὲν ἀναμιμνήσκεσθαι χρὴ τῆς τρίψεως, εἰ μαλακή τε καὶ σὺν λίπει, καὶ λουτροῖς ἀτρέμα, καὶ χλιαροῖς ἐγένετο. μετὰ δὲ τὴν
F τούτων ἐπίσκεψιν, εἰ τὰ γυμνάσια βραδέα, καὶ ὀλίγα, καὶ μετὰ τοῦ συμπαλαίοντος ἀμετρώτερον ἁπαλοῦ, κἄπειτα περὶ πόματος εἰ πλέον, εἶθ᾽ ἑξῆς ἐδεσμάτων, ἢ πλειόνων, ἢ ὑγροτέρων τὴν φύσιν, εἶθ᾽ ὕπνων, εἰ πλείους, ἐγγὺς δὲ τῆς μαλακῆς τοῦ σώματός ἐστι διαθέσεως, ἡ ὑγρὰ καλουμένη, πλὴν ὅσον ἡ μὲν μαλακὴ, τῶν σωμάτων αὐτῶν ἐστιν οἰκεία ποιότης,

ἢ δ' ὑγρά, τῶν ἐν αὐτοῖς ὑγρῶν. διακρίνεται δ' ἀπ' ἀλλήλων, ἡ μὲν γὰρ ὑγρά, σὺν ἰκμάσιν ἐστίν, ἡ δὲ μαλακή, χωρὶς τούτων, ὄντος δὲ δηλονότι, καὶ τοῦ μαλακοῦ σώματος ὑγροῦ, τοῖς οἰκείοις μορίοις, ἀλλ' ἕνεκα σαφοῦς διδασκαλίας, μαλακὸν μὲν τοῦτο καλείσθω, τὸ δ' ἕτερον ὑγρόν. ἡ μὲν οὖν ἀμέτρως ξηρὰ διάθεσις, εὐθὺς σκληρυνεῖ τὴν ἕξιν, οὐκ ἐξ ἀνάγκης δέ, μετὰ μαλακότητός ἐστιν ἡ ὑγρά, δύναται μὲν γὰρ ἐσκληρῶσθαι μὲν ἡ σάρξ, ἀναφέρεσθαι δ' ἐκ τοῦ σώματος ἰκμάς, ἢ ἱδρώς. ἐπὶ μὲν οὖν τῶν ὑγροτήτων, ἤτοι τὴν ἀφροδισίων χρῆσιν ἄκαιρον, ἢ ἀπό τινος ἑτέρας αἰτίας, ἀρρωστίαν τῆς δυνάμεως ὑποπτευτέον, ἢ ἀραιότητα τοῦ σώματος ἐπὶ μαλακαῖς ἀμέτρως τρίψεσιν, ἢ λουτροῖς πλέοσιν, ἢ ἀέρι τῷ κατὰ τὸν οἶκον, ἐν ᾧ διέτριψε θερμοτέρῳ παρὰ τὸ δέον. ἐπισκεπτέον δὲ καὶ περὶ πομάτων εἰ πλέον, ἢ ὕπνοι πολλῷ πλείους τῶν κατὰ φύσιν, ἢ εἰ τὸ περιέχον ἀθρόως μετέβαλεν εἰς ὑγρότητά τε καὶ θερμότητα, καὶ περὶ τροφῶν δ' ὡσαύτως. ἐπὶ δὲ τῆς ἁπαλότητος, ἢ μαλακότητος, ἑκάτερον γὰρ ὀνομάζειν ἔθος ἐστίν, ὅταν ποτὲ χωρὶς ὑγρότητος ᾖ, πεπέφθαι μὲν τὴν τροφὴν ὀρθῶς, καὶ τετράφθαι τὸ σῶμα, γεγυμνάσθαι δὲ ἐνδεέστερον. ἔμπαλιν δὲ ἐπὶ τῆς σκληρότητος, ἢ τετρῖφθαι σκληρῶς, ἢ γεγυμνάσθαι πλείω μετὰ τοῦ σκληροῦ σώματος ἐν κόνει. ξηρότης δὲ τῆς ἕξεως, ἔνδειαν πόματος, ἢ τροφῆς, ἢ ἀγρυπνίαν, ἢ μερίμναν βιωτικήν, ἢ πολλὴν τρῖψιν, ἢ γυμνάσιον ἄμετρον ἐνδείκνυται. ταῦτά τε οὖν βίον σκεπτόμενος, ἐπανορθοῦσθαι δυνηθείης καθ' ἑκάστην ἡμέραν τὸ σφάλμα, πρὶν αὐξηθὲν δυσίατον γενέσθαι. μέμνησο δ' ἀεὶ τοῦ πᾶσαν ἀμετρίαν εἰς ἐπανόρθωσιν ἄγεσθαι διὰ τῆς ἐναντίας ἀμετρίας, ὁ γάρ τοι σκοπὸς οὗτος, ἁπάντων ἐστὶ κοινὸς τῶν παρὰ φύσιν, ὥς τε χρὴ προσθέντα σε τῷδε τήν τε τῶν σωμάτων αὐτῶν διάγνωσιν ὧν προνοεῖσθαι μέλλεις, ἑκάστου τε τῶν βοηθημάτων τὴν δύναμιν, ἁπάσης ἐπιστήμονα τῆς περὶ τὸ σῶμα τέχνης γενέσθαι, καθ' ἣν οὐ μόνον τοὺς ὑγιαίνοντας ἐν ὑγείᾳ διαφυλάξεις, ἀλλὰ καὶ τοῖς νοσοῦσιν ἀναλήψῃ τὴν ἀρχαίαν ἕξιν.

A humidus, qui in eo continentur humorum. Discernuntur hi tactu, nam humidus affectus cum madore cutis est, mollis sine hoc, quanquam est profectò & molle corpus humidum suis ipsius partibus. Cæterùm pro doctrinæ claritate hoc molle vocetur, alterum humidum. Ac siccus quidem immodicè corporis affectus habitum statim durum reddit; non tamē cum mollitie necessariò coniunctus est humidus affectus, potest namque durata caro esse, & tamen mador sudórve è corpore emitti. Atque in humido quidem corporis habitu, vel ex intempestiuo veneris vsu, vel alia quapiam B ex causa, de virium imbecillitate suspicio est, vel corporis raritate ex immodicè molli frictione, vel nimio balnei vsu, vel aëre domus, vbi versatus est, quàm par erat calidiore. Habenda præterea est & de potione consideratio, an ea vberior fuerit. Et de aëre ambiente, num se non sensim, sed simul totum in humidum calidúmque mutauerit; Et de cibis pari modo. In teneritudine verò siue mollitudine (vtroque enim modo dici consueuit) quum vtique sine humiditate fuerit, concoctum probè nutrimentum esse & corpus nutritum, sed exercitatum parcius esse putandum est. Contrà in duritie, aut duriter perfrictum esse, aut nimium exercita- C tum, idque cum duro aduersario, in puluere iudicandum. Siccitas verò habitus, penuriam potionis cibíve, aut vigilias, aut vitæ sollicitudinem, aut multam frictionem, aut exercitationem immodicam indicat. Hæc itaque in vita considerans, corrigere errorem quotidie poteris prius quàm inauctus error curatu difficilior euadat. Semper autem memineris, excessum omnem contrario excessu esse emendandum; quippe omnium quæ præter naturam incidunt, omne huc consilium curationis dirigitur. Quare si huic præcepto etiam corporum quibus præficeris, dignoscendorum peri- D tiam adieceris, & singulorum remediorum facultates adiunxeris, vniuersæ iam artis quæ corpori hominis tuendo dicata est, peritus fueris; cuius ope non sanis modò suam valetudinem tueberis, sed etiam iis qui ægrotant, pristinum statum restitues.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Γ'.

Περὶ τῆς τοῦ τρίβειν τε, καὶ γυμνάζεσθαι τοὺς γέροντας μεθόδου· καὶ τοὺς μὲν εὔρωστα, τοὺς δὲ ἀρρωστότερα μόρια ἔχοντας.

E

Ὁποῖον μὲν οὖν ἐστι τὸ ἄριστον σῶμα, πρότερον εἴρηται, τὸ δ' ἀπολειπόμενον τοῦδε γινώσκειν μέν σε χρὴ διὰ τρεῖς αἰτίας ἀπολειπόμενον, ἢ ὅτι κακῶς ἐξ ἀρχῆς κατεσκευάσθη κυούμενον, ἢ ὅτι μετὰ ταῦτα πρός τινος αἰτίας εἰς τὴν παρὰ φύσιν ἦλθε διάθεσιν, ἢ τῷ τῆς ἡλικίας λόγῳ. πειρᾶσθαι δ' ἐπανορθοῦσθαι πάντα, διὰ τῆς ἀντικειμένης ἀμετρίας· οἷον αὐτίκα περὶ γήρως. τὸ γῆρας ἐστὶ μὲν ψυχρόν, καὶ ξηρόν, ὡς ἐν τοῖς περὶ κράσεων ἐπιδέδεικται λόγοις. ἐπανόρθωσις δ' αὐτοῦ, διὰ τῶν ὑγραινόντων τε καὶ θερμαινόντων γίγνεται. F τοιαῦτα δ' ἐστὶ θερμὰ λουτρὰ γλυκέων ὑδάτων, καὶ οἴνου πόσις, ὅσαι τε τῶν τροφῶν ὑγραίνειν ἅμα τε καὶ θερμαίνειν πεφύκασι. περὶ δὲ γυμνασίων, ἢ τρίψεων, ἁπάσης τε κινήσεως, ἀπὸ τούτων γὰρ ἄρξασθαι βέλτιον, ἐπειδὴ καλῶς εἴρηται τοὺς πόνους τῶν σιτίων ἡγεῖσθαι, τάδε χρὴ γινώσκειν, ὡς ἐκ μέρους μέν τινος ὀρθῶς εἶπεν ὁ ποιητής,

CAPVT III.

De ratione fricandi & exercendi senes, tam qui validas & firmas partes, tum qui imbecilliores sunt nacti.

Atque optimum quidem corpus cuiusmodi sit, dictum iam est. Quod autem ab huius perfectione defecit, scire licet tribus id de causis defecisse, aut quòd statim in vtero vitioso statu fuit; aut quòd qualibet de causa postea in affectum præter naturam incidit; aut ætatis ratione. Omnia verò corrigenda per contrarium excessum sunt. Senium enim, vt de hoc primum agam, frigidum siccúmque est, veluti in libro de Temperamentis est ostensum. Corrigitur id per ea quæ calfaciunt & humectant: Talia sunt balnea calida aquarum dulcium, & vini potio, præterea ex cibis quicunque humectare, & calfacere natura possunt. De exercitatione verò, frictione, & omni motu (ab his enim cœpisse est satius: nam rectè illud dictum arbitror, *Labor cibum præcedat*) hæc scire licet, poëtam ex parte verum dixisse,

Vt lauit, sumpsitque cibum, det membra sopori.
.... Namque hæc iusta seni. ——

non tamen in hoc totum esse positum. Postulat enim senum non secus quàm iuuenum corpus dimoueri, quum insitus alioqui calor extingui in his periclitetur. Nam corporum quæ in florente ætate sunt, non desunt quæ quietem postulent, de quibus Hippocrates prodidit: *Senum verò nemo quietem ex toto postulat, sed nec exercitium vehemens.* Ceu enim ventilabro quodam excitari accendíque calor eorum desiderat: vehementiore autem motu disiicitur. Ac magnæ quidem flammæ, eius quod ita accendat, minimè egent, quum satis ipsæ sibi & ad tutelam sint, & vt materiæ dominentur. Ergo nec à somno mane fricari desiderant omnes ætate florentes, sicuti senes quum eiusmodi frictionis quæ cum pinguedine adhibetur, duplex scopus sit, nempe vt vel lassitudinis affectum sanet prius quàm inaucta febrem accendat, vel imbecillam distributionis vim excitet. Nam multos longo tempore macie extabescentes eiusmodi frictione adhibita facilè paucis diebus carne impleuimus. Verum quod aliis ex affectu certo in tempore incidit, id senibus adest perpetuò, quippe quorum omne corpus frigidum est, nec potens alimentum ad se trahere, atque id probè conficere, ex cóque nutriri. Sed frictio quum & vitale robur excitet, & modicè calefaciat, efficit vt & distributio nutrimenti sit facilior, & nutritio promptior. Hac victus ratione, & iuuenes non pauci qui ex eo quòd alimentum his distributum in corpus non est emaciati sunt, carnis incrementum receperunt; & senes planè omnes fructum non paruum senserunt. Atque hæc quidem vna senibus veluti exercitatio sit manè administrata, nempe fricatio cum oleo; post hanc inambulatio, gestatióque, quæ tamen sint intra lassitudinem, habita ratione virium ipsius senis; quarum causa de cibis, potionéque non pauca priùs diximus; nunc de exercitationibus quoque exempli causa quædam ponemus, de quibus hæc in superioribus didicimus. Quòd acuta exercitatio (sic enim vocant, cuius celeres motus sunt) corpus attenuat, contraria crassum reddit, multa corpus siccat, mediocris obesum præstat. Dictum est & de cæteris omnibus exercitationum atque etiam frictionum differentiis. Verùm exercitationis formæ, quæ senibus vtiles aut noxiæ sint, tum ex corporis totius affectu & consuetudine, tum vitiis ipsis quæ infestant intelligentur. Ex totius corporis affectu ad hunc modum. Nam optimi status corpus, de quo hactenus sermonem fecimus, sicut in iuuentute ad vehementissimos quosque labores idoneum maximè est, ita in senecta se habet ad omnes mediocres. Quod verò aut crassis cruribus est, aut lato pectore, aut cruribus vltra quàm par est gracilibus, aut quod exiguo est thorace, aut admodum angusto, aut valgum est varúmve, aut alio quouis pacto à mediocritate recedens, id ad plerásque exercitationum ineptum est. Quippe vitiosæ figuræ thorax in iis quæ per vocem administrantur, offenditur, crura verò per inambulationem læduntur; Ad eundem modum de manibus, collo, humero, lumbis, coxis, & tota spina, mihi dictum intellige. Quicquid enim ex his parum ritè ab initio conditum est, id sanè exercitando imbecillum potiùs quàm firmum redditur; nisi sicui moderatos motus,

A ---- ἐπὴν λούσαιτο φάγοι τε,
Εὐδέμεναι μαλακῶς, ἡ γὰρ δίκη ἐστὶ γερόντων.

οὐ μὴν τό γε σύμπαν ἐν τούτῳ τέτακται. δέονται γὰρ οἱ γέροντες οὐδὲν ἧττον τῶν νέων, εἰς κίνησιν ἄγειν τὸ σῶμα, κινδυνευούσης αὐτῆς σβεσθῆναι τῆς ἐμφύτου θερμασίας. ἐπεί γε τῶν ἀκμαζόντων σωμάτων, εὑρίσκονταί τινες φύσεις, ἡσυχίας δεόμεναι, περὶ ὧν εἴρηταί τε καὶ Ἱπποκράτει, γερόντων δὲ οὐδεὶς χρήζει παντελοῦς ἡσυχίας, ὥσπερ οὐδὲ γυμνασίου σφοδροῦ, ῥιπίζεσθαι μὲν γὰρ αὐτῶν δεῖται τὸ θερμὸν, ἐξελέγχεται δὲ κατὰ τὰς σφοδροτέρας κινήσεις. αἱ μὲν οὖν μεγάλαι φλόγες
B οὐδὲν ἔτι χρήζουσι τοῦ ῥιπίζοντος, ἀλλ' ἑαυταῖς εἰσιν ἱκαναὶ, πρός τε τὸ διασώζεσθαί τε καὶ κρατεῖν τῆς ὕλης. οὔκουν ἀνατρίβεσθαι ἀμέτρως μετὰ τοὺς ὕπνους ἕωθεν, ἅπαντες οἱ ἀκμάζοντες δέονται, καθάπερ οἱ γέροντες, ὁ γάρ τοι σκοπὸς τῆς τοιαύτης ἀνατρίψεως ἅμα λίπει γινομένης, διττός ἐστιν, ἢ κοπώδη διάθεσιν ἰάσασθαι πρὶν αὐξηθεῖσαν ἀνάψαι πυρετὸν, ἢ ἀρρωστοῦσαν ἀνάδοσιν ἐπεγεῖραι. πολλοὺς γὰρ ἀτροφοῦντας ἐκ μακροῦ χρόνου, ῥᾳδίως ἐν ὀλίγαις ἡμέραις ἐσαρκώσαμεν, ἐπὶ τὴν τοιαύτην ἀνάγοντες τρῖψιν. ἀλλ' ὅπερ ἄλλοις κατὰ πάθος ἐν χρόνῳ τινὶ γίνεται, τοῦτ' ἀεὶ τοῖς γέρουσιν
C ὑπάρχει, καὶ ψυχρὸν γὰρ ὅλον αὐτῶν ἐστι τὸ σῶμα, καὶ ἀδύνατον ἕλκειν τὴν τροφὴν ἐφ' ἑαυτό, καὶ κατεργάζεσθαι καλῶς, καὶ τρέφεσθαι πρὸς αὐτῆς. ἀλλ' ἡ τρῖψις ἐπεγείρουσα τὸν ζωτικὸν τόνον αὐτῶν, καὶ θερμαίνουσα τὰ μέτρια, τήν τ' ἀνάδοσιν εὐπετεστέραν ἐργάζεται, καὶ τὴν θρέψιν ἑτοιμοτέραν. οὕτω τοι καὶ διαιτώμενοι, νέοι τε πολλοὶ τῶν ἀτροφούντων, ἐσαρκώθησαν, οἵ τε γέροντες ὠνήναντο πάντες. ἓν μὲν δή σοι τοῦτο, καθάπερ τι γυμνάσιον ἔστω τοῖς γέρουσιν ἕωθεν γιγνόμενον, ἡ μετ' ἐλαίου τρῖψις, ἐφεξῆς δὲ περίπατοί τε καὶ αἰωρήσεις ἄκοποι, στοχαζομένων τῆς τοῦ γέροντος
D δυνάμεως, δι' ἅπερ ἡμῖν εἴρηται πρόσθεν, περὶ ἐδεσμάτων τε καὶ πομάτων, οὐκ ὀλίγα. παραδείγματος δὲ ἕνεκεν, καὶ νῦν εἰρήσεται περὶ τῶν γυμνασίων, ὑπὲρ ὧν ἐμάθομεν ἔμπροσθεν. ὡς τὰ μὲν ὀξέα, προσαγορεύουσι δὲ οὕτως, ὧν αἱ κινήσεις ταχεῖαι, λεπτύνει τὸ σῶμα, τὰ δ' ἐναντία, παχύνει, καὶ πολλὰ μὲν ξηραίνει, τὰ δὲ μέτρια σαρκοῖ. λέλεκται δὲ καὶ περὶ τῶν ἄλλων ἐν αὐτοῖς διαφορῶν ἁπασῶν, ὥσπερ γε καὶ περὶ τῶν τρίψεων, αἱ δὲ τῶν γυμνασίων ἰδέαι τοῖς γέρουσιν, ὅσαι τ' ὠφέλιμοι, καὶ ὅσαι βλαβεραὶ, κριθήσονται τῇ τε τοῦ σώματος ὅλου διαθέσει, καὶ τοῖς ἐνο-
E χλοῦσι παθήμασι. τῇ μὲν ὅλου τοῦ σώματος διαθέσει, κατὰ τάδε. τὸ μὲν γὰρ ἄριστον τῇ κατασκευῇ σῶμα, περὶ οὗ μέχρι δεῦρο πεποίημαι τὸν λόγον ἐξ ἀρχῆς, ὥσπερ ἐν νεότητι πρὸς ἅπαντας τοὺς σφοδροτάτους πόνους ἐπιτηδειότατόν ἐστιν, οὕτως ἐν γήρᾳ, πρὸς ἅπαντας τοὺς μετρίους. τὸ δ' ἤτοι παχυσκελὲς, ἢ εὐρύστερνον, ἢ περαιτέρω τοῦ προσήκοντος ἰσχνοσκελὲς, ἢ ὅσοις ὁ θώραξ μικρός ἐστιν, ἢ κομιδῆ στενὸς, ἢ τὸ βλαισὸν, ἢ τὸ ῥαιβὸν, ἢ ὁπωσοῦν ἄλλως ἀσύμμετρον, εἰς τὰ πολλὰ τῶν γυμνασίων, οὐκ αὖ ἐπιτήδειον. ἐν μὲν γὰρ τοῖς διὰ τῆς φωνῆς γιγνομένοις, ὁ
F κακῶς κατεσκευασμένος θώραξ, ἐν δὲ τοῖς διὰ τῶν περιπάτων, τὰ σκέλη βλάπτεται· κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν τρόπον, ἐπί τε χειρῶν εἰρῆσθαί μοι νόει, καὶ τραχήλου, καὶ νώτου, καὶ ὀσφύος, ἰσχίων τε, καὶ τῆς ῥάχεως ὅλης. ὅτι γὰρ ἂν αὐτῶν ᾖ κακῶς ἐξ ἀρχῆς κατεσκευασμένον, ἐξελέγχεται μᾶλλον, ἢ ῥώννυται γυμναζόμενον, εἰ μὴ ἄρα τις, τὰς συμμέτρους κινήσεις,

ὀνομάζειν ἐθέλει γυμνάσια σύμμετρα, τοῖς ἀσθενέσι μορίοις· ἀλλ' οὕτως περὶ ὀνόματος μᾶλλον, ἢ πράγματος ἡ ἀμφισβήτησις ἔσται. τὰ δ' εἰς ὑγείαν διαφέροντα τοῖς γέρουσι γυμνάσια, διὰ τῶν ἰσχυροτέρων χρὴ ποιεῖσθαι μορίων. συγκινεῖται γὰρ ἐκείνοις, καὶ γυμνάζεται τὰ λοιπά, καὶ μὴν δὴ καὶ ἔθη, μεγίστην ἔχει μοῖραν εἰς αἵρεσιν ἰδέας γυμνασίων. ἄκοποί τε γὰρ αὐτοῖς αἱ εἰθισμέναι γίνονται κινήσεις, ἥδονταί τε κατ' αὐτὰς ἐνεργοῦντες. ὥσπερ αὖ πάλιν ἐν τοῖς ἀήθεσιν, ἄχθονταί τε καὶ κοπώδεις γίνονται. τῶν δὲ τεχνικῶν ἐνεργειῶν, οὐδ' ἅψασθαι δυνατόν ἐστι, ἢ αὐλεῖν, ἢ σαλπίζειν, ἢ κιθαρίζειν, ὥσπερ γε τῶν κατὰ παλαίστραν, ὅσοι παλαισμάτων ἀμαθεῖς. ἕκαστον οὖν τῶν γερόντων ἐν τοῖς συνήθεσι γυμνάζειν, ἀνέντας αὐτῶν τὴν σφοδρότητα. τρίτος δὲ σκοπὸς ἰδέας γυμνασίων ἀπὸ τῶν παθημάτων λαμβανέσθω, κοινὸς μὲν ἁπάσης ἡλικίας ὑπάρχων, οὐ μὴν ἴσην γε τὴν δύναμιν ἐν ἁπάσαις ἔχων, ὅτι μηδὲ τὴν βλάβην ἴσην ἐργάζεται παροφθείς. ὅσοι μὲν γὰρ ἑτοίμως ἁλίσκονται σκοτώμασιν, ἢ ἐπιληψίαις, ἢ ὀφθαλμίαις σφοδραῖς, ἢ ὠταλγίαις, οὐ χρὴ τούτους ἐπινεύοντας, ἢ κατακύπτοντας, ἢ καλινδουμένους χαμαὶ γυμνάζεσθαι, περιπάτοις δὲ πολλάκις, καὶ δρόμοις μετρίοις, αἰωρήσεσί τε ἐπὶ τῶν ὀχημάτων ἀκόπως χρῆσθαι. παραπλησίως δὲ ἔχει, καὶ ὅσοις παρίσθμια ῥᾳδίως, ἢ ἀντιάδες, ἢ συνάγχαι γίνονται· καὶ ὅσοις γαργαρεὼν ἑτοίμως ῥευματίζεται, καὶ ὅσοις οὖλα, καὶ ὅσοις ὀδόντες, ἢ ὅλως τι τῶν κατὰ τὸν τράχηλόν τε, καὶ τὴν ὅλην κεφαλὴν μορίων· ἡμικρανίᾳ γοῦν ἐνοχλοῦνται πολλοί, καὶ τένοντας ἄλλοι συνεχῶς ἀλγοῦσιν, ἐπὶ μικραῖς προφάσεσιν. ὧν οὐδεὶς ἀνέχεται γυμνασίου πληροῦντος κεφαλήν, ἀλλ' ἔστιν ἅπασιν αὐτοῖς τὰ διὰ τῶν σκελῶν ὠφέλιμα, καθάπερ γε τοῖς ἀσθενέσι φύσει τὰ σκέλη, βελτίω τὰ διὰ τῶν ἄνω μερῶν γυμνάσια, χειρονομίαι τε, καὶ ἀκροχειρισμοί, καὶ δισκοβολίαι, καὶ ἁλτήρων χρῆσις, ὅσα τε κατὰ τὴν παλαίστραν γυμνάζεται χαμαὶ πολλάκις. τοῖς γε μὴν, τὰ μέσα μόρια χειρῶν καὶ σκελῶν πάσχουσι ῥᾳδίως, ἅπαν μὲν εἶδος ἐπιτήδειόν ἐστι γυμνασίων, ἐπεὶ τῶν ἄλλων τις ἀπείργει σκοπῶν. ἤδη δὲ τὰ μὲν κατὰ θώρακα, τοῖς κάτω μᾶλλον χαίρει· τὰ δὲ κατὰ κύστιν, ἢ νεφροὺς τοῖς ἄνω· σπλὴν δὲ καὶ γαστήρ, καὶ ἧπαρ ἔντερά τε, καὶ κῶλον, ὥσπερ ἐν τῷ μέσῳ τῶν κάτω μερῶν ἐστιν, οὕτω καὶ τοῖς γυμνασίοις ὁμοίως χαίρει. τὰς τε μὴν τρίψεις ἐπὶ τῶν ἀσθενῶν μορίων, ἐν οἷς μὲν χρόνοις νοσεῖ, φυλάττεσθαι προσήκει, ἐν οἷς δὲ ὑγιαίνει, προσφέρεσθαι μᾶλλον, ἢ τοῖς ἄλλοις, καὶ μάλιστα τὰς ξηρὰς ἐπὶ πλεῖστον ἀνατείνοντα, διά τε τῶν ὀθονίων, καὶ μόναις ταῖς χερσί. καὶ μὴν δὴ καὶ ὅσαι κατὰ περίοδον ὀδύναι γίνονται μορίοις τισί, οὐ σμικρὸν γίνεται κώλυμα τοῦ γίνεσθαι τοιαῦθ', ἡ τρίψις ἐν τῷ μεταξὺ χρόνῳ παραλαμβανομένη, καὶ μάλιστα πρὸ δυοῖν, ἢ τριῶν ὡρῶν τοῦ παροξυσμοῦ· ῥώννυται γὰρ ὑπ' αὐτῆς τὰ μόρια, καὶ ἧττον δέχεται τὰ συνήθη κατασκήπτοντα ῥεύματα. ταυτὶ μὲν οὖν ἅπαντα κοινὰ γερόντων ἐστί, καὶ τῶν ἄλλην ἡλικίαν ἐχόντων ἡντιναοῦν· τὸ δὲ μὴ γυμνάζεσθαι τοῖς ἀσθενέσι μορίοις, ἐπὶ γέροντας μόνον συμβουλεύω· τῶν δ' ἄλλων ὅσον τις ἂν ᾖ τοῦ γήρως ἀπωτέρω, τοσούτῳ μᾶλλον αὐτῷ γυμναστέον ἐστὶ τὸ ἀσθενές, ὅπερ δὲ καὶ διὰ παραδείγματος, ἵνα μᾶλλον ὁ λόγος ᾖ σαφής, οὐκ ὀκνήσω διελθεῖν. ὑποκείσθω τι σῶμα τῶν ἔτ' αὐξανομένων,

A imbecillis membris modicas exercitationes nominare placet; verùm ita de nomine magis quàm de re lis fuerit. Senibus verò quæ præcipua ad sanitatem exercitia sunt, hæc per valentiores corporis partes sunt obeunda, quippe cum quibus reliquæ simul mouentur exercentúrque. Quin etiam consuetudo maximam sibi vendicat partem ad exercitationis speciem deligendam. Nam quæ consueta sunt, vt minimè lassantia quos exercent, etiam delectant; sicuti è diuerso quæ insueta sunt, tum displicent, tum verò lassant. Porrò quibus operibus arte opus est, ea ne attingere quidem senes poterunt; non tibiâ, non tubâ sonare, non citharâ; non magis quàm quæ in palæstra geruntur,
B qui luctæ sunt ignari. Senes igitur omnes consuetis laboribus sunt exercendi; sed tamen vehementia eorum remissa. Tertium quo dirigit qui exercitationis formam præscribit, ab affectione sumitur, omnis quidem ætatis commune, non tamen parem vbique vim obtinens, quum nec parem vbique noxam neglectum inferat. Quos enim ex leui causa vertigines, comitiales morbi, grauis ophthalmia, vel aurium dolores malè habent, iis inclinato capite dorsóve, aut humi volutatis exercitari non expedit; imò tum ambulatione sæpe, tum
C cursu mediocri, tum gestatione in vehiculis, citra fatigationem vti. Simili modo, nec quibus tonsillarum tumores, aut glandularum paulò supra laryngem sitarum morbi, aut anginæ facilè incidunt. Nec quibus promptè in columellam, gingiuas, dentes, denique partem aliquam ex iis quæ circa collum aut totum caput habentur, fluxiones procumbunt. Quippe nonnulli hemicrania infestantur, aliis tendones continuò, ex leui qualibet causa dolent. Quorum nemo exercitationem sustinet quæ caput impleat, sed sunt his omnibus quæ per crura geruntur vtilia; sicut è diuerso, qui naturâ
D imbecillis sunt cruribus, his superioribus partibus exercitari est satius, manuum exercitationibus, acrocherismis, disci iactu, halterum vsu; præterea his omnibus quæ in palæstra humi exercent. At quorum mediæ crurum brachiorúmque partes opportunæ offensionibus sunt, iis quoduis exercitationum genus idoneum fuerit, modò ne reliquarum considerationum vlla prohibeat. Iam verò quæ circa thoracem partes sunt, magis inferiorum exercitatione iuuantur; quæ circa vesicam & renes, superiorum; lien, ventriculus, iecur, intestina, & colon, sicuti in medio superiorum inferiorúmque sunt, ita se ad exercitationes habent. Frictio-
E nes tamen partibus infirmis, quo tempore laborant, admouere non conuenit; vbi sanæ sunt, conuenit vel magis quàm aliis, & potissimùm siccas quas & per linteum, & solis manibus liberaliter adhiberi expedit. Quin etiam qui certa periodo redeunt quibusdam partibus dolores, hi ne fiant non parua ex eiusmodi frictione cautio est, si medio tempore, præcipuéque si duas, vel tres horas ante accessionem adhibita sit; firmantur enim eæ partes, & emergentes consuetas fluxiones minus admittunt. Atque hæc quidem non senum modò, sed & qui aliam quamlibet
F ætatem agunt, omnia sunt communia. Non exercitari verò imbecillis partibus, solis senibus suadeo; ex cæteris, quantò quisque remotior à senio fuerit, tantò illi magis exercitanda pars infirma est, quod vtique & quò clariora quæ dicimus, sint, exemplo prosequi non grauabor. Finge corpus aliquod ex iis quæ adhuc augescunt,

gracilibus

gracilibus esse cruribus, huic picari crura conducet, & modicè fricari, & cursu vti potius quã alia quauis exercitatione; porrò præfici ei quempiam oportet, qui modum in motu præscribat, quò neque infrà quàm expedit, exercitetur, neque adeo vltra, vt lassitudinẽ sentiat. Id tametsi non in exercitationibus modò, verùm etiam in aliis omnibus difficile intellectu sit, nos certè facile esse ostẽdimus in iis saltẽ quæ ad salubrẽ victus rationẽ pertinent. Neque enim in his præceps occasio est sicuti in morbis, imò vbi à tutissima in singulis mensura inceperis, & simul quod ex ea secutũ est, æstimaueris licet, vel addas aliquid quotidie vel detrahas, ac quod omissum est corrigas; veluti statim de iis quibus gracilia sunt crura. Ipse namque quum aliquando traditũ mihi tredecim annorum puerũ, toto augmenti tempore ad ea quæ prędixi, præcepta curassem, reddidi iuuenem cõcinnum, legitimique modi. Nam primo die illitum prius, bis deinceps, vt soleo, pice, iussi currere, nec celeriter, nec multùm. Secundo die, frictione quæ in qualitate quidem esset duræ mollísque media, in quantitate verò exigua, atque hac cum pinguedine adhibita prẽmollitum iussi paulò plus currere quàm priùs, non tamẽ celeriùs. Ab ipso verò cursu ea quæ apotherapia vocatur, frictione sum vsus. Iussi verò quotidie ambulare, sed inter initia modicè, post verò modum augere. Æstimabam quoque in cruribus tum alia, tum pręcipuè venas, num ampliùs increuissent, quàm pro crurum benè alendorum ratione. Quippe id graue est, & quod tempore tum fluxiones humorum adsciscit, tum valgos facit, neque crura benè habita reddit. Ergo non huic modò notæ te esse attentum conuenit, sed & illud obseruare, num calidiora iusto reddita crura sint, num lassitudinis quippiam sentiant. Nam si nihil horum apparuerit, augeri tum ambulationis modũ, tum cursus oportebit, atque etiam tertio quoque die picari. Sin aliquid eorum cernitur, tum & crura sursum habita in lecto collocare cõueniet, & copiam omnium quæ dixi, minuere, minus inambulare, minus currere iubere, frictione infernè sursum vti. Hæc faciens, vbi naturalem planè habitum crura receperint, rursus ad eum quem cœpisti remediorum vsum redibis, aut exiguis eorum incrementis vsus, aut etiam eundẽ perpetuò modum seruans; adhibebis, & quas rotundas frictiones vocant (hæ mediæ sunt durarum ac mollium) aliàs à superioribus, aliàs ab inferioribus partibus incipiens. Aliquando verò & puluere priùs inspersis cruribus oleũ infundes, mox fricabis. Esto verò puluis, qui appellatur pinguis. Sanè ita appellant, in quo asperũ quippiam nec acre subest, quippe extenuat potiùs quàm carnem auget quisquis aut pumicosam asperitatem, aut nitrosam salsámve acrimoniam in se habet. Si cui verò crassiora quidẽ crura sũt, brachia verò cubitíque gracilia, huic omnia quæ per manus fiunt exercitia sunt petenda, fugienda verò quæ cruribus obeuntur; frictiones tamen & picationes simili modo fiant, aliáque quæ de exercitiis crurum iam diximus. Neque enim parua in ipsis differentia est, aliis omninò ad motum inualidis, etiamsi septuagesimum ætatis annum nõdum attigerint; aliis multò his robustioribus, qui etiã supra octogesimum sunt nati. Ergo qui imbecilliores sunt, hos gestatione potiùs quã inambulatione dimouebis; validiores vtroque genere exercitabis.

A ἰσχνὸν τοῖς σκέλεσι, τούτῳ συμφέρει πιττοῦσθαί τε τὰ σκέλη, καὶ τρίβεσθαι μετρίως, καὶ δρόμῳ χρῆσθαι μᾶλλον, ἢ ἄλλῳ τινὶ γυμνασίῳ· χρὴ δ' ἐπιστατεῖν αὐτῷ τινα, τὸν σύμμετρον ὁρίζοντα τὴν κίνησιν, ὥστε μήτε τοῦ προσήκοντος ἐνδεέστερον γυμνάζοιτο, μήθ' ὑπερβάλλοι τοσοῦτον, ὡς ἀλγῆσαι κόπῳ. τοῦτο δὴ καί τοι δύσγνωστον εἶναι δοκοῦν, οὐκ ἐν γυμνασίοις μόνον, ἀλλὰ καὶ τοῖς ἄλλοις ἅπασιν ἡμεῖς ἐπεδείξαμεν εὔγνωστον, ἔν γε τοῖς κατὰ τὴν ὑγιεινὴν δίαιταν. οὐ γάρ ἐστιν ἐπ' αὐτῶν ὀξὺς ὁ καιρὸς, ὡς ἐν ταῖς νόσοις, ἀλλ' ἔξεστιν ἄρξασθαι μὲν ἀπὸ τῶν ἀσφαλεστάτων ἐν ἑκάστῳ μέτρων, ἐπισκοπουμένους δὲ τὸ ἀπο-
B βαῖνον, ἤ τοί γ' ἀφαιρεῖν, ἢ προστιθέναι τι, καθ' ἑκάστην ἡμέραν ἐπανορθουμένους τὸ πρόσθεν, οἷον εὐθέως ἐπὶ τῶν ἰσχνοσκελῶν. ἐγώ ποτε παιδάριον ἐτῶν τρισκαιδεκάτων παραλαβὼν, εἶτα παντὶ τῷ μετὰ ταῦτα χρόνῳ τῆς αὐξητικῆς ἡλικίας προνοησάμενος αὐτοῦ, κατὰ τοὺς προγεγραμμένους σκοποὺς, ἀπέφηνα νεανίσκον εὔρυθμόν τε καὶ σύμμετρον. ἐν μὲν γὰρ τῇ πρώτῃ τῶν ἡμερῶν, αὐτὸν κατέχρισα τῇ πίττῃ, δὶς ἐφεξῆς, ὡς εἴωθα, καὶ δραμεῖν ἐκέλευσα μήτ' ὀξέως μήτε πολύ. κατὰ δὲ τὴν δευτέραν τρῖψιν, συμμέτρῳ μὲν κατὰ σκληρότητά τε καὶ μαλακότητα, βραχείᾳ δὲ κατὰ τὸ πλῆθος ἅμα λίπει προ-
C μαλάξας, ἐκέλευσα βραχεῖ πλείω δραμεῖν, οὐ μὴν ὀξύτερόν γε τοῦ πρόσθεν. ἐπὶ δὲ τῷ δρόμῳ, δηλονότι, ταῖς ἀποθεραπευτικαῖς ὀνομαζομέναις ἐχρώμην τρίψεσιν. ἐκέλευον δὲ περιπατεῖν αὐτὸν καθ' ἑκάστην ἡμέραν, ἀπὸ μετρίων ἀρξαμένους, εἰς πλείω. κατασκεπτόμενος τά τ' ἄλλα τῶν σκελῶν, καὶ μάλιστα τὰς φλέβας εἰ μὴ περαιτέρω εὐρύνοιντο, τῆς τῶν σκελῶν εὐτροφίας. χαλεπὸν γὰρ τοῦτο, ῥευματικὸν, καὶ βλαισώδη τῷ χρόνῳ παρασκευάζον, οὐκ εὔσαρκα τὰ κῶλα. τούτῳ τε οὖν προσέχειν σε χρὴ τῷ γνωρίσματι, καὶ εἰ θερμότερα περαιτέρω τοῦ προσήκοντος γίγνοιτο τὰ σκέλη, καὶ εἰ κοπώδη τινὰ αἴσθησιν
D ἔχοιντα. μηδενὸς μὲν γὰρ τούτων τῶν σημείων φανέντων, αὐξάνειν τε χρὴ τὸ πλῆθος τῶν περιπάτων τε, καὶ τῶν δρόμων, καὶ πιττοῦν διὰ τρίτης. ὀφθέντος δέ τινος αὐτῶν, ἀνάρροπά τε σχηματίζειν ἐν τῇ κοίτῃ τὰ κῶλα, καὶ τὸ πλῆθος ἁπάντων ὧν εἶπον, ἀφαιρεῖν, ἐλάττω μὲν περιπατεῖν, ἐλάττω δὲ τρέχειν κελεύοντα, καὶ τῇ τρίψει κάτωθεν ἄνω. ὅταν δέ σοι ταῦτα πράξαντι, κατὰ φύσιν ἀκριβῶς ἔχῃ τὰ σκέλη, πάλιν ἐπὶ τὴν ἐξ ἀρχῆς χρὴ χρῆσιν τῶν βοηθημάτων ἰέναι, βραχυτάταις αὐξήσεσι χρώμενον ἢ διὰ παντὸς ἐπὶ τῶν αὐτῶν καταμένοντα. παρεμβάλλειν δὲ χρὴ καὶ τὰς στρογγύλας καλουμένας τρίψεις μέσας σκληρότητός τε
E καὶ μαλακότητος, ἔσθ' ὅτε μὲν, ἄνωθεν, ἐνίοτε δὲ, ἐκ τῶν κάτω μερῶν ἀρχομένους. καί που κεκονιμένοις τοῖς σκέλεσι παραχέοντας ἔλαιον, οὕτω τρίβειν. ἔστω δὲ κόνις ἡ καλουμένη λιπαρὰ, προσαγορεύουσι δ' οὕτως, ἐν ᾗ μήτε τραχὺ, μήτε δριμὺ, λεπτύνουσι γὰρ μᾶλλον, ἢ σαρκοῦσιν ὅσαι τραχύτητος κισσηρώδους, ἢ δριμύτητος νιτρώδους, ἢ ἁλμώδους μετέχουσιν. ὅτῳ δὲ παχύτερα μὲν τὰ σκέλη, βραχίονες δὲ καὶ πήχεις ἰσχνοὶ, τούτῳ τὰ μὲν διὰ χειρῶν γυμνάσια πάντ' ἐπιτηδευτέον ἐστὶ, φυλακτέον δὲ τὰ διὰ τῶν σκελῶν· ἥ γε μὴν τρῖψις καὶ πίττωσις ὁμοίως γιγνέσθω, ὅσα τ' ἄλλα περὶ τῶν κατὰ τὰ σκέλη λέλεκται
F γυμνασίων. οὐ γὰρ μικρά τίς ἐστιν ἐν αὐτοῖς διαφορὰ, τινῶν μὲν ἐσχάτως ἀρρώστων εἰς τὰς κινήσεις ὄντων, εἰ καὶ μηδέπω τυγχάνοιεν ἑβδομηκοντοῦται εἰς τὴν ἡλικίαν ὄντες, ἐνίων δὲ πολὺ ῥωμαλεωτέρων ἢ κατὰ τούσδε, γεγονότων ἔτη πλείω ἢ ὀγδοήκοντα. τοὺς μὲν ἀσθενεστέρους, αἰωρεῖν μᾶλλον, ἢ περιπατεῖν κελεύων, κινήσεις· τοὺς δ' ἰσχυροτέρους, δι' ἀμφοτέρων γυμνάσομεν.

ἄξαντά τε πρὸς τὴν δευτέραν τρῖψιν, οὐχ ὁμοίως ἀμφοτέρους, ἀλλ' ἀεὶ τὸν ἀρρωστότερον θᾶττον. ἔστω γάρ σοι τοῦτο τῶν κοινοτάτων παραγγελμάτων, ἐπὶ μὲν ἀσθενοῦς δυνάμεως, ἀνατρέφειν τὸ σῶμα πυκναῖς καὶ βραχείαις τροφαῖς. ἐπὶ δὲ ἰσχυρᾶς, ἀραιαῖς καὶ πολλαῖς. A

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Δ'.

Περὶ τῆς τῶν γερόντων τροφῆς· καὶ περὶ διαίτης ᾗ γηροκομοῦντες ἑαυτοὺς ὁ Ἀντίοχος ἰατρὸς, καὶ Τήλεφος ὁ γραμματικὸς, ἕως ἐσχάτου διετέλεσαν.

B Εἰπεῖν μὲν οὖν καὶ ταῦτα καὶ τἄλλα ῥᾷστον, ἐπιστατῆσαι δὲ γέροντι, διαφυλάττοντα τὴν ὑγείαν αὐτοῦ, τῶν χαλεπωτάτων, ὥσπερ γε καὶ τῶν ἀνακομιζομένων ἐκ νόσου. καλεῖται δ' ὑπὸ τῶν νεωτέρων ἰατρῶν τουτὶ μὲν τὸ μέρος τῆς τέχνης, ἀναληπτικὸν, τὸ δὲ ἐπὶ τῶν γερόντων, γηροκομικόν. καὶ δοκοῦσιν αἱ διαθέσεις ἀμφοῖν, οὐ κατὰ τὴν ἀκριβεστάτην ὑπάρχειν ὑγείαν, ἀλλ' ἤτοι μέσαι τινὲς εἶναι νόσου τε καὶ ὑγείας, ἢ πάντως γε μὴ τῆς καθ' ἕξιν, ἀλλὰ τῆς κατὰ σχέσιν ὀνομαζομένης ὑπ' αὐτῶν ὑγείας. εἴτ' οὖν νόσον, εἴτ' οὖν νοσώδη διάθεσιν, εἴτε μέσην ὑγείας τε καὶ νόσου διάθεσιν, εἴτε κατὰ σχέσιν ὑγείαν, ὀνομάζειν χρὴ τὸ γῆρας, οὐ πάνυ τι τῶν τοιούτων ζητήσεων φροντίζοντας, βωμολόχων προσειρημένων. ἐπίστασθαι δὲ χρὴ τὴν κατάστασιν τοῦ τῶν γερόντων σώματος, ὅτι ἐπὶ μικροῖς αἰτίοις εἰς νόσον μεθίσταται, ὁμοίως τοῖς ἀναλαμβάνουσιν ἐκ νόσου τὴν ἀρχαίαν ὑγείαν, διαιτᾶν χρὴ, διόπερ εἰπεῖν μὲν ῥᾴδιον, ἄμεινον εἶναι χρίεσθαι λίπει μετ' ἀνατρίψεως ἕωθεν τὸν γέροντα· προσηκόντως δὲ ἐργάσασθαι τοὔργον ἁπάντων χαλεπώτατον, ἥτε γὰρ σκληροτέρα βραχὺ τρῖψις, κοπώδης, ἥτ' ἄγαν μαλακὴ, πλέον οὐδὲν ἐργάζεται, καθάπερ οὐδ' ἡ βραχεῖα παντάπασιν, ἡ δέ γε πολλὴ, διαφορεῖ μᾶλλον, ἢ ἀνατρέφει. καὶ μὴν καὶ τὸ χωρίον ἐν ᾧ γυμνοῦται τοῦ γέροντος σῶμα ψυχρότερον μὲν ὂν, οὐ μόνον οὐδὲν ἐργάζεται χρηστὸν, ἀλλὰ καὶ πυκνώσει, καὶ καταψύξει· θερμότερον δ' εἴπερ εἴη τοῦ δέοντος, ἐν μὲν χειμῶνι, πλέον ἢ προσήκει, τὸ σῶμα τοῦ γέροντος ἀραιότερον ἀποτελέσαν, εὔψυκτον ἐργάσεται· θέρους δὲ, διαφορήσει τε καὶ καταλύσει τὴν δύναμιν αὐτοῦ. τοῖς μὲν γὰρ καθ' ἕξιν ὑγιαίνουσιν οὐδὲ τῶν ἰσχυρῶν αἰτίων οὐδὲν ἀλλοιοῖ τὸ σῶμα, τοῖς γέρουσι δὲ, καὶ τὰ σμικρότατα μεγίστην ἐργάζεται μεταβολήν. οὕτω τοίνυν ἔχει κἀπὶ τῆς τῶν σιτίων ποσότητός τε καὶ ποιότητος, καὶ γὰρ κἀν τούτοις, ἂν βραχύ τι τοῦ προσήκοντος ὑπερβῶσιν οἱ γέροντες, οὐ σμικρὰ βλάπτονται· τῶν νεανίσκων, ἐπὶ μεγίστοις ἁμαρτήμασι βραχέα βλαπτομένων. ἀσφαλέστερον οὖν ἐστι τοῖς ἀσθενέσι γέρουσιν, ὀλίγα διδόναι τρὶς τῆς ἡμέρας· ὡς Ἀντίοχος ὁ ἰατρὸς ἑαυτὸν διῄτα, γεγονὼς ἤδη ἐτῶν πλείω τῶν ὀγδοηκοστῶν, προϊὼν δὲ καθ' ἑκάστην ἡμέραν εἰς τὴν ἀγορὰν, ἐπὶ τὸ χωρίον ἐν ᾧ τὸ συνέδριον ἦν αὐτῷ τῶν πολιτῶν. ἔστι δ' ὅτε μακρὰν ὁδὸν ἀπιὼν, ἐπισκέψεως ἀρρώστων ἕνεκα. ἀλλ' εἰς μὲν τὴν ἀγορὰν, ἀπὸ τῆς οἰκίας ἐβάδιζεν, ὁδὸν ὡς τριῶν σταδίων, οὕτως δὲ καὶ τοὺς πλησίον ἀρρώστους ἑώρα. πορρώτερον δ' ἄν ποτ' ἀναγκασθῇ πορευθῆναι, τὸ μὲν, ἐν δίφρῳ βασταζόμενος ἐκομίζετο· τὸ δ', ἐπ' ὀχήματι αἰωρούμενος. ἦν δ' αὐτῷ κατὰ τὴν οἰκίαν οἴκημα, ἐκ καμίνου θερμαινόμενον, ἔν γε τῷ χειμῶνι· θέρους δὲ, εὔκρατον ἔχον ἀέρα καὶ χωρὶς τοῦ πυρὸς, ἐν τούτῳ πάντως ἀνετρίβετο, καὶ χειμῶνος καὶ θέρους ἕωθεν, ἀποπατήσας δηλονότι πρότερον. ἐν δὲ τῷ κατὰ τὴν ἀγορὰν χωρίῳ, C D E F

agésque ad secundam frictionem vtrosque, non tamen similiter, sed semper imbecilliorem citiùs. Nam id quoque ex maximè communibus præceptis esto, vbi imbecillæ vires sunt, crebra exiguáque frictione vtendum; vbi validæ, rara multáque.

CAPVT IV.

De cibandis senibus; ac de ratione victus, qua quum vsi fuissent Antiochus, & Telephus grammaticus, longißimè vixerunt.

Sed hæc atque alia, vt dixisse quidem est facillimum, ita præesse senis sanitati tuendæ, sanè est difficillimum æquè vt eorum qui ex morbo conualescunt. Porrò hanc artis partem appellant iuniores medici Analepticen, illam quæ senum sanitati prospicit, Gerocomicen. Videntúrque hi ambo affectus non esse exacta planè sanitas, sed vel morbi & sanitatis affectus quidam medii, vel omninò eius sanitatis non esse quæ firma constánsque sit, quam secundum habitum appellant, sed eius potius, quam isti secundum dispositionem nominant. Ergo siue morbum, siue morbosum quendam affectum, siue medium quiddam sanitatis morbíque, siue secundum dispositionem sanitatem, senium appelles, huiusmodi quæstionibus, quum his nos leuissimi homines petunt, pro nihilo habitis, scire licet senilis corporis statum, quoniam ex leui momento in morbum decidit, simili ratione iis qui ex morbo conualescunt, in victu esse curandum. Quare dictu quidem facile est seni expedire mane oleo vngi ac fricari; cæterùm aptè hæc opere peregisse, omninò difficillimum est. Nam durior paulò frictio lassitudinem affert, præmollis verò inefficax est; sicut etiam quæ exigua omninò est, at multò magis per halitum discutit quàm ad nutritionem conducit. Iam locus ipse vbi corpus senis nudatur, si frigidior est, non solùm nihil affert commodi, sed etiam densat & refrigerat; sin iusto calidior est, hyeme quidem, vbi rarius corpus effecit, frigori obnoxium reddit; æstate verò & per halitum exhaurit, & vires deiicit. Qui enim secundum habitum sani sunt, iis ne vehemens quidem causa corpus alterat; seni verò vel minima causa maximæ mutationis occasio est. Similiter igitur se habet in cibi tum qualitate, tum quantitate, quippe in quibus senes, si breue quippiam transgressi limites sint, non leuiter læduntur: quum iuuenes, vel ex maximis erroribus minimum noxæ sentiant. Ergo tutius est imbecillo seni exiguum dare ter die, sicut Antiochus medicus solitus est se cibare, iam quidem annos natus plus quàm octoginta, ac quotidie ad forum progrediẽs in eum locum, vbi concilium ciuium conuenerat, interim etiam longa via ad ægros inuisendos pergens. Cæterùm domo in forum quasi trium stadiorum spatium pedibus confecit. Quo etiam modo infirmos, si quos propè habebat, inuisit. Longius verò si quò erat eundũ, partim gestatus in sella, partim vehiculo vehebatur. Erat autem ei domi cellula quædam quæ hyeme calebat camino, æstate citra ignem bene temperatum aërem habebat. In hac manè omninò fricabatur tam æstate quàm hyeme, vtique deiecta prius aluo. In foro autem loco aliquo circiter

circiter horam diei tertiam, vel ad summum quartam, sumpsit panem cum Attico melle plerumque cocto, rarius crudo, postea partim cum aliis commentans, partim ipse solus aliquid legens, ad septimam vsque horam perseuerabat. Ab hac tum in publico balneo fricabatur, tum verò exercitabatur aptis scilicet seni exercitationibus; de quarum forma paulò post agemus. Mox lotus prandebat mediocriter: primum iis sumptis quæ aluum deiiciunt; post hæc maximè piscibus, vel quos saxatiles vocant, vel qui in alto mari degunt. Rursus in cœna piscium esu abstinuit, sed boni succi aliquid, ac quod non facilè putresceret, sumpsit, vtique aut etiam cum mulso, aut auem ex iure simplici. Atque hac quidem victus ratione Antiochus in senio vsus, sensibus illæsis membrísque omnibus integris ad extremum durauit. Telephus autem grammaticus prouectiore quàm Antiochus ætate fuit, vt qui centum ferè annos vixerit. Is verò hyeme bis mense lauabatur, æstate quater, mediis harum temporibus ter. Quibus verò diebus non lauabatur, iis circa tertiam horam vnctus est cum exigua frictione; mox mel optimum crudum alicæ in aqua coctæ permixtum esitabat, idque ei pro ientaculo satis fuit. Prandebat septima hora, aut paulo citius, primum oleribus sumptis, deinde piscibus gustatis, aut auibus; vespere autem tantum panem ex vino diluto edebat.

A περὶ τρίτην ὥραν, ἢ τὸ μακρότερον, περὶ τετάρτην, ἤσθιεν ἄρτον μετὰ μέλιτος Ἀττικοῦ πλειστάκις μὲν ἑφθοῦ, σπανιώτερον δ' ὠμοῦ, καὶ μετὰ ταῦτα, τὸ μέν τι, συγγινόμενος ἑτέροις διὰ λόγων, τὸ δὲ, καθ' ἑαυτὸν ἀναγινώσκων, ἑβδόμην ὥραν παρέτεινεν, μεθ' ἣν, ἐτρίβετό τε κατὰ τὸ δημόσιον βαλανεῖον, ἐγυμνάζετό τε τὰ πρέποντα γέροντι γυμνάσια, περὶ ὧν τῆς ἰδέας ὀλίγον ὕστερον εἰρήσεται. κἄπειτα λουσάμενος, ἠρίστα σύμμετρα, πρῶτα μὲν ὅσα λαπάττει τὴν γαστέρα προσφερόμενος· ἐφεξῆς δὲ, ἰχθύων τὸ πλεῖστον, ὅσοι πετραῖοί τε καὶ πελάγιοι. κἄπειτ' αὖθις ἐπὶ τοῦ δείπνου, τῆς μὲν
B τῶν ἰχθύων ἐδωδῆς ἀπείχετο, τῶν δ' εὐχυμοτάτων καὶ δυσφθάρτων ἐλάμβανεν, ἤτοι χόνδρον μετ' οἰνομέλιτος, ἢ ὄρνιν ἐξ ἁπλοῦ ζωμοῦ. τούτῳ μὲν οὖν τῷ τρόπῳ γηροκομῶν ἑαυτὸν Ἀντίοχος ἕως ἐσχάτου διετέλεσεν ἀπήρωτος ταῖς αἰσθήσεσι καὶ τοῖς μέλεσιν ἄρτιος ἅπασι. Τήλεφος δὲ ὁ γραμματικὸς, ἐπὶ πλείονας μὲν ἀφίκετο χρόνους Ἀντιόχου, σχεδὸν ἑκατὸν ἔτη βιοὺς, ἐλούετο δὲ, τοῦ μηνὸς δὶς μὲν ἐν τῷ χειμῶνι, τετράκις δὲ, ἐν τῷ θέρει, τρὶς δὲ ἐν ταῖς μεταξὺ τούτων ὥραις. ἐν αἷς δ' ἡμέραις οὐκ ἐλούετο, περὶ τρίτην ὥραν ἠλείφετο μετὰ βραχείας ἀνατρίψεως. εἶτα χόνδρον ἡψημένον ἐν ὕδατι, μέ-
C λι μιγνὺς ὠμὸν ὅτι κάλλιστον, ἤσθιε, καὶ τοῦτ' ἤρκει μόνον αὐτῷ, τήν γε πρώτην. ἠρίστα δὲ κατὰ τὴν ἑβδόμης ὥρας, ἢ βραχὺ πρὸ θᾶττον. λάχανα μὲν πρῶτον προσφερόμενος· εἶθ' ἑξῆς ἰχθύων, ἢ ὀρνίθων γευόμενος. ἐς ἑσπέραν δὲ μόνον ἄρτον ἤσθιε, διαβρέχων ἐν οἴνῳ κεκραμένῳ.

CAPVT V.

De vinorum natura, quæ senibus accommoda sunt.

SAnè vinum sicuti pueris est maximè aduersarium, ita senibus est vtilissimum. Esto autem id ex iis quæ calidioris naturæ sunt, qualia sunt in Græcia quidem Ariusium, & Lesbium, & quod Mysium vocant, non ex ea Mysia quæ ad Istrum est, sed ex ea quæ Hellespontia dicitur, quæ nimirum in nostra est Asia, Pergamo vicina; ex Italicis verò Falernum, & Surrentinum. Proxima his sunt in Italia quidem Tiburtinum & Signinum, ambo vetera, quando nouella nec distributionem alimenti adiuuant, nec vrinas promouent, sed diu in ventre fluctuantia permanent. Secundo ab his loco sunt Adrianum, & Sabinum, & Albanum, & Gabianum, & Triphyllinum; præterea omnia Aminæa quæ in Italia nascuntur, & circa Neapolin, & in Thuscia. Cæterùm Mysium Surrentino similes vires habet; Falerno verò, quod è Tmolitis est optimum. At Sabino, & Adriano Titacazenum, & Arsyinum sunt similia. Ergo de his modicè antiquatis bibendum senibus est, vtique quibus valentius caput non est; quibus autem est, iis & Falernum, & Surrentium, & Ariusium, & Lesbium, & Mysium, & Tmolites idonea sunt. Ergo in omni regione ad prædicta exempla deligere, sibi quisque idoneum poterit, huc videlicet omni consilio vini pro senibus deligendi directo, vt in substantia sit tenuissimum, colore, quem Hippocrates, fuluum appellare solet; poterat autem & flauum id appellare. Commodum verò vinum est & quod pallidum dicitur, vtique quod medio colore est inter flauum, & album.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ε'.

Περὶ φύσεως οἴνων καὶ τίνες τοῖς γέρουσι χρησιμώτατοι.

D ΩΣπερ δὲ τοῖς παισὶν ὁ οἶνος ἐναντιώτατός ἐστιν, οὕτω τοῖς γέρουσι χρησιμώτατος. ἔστω δὲ τῶν φύσει θερμοτέρων ὁποῖοι τῶν Ἑλληνικῶν Ἀριούσιός ἐστι καὶ ὁ Λέσβιος, καὶ ὁ καλούμενος Μύσιος, οὐκ ἐκ τῆς περὶ Ἴστρον Μυσίας, ἀλλ' ἐκ τῆς Ἑλλησποντίας ὀνομαζομένης, ἥ τίς ἐστι κατὰ τὴν ἡμετέραν Ἀσίαν, ὁμοροῦσα Περγάμῳ. τῶν δ' ἐκ τῆς Ἰταλίας, ὅ τε Φαλερῖνος καὶ ὁ Σουρρεντῖνος. ἐφεξῆς δ' αὐτῶν εἰσι, κατὰ μὲν τὴν Ἰταλίαν, ὅ, τε Τιβουρτῖνος καὶ ὁ Σιγνῖνος ἀμφότεροι παλαιωθέντες, ὡς νέοι γε ὄντες, οὐδ' εἰς ἀνάδοσιν ὁρμῶσιν, οὔτ' οὖρα κινοῦσιν, ἀλλ' ἐπὶ πολὺ, κατὰ τὴν γαστέρα μένουσι, κλύδωνας ἐργαζόμενοι. δεύτεροι δ' ἐπ' αὐτοῖς, Ἀδρια-
E νός τε καὶ Σαβῖνος, καὶ Ἀλβανὸς, καὶ Γαβειανὸς, καὶ Τριφυλῖνος, ὅσοι τ' Ἀμιναῖοι κατὰ τὴν Ἰταλίαν γίνονται, περί τε Νεάπολιν καὶ κατὰ τὴν Θούσκων γῆν. κατὰ μέν γε τὴν τοῦ Σουρρεντίνου δύναμιν, ὁ Μύσιός ἐστι, κατὰ δὲ τὴν τοῦ Φαλερίνου, τῶν Τμωλιτῶν οἱ κάλλιστοι. Σαβίνῳ δὲ καὶ Ἀδριανῷ, Τιτακαζηνός τε καὶ Ἀρσυϊνὸς ἐοίκασι. τούτων οὖν μετρίως παλαιωθέντων, πίνειν χρὴ τοὺς πρεσβύτας, ὅσοι μὴ πάνυ γε κεφαλὴν ἰσχυρὰν ἔχουσιν. οἷς δ' ἰσχυρὰ, τούτοις Φαλερῖνός τε καὶ Σουρρεντῖνος, Ἀριούσιός τε καὶ Λέσβιος, καὶ Μύσιος καὶ Τμωλίτης ἐπιτήδειοι. δῆλον οὖν ὡς καθ' ἕκαστον ἔθνος, ἐκ τῶν εἰρη-
F μένων παραδειγμάτων, αἱρεῖσθαι τὸ ἐπιτηδειότατον ἕκαστος δυνήσεται. σκοποὺς ἔχων ἐπὶ τῇ τῶν γερόντων ἡλικίᾳ, ἐν τῇ τῶν οἴνων δοκιμασίᾳ, κατὰ μὲν τὴν σύστασιν, ἀεὶ τὸν λεπτότατον αἱρεῖσθαι. κατὰ δὲ τὴν χρόαν, ὃν ὁ Ἱπποκράτης εἴωθε κιῤῥὸν καλεῖν, δύναιτο δ' ἂν καὶ ξανθὸν ὀνομάζειν αὐτὸν, ἀγαθὸς δὲ καὶ ὁ ὠχρὸς, ἐν τῷ μέσῳ καθεστὼς ξανθοῦ τε καὶ λευκοῦ,

A καὶ γὰρ εἰ βουληθείης μίξαι τὸν ξανθὸν οἶνον τῷ λευκῷ, μικτὸν ἐξ ἀμφοῖν ὠχρὸν ἐργάσῃ, καὶ κραθεὶς μεθ' ὕδατος, ξανθὸς τοιοῦτος γίνεται. παρὰ δὲ τὸ πλέον ἢ ἔλαττον ὕδωρ ἐπεμβάλλειν, ἐνίοτε μὲν ὠχρὸς, ἐνίοτε δὲ οἷον ὠχρόλευκος, ἢ ὠχρόξανθος φαίνεται. θερμότατος μὲν, ὅσον ἐπὶ τῇ χρόᾳ, τῶν εἰρημένων οἴνων, ὁ ξανθὸς, ἥκιστα δὲ θερμὸς ὁ λευκός. οἱ δ' ἐν τῷ μεταξὺ, καθ' ὅσον ἂν ἑκατέρῳ πλησιάζωσι, τῆς ἐκείνου μετέχουσι δυνάμεως. ἓν μὲν οὖν τοῦτο μέγιστον ἀγαθὸν ἐξ οἴνου τοῖς γέρουσι παραγίνεται, τὸ θερμαίνεσθαι πάντα αὐτῶν τὰ μόρια. δεύτερον δὲ, τὸ δι' οὔρων καθαίρεσθαι τὸν ὀῤῥὸν τοῦ αἵματος. διὸ καὶ κάλλιστος ἐπὶ γερόντων οἶνος, ὃς ἂν ταῦτ' ἐργάζεται μάλιστα, τοιοῦτος B δ' ἐστὶν ὁ τῇ συστάσει μὲν λεπτὸς, οὖρα γὰρ οὗτοι κινοῦσι, τῇ χρόᾳ δὲ ξανθὸς, ἴδιον γὰρ τοῦτο τῶν θερμῶν ἱκανῶς οἴνων τὸ χρῶμα. διὸ κἂν πάνυ λευκοὶ τὸ κατ' ἀρχὰς ὦσι, παλαιούμενοι προσλαμβάνουσι τινὰ ξανθότητα, δι' ἣν ὕπωχροι μὲν τὸ πρῶτον, ὕστερον δὲ τελέως ὠχροὶ γίνονται. κἂν ἐπὶ πλεῖστον ἥκωσι χρόνου, τελευτῶντες ὠχρόξανθοι φαίνονται· τελέως γὰρ οὐχ οἷόν τε τοῖς λευκοῖς οἴνοις γενέσθαι ξανθοῖς. ὅσοι δὲ τῶν ὠχρῶν, ἢ ξανθῶν οἴνων παχεῖς εἰσιν, αἷμά τε γεννῶσιν οὗτοι, καὶ τρέφουσι τὸ σῶμα· διὸ γένοιτ' ἄν ποτε καὶ αὐτοὶ χρήσιμοι τοῖς γέρουσι, καθ' ὃν δηλονότι χρόνον οὔτ' ὀῤῥώδες ὑγρὸν ἔχουσιν ἐν C ταῖς φλεψὶ, καὶ δέονται θρέψεως περιττοτέρας. ὡς ἐπὶ τὸ πολὺ δὲ, τῶν οὐρητικῶν οἴνων χρῄζουσιν, οἱ τὴν ἡλικίαν ταύτην ἄγοντες, διὰ τὸ πλεονάζειν καὶ αὐτοῖς ὑδατῶδες περίττωμα. τῶν δ' ἐπὶ πλέον ἐν τῇ γαστρὶ μενόντων οἴνων, οὐδέποτ' οὐδεὶς οἰκεῖος γέροντι. τοιοῦτοι δ' εἰσὶν οἱ ἀπὸ τῆς Βιθυνίας Ἀμιναῖοι, καὶ τῶν ἀπὸ τῆς Ἰταλίας, ὁ Μάρσος, καὶ Σιγνῖνος, καὶ Τιβουρτῖνος, ἕως ἂν ὦσι νέοι. ἀλλ' οὗτοι μὲν πάντες λευκοὶ, μέλανες δὲ ἄλλοι, καὶ παχεῖς, ὅσοι στύφουσιν, ἐν τῇ γαστρὶ μένουσι χρόνῳ πολλῷ, καὶ κλύδωνας ἐργάζονται κατ' αὐτὴν, ὥσπερ ὁ ἐν Κιλικίᾳ μὲν Συβάτης, ἐν Ἀσίᾳ δὲ Αἰγεάτης τε καὶ D Περπερίνιος. ὅσοι δὲ χωρὶς τοῦ στύφειν, μέλανές τε εἰσὶ καὶ παχεῖς, οἷος καὶ ὁ Σκυβελίτης καὶ ὁ Θηραῖος, ἧττον μὲν ἐν τῇ γαστρὶ μένουσιν· οὔρησιν δὲ οὐδ' αὐτοὶ κινοῦσιν, ἀλλ' ὑπέρχονται κάτω. διὸ καὶ προπίνουσιν αὐτοὺς, ἐδωδῆς σιτίων. ἀλλ' οὐδ' οὗτοι χρήσιμοι τοῖς γέρουσιν, οὔτε προπίνειν, οὔτε πολὺ μᾶλλον ἐν ἑτέρῳ καιρῷ προσφέρεσθαι, καθ' ὅτι μηδ' ἄλλο μηδὲν τῷ γέροντι παχύχυμον· ἐμφράττεται γὰρ ἐξ αὐτῶν, ἧπάρ τε, καὶ σπλὴν, καὶ νεφροί. κἀντεῦθεν οἱ μὲν, ὑδεριῶσιν, οἱ δὲ, λιθιῶσι τῶν ἐπὶ πλέον αὐτοῖς χρησαμένων γερόντων. εἴπερ οὖν ἐθέλοι μετὰ τὸ λουτρὸν, οἴνῳ χρήσασθαι γλυκεῖ E τῶν πρεσβυτέρων τις, ἐδηδοκότι μὲν ἕωθεν αὐτῷ, καθάπερ τὸν Ἀντίοχον ἔφην πράττειν, ἄριστος ὁ Φαυστιανὸς Φαλερῖνος. ἐκείνου δ' ἀποροῦντι, τῶν ὁμοίων τις. ὅμοιοι δ' ἂν εἶεν οἱ γλυκεῖς τε ἅμα, καὶ ὠχροὶ κατὰ χρόαν. ἐφεξῆς δὲ τούτοις ὅ, τε Θηρῖνος καὶ ὁ Κυρῖνος. οὐ κωλύω δὲ οὐδὲ τοῖς ἐσκευασμένοις διὰ μέλιτος οἴνοις χρήσασθαι, καὶ μάλιστα ὅσοις τῶν γερόντων, ὑποψία τις ἐστὶν ἐν νεφροῖς λίθων γενέσεως, ἢ καὶ ποδάγρα τις, ἢ ἀρθρῖτις ὡς ἐνοχλεῖν. τὸν δ' οἶνον ἐπὶ τῆς τοιαύτης συνθέσεως, ἄριστον εἶναι Σαβῖνον ἤ τινα τῶν ὁμοίων. ἐπεμ- F βάλλεται δὲ αὐτῷ πετροσέλινον, καὶ μόνον ἀρκεῖ τοῦτο τοῖς ἀρθριτικοῖς· ἐπὶ δὲ τῶν λιθιώντων, καὶ τῆς βετονίκης τι πόας μίγνυται, καὶ κέστρου τοῦ παρὰ τοῖς Κελτοῖς γινομένου, καλοῦσι δὲ τὴν βοτάνην ταύτην, σαξίφραγον. ἔνιοι δὲ περιεργότερον σκευάζοντες τὸ φάρμακον, ἐπεμβάλλουσι καὶ ναρδοστάχυος. εἰσὶ δὲ καὶ ἄλλα τινὰ οὔρησιν κινεῖν δυνάμενα.

Quippe si flauum albo miscere libeat, quod ex ambobus mixtum est, pallidum euadet. Etiam aquæ admixtum flauum, eiusmodi colorem reddit; verũ pro maiore minoréve aquæ modo aliàs pallidum, aliàs veluti ex pallido albicans, vel ex pallido flauum apparet. Calidissimum ergo ex iam dictis, si colorem spectes, flauum est; minimè verò calidum, album; quæ media inter hæc sunt, prout alterutri magis accedunt, ita vim eius exhibent. Vnum igitur illud maximum senibus commodum ex vino accidit, quod omnia eorum membra calefacit; alterum quod per vrinas serum sanguinis expurgat. Itaque etiam optimum id senibus est quod hæc maximè præstat, porrò id est quod substantia quidem tenue est, (quippe vrinas mouet) colore autem flauum; proprius enim is est præcalidorum vinorum color. Itaque etiam quæ valde ab initio alba sunt, si inueterauerint, flauedinem quandam contrahunt; vnde primùm pallidula, mox verò planè pallida fiunt. Quòd si longissimo tempore seruentur, ex pallido flauẽtia cernuntur; nam vt omninò flaua fiant quæ alba vina sunt, fieri certè nequit. Quæ verò ex pallidis aut flauis vinis crassa sunt, hæc & sanguinem augent & corpus nutriunt; quò fit vt ea vtilia senibus interdum sint, vtique quo tempore nec serosam humiditatem in venis habent, & ali liberaliùs desiderant. Plurimùm tamen hac ætate iis vinis indigent quæ vrinas cient, propterea quod aquosum excrementum in ipsis abũdat. Quæ verò diu in ventre morantur, eorum sanè nullum aptum seni est. Eius generis sunt, & Aminæum à Bithynia, & ex Italicis Marsum, & Signinum, & Tiburtinum; quoad videlicet sunt nouella. Verùm hæc omnia alba sunt, nigra verò reliqua, quorum crassa quæ quidem adstringunt, ea longo tempore in ventre manent, & fluctuationes in eo excitant, veluti quod in Cilicia nascitur Sybates, & quod in Asia natum Ægeates, & Perperinium. Quæ verò circa adstrictionem nigra crassáque sunt, quod genus sunt Scibellites, & Theræum, ea minus in ventre morantur, vrinas tamen nec ipsa mouent, sed deorsum properant. Itaque etiam ante cibum illa sumunt. Cæterùm ea senibus vtilia non sunt, nec quum præbibuntur, nec multò magis alio quouis tempore sumpta, veluti nec aliud quicquam quod crassum efficiat succum; quippe obstruuntur his iecur, lien, & renes. Vnde fit vt senum qui his liberalius vtuntur, alij aqua intercute, alij calculo laborent. Si quis ergo senum dulci vino vti à balneo velit, vbi mane comederit, sicuti Antiochum solere diximus, huic optimum Faustianum Falernum fuerit; aut si eius copia non est, simile aliquod. Porrò similia fuerint, quæ dulcia simul & pallida sunt: proxima his sunt Therenum, & Cyrienum. Non vetem etiam nec iis vinis quæ melle condiantur senes vti, maximè quibus suspicio est calculi in renibus gignendi, aut podagræ alicuius articularisve morbi impetus futuri. Porrò vinum huiuscemodi compositioni aptissimum fuerit Sabinum, aut simile aliquod. Coniicitur autem in id petroselinum, atque id solùm articularibus satisfaciat: iis verò qui calculo laborant, etiam aliquid Beronicæ & Cestri qui apud Celtas nascitur, est immiscendum: vocant autẽ herbam eam saxiphragon. Qui verò curiosius id medicamentum componunt, etiam spicænardi aliquid iniiciunt. Sunt verò & alia quædã quibus vrinas mouendi vis inest.

Verùm

+ sic vocatur vinum quod sua sponte ex uvis passis destillat.

Verùm simplicem potionem plerique ex vino melléque conficiunt, adiecto rutæ piperísque exiguo. Si verò priùs, quàm lotus sit, comedit quidpiam, nec venter eius vllo auxilio eget, vinum album & quod parum aquæ sustinet, à balneo bibat. At quæ crassa, dulcia, & nigra vina sunt, ea omnia propterea quod obstruunt viscera, sunt fugienda.

CAPVT VI.

Quos vitare, quos sumere cibos senes oporteat, ne obstructionibus corripiantur.

Verùm obstructiones, quæ ex vino contingunt, mediocres sunt; quæ verò ex cibis iis nascuntur qui succum crassum lentúmq; creant, his non facilè succurritur. Quo magis cauendum senibus est à multo farris, aut casei, aut ouorum solidorum, aut cochlearum, aut bulborum, aut lentis, aut suillæ carnis esu; multóque magis, ab anguillarum, aut ostrearum, aut denique eorum quorum dura caro difficilisque concoctu est, vsu. Ob eandem rationem nec eorum, quæ testa integuntur, aut cartilagineorum, aut thunnorum, aut denique cetacei generis vllum vtile his est, vel ex carnibus, ceruina, caprináve, aut bubula. An hæ potius, nec alij vlli sunt vtiles? Ouilla verò iuuenibus quidem non malus est cibus, senibus verò nec ea est commoda: atque etiam hac multò minus agnina, quippe quæ humida & muccosa, & glutinosa, & pituitosa est. Hœdina verò sanè non incommoda seni est. Præterea aues eæ quæ extra paludes, ac flumina stagnáque degunt. Salita verò omnia, meliora recentibus sunt. Ergo sicuti diximus, ante omnia cauendum ab iis qui obstruant, cibis est. Quòd si res cogat aliquando copiosiùs his vti, protinus sumendum medicamentum diacalaminthes est: cuius compositionem supra in quarto posui. Eius si copia non est, diatrionpipereon petendum. Sin ne id quidem ad manum est, piper album tusum cribratúmque diligenter ac in pollinem redactum, & cum cibis esse, & potioni inspergere, sed & cæpas esitare tum expediet; quin etiam allium, si huic assueuerit. Antidotus quoque ex viperis, quam Theriacen vocant non incommodè senibus datur, potissimum vbi post obstruentes cibos, ea quæ obstructiones liberent, ante hanc exhibueris; tunc enim efficacissimum ex Theriace præsidium expectes. Quòd si ab istiusmodi subducta aluus sit, vtilissimè Theriacen postridie dederis. Æquè verò & quam Ambrosiam, & quam Athanasiam vocant, aliáque id genus medicamenta, quæcunque ex prædictis aromatis sunt composita. Seni tamen qui accuratè sibi prospexerit, nusquam tali medicamento opus erit, sed si quando attenuante victus ratione egebit, satisfacient quæ alio opere seorsum scripsimus, in quo de attenuante victu disseruimus.

A ἀλλὰ τό γ' ἁπλοῦν πόμα δι' οἴνου καὶ μέλιτος οἱ πολλοὶ συντιθέασι, πηγάνου τε καὶ πεπέρεως ἔχον ὀλίγον. εἰ δὲ καὶ προεδηδοκὼς εἴη πρὶν λούσασθαι, καὶ ἡ γαστὴρ αὐτοῦ μηδεμιᾶς βοηθείας χρήζει, τὸν λευκὸν καὶ ὀλιγοφόρων οἴνων πίνειν, καὶ μετὰ τὸ λουτρόν. ὅσοι δὲ παχεῖς, καὶ γλυκεῖς, καὶ μέλανες, ὡς ἐμφράττοντας τὰ σπλάγχνα, τοὺς τοιούτους ἅπαντας φεύγειν προσήκει.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ϛ'.

B *Τίνων ἐδεσμάτων ἀπέχεσθαι μὲν, τίνα δὲ λαμβάνειν δεῖ τοὺς γέροντας πρὸς τὸ μὴ γίνεσθαι ἐν αὐτοῖς τὰς ἐμφράξεις.*

Ἀλλ' αἱ μὲν ἀπὸ τῶν οἴνων ἐμφράξεις, μέτριαι, αἱ δ' ἀπὸ τῶν ἐδεσμάτων, ὅσα γλίσχρον, ἢ παχὺν ἐργάζεται χυμὸν, οὐ ῥᾴδιον ἰᾶσθαι, διόπερ οὐ χρὴ πλεονάζειν τοὺς γέροντας, οὔτε χόνδρων, ἢ τυρῶν, ἢ ὠῶν ἑφθῶν, ἢ κοχλιῶν, ἢ βολβῶν, ἢ φακῆς, ἢ χοιρείων κρεῶν ἐδωδῇ, πολὺ δὲ δὴ μᾶλλον ἐν τοῖς τῶν ἐγχελύων, ἢ ὀστρέων, ἢ ὅλως τῶν σκληρὰν καὶ δυσκατέργαστον ἐχόντων τὴν σάρκα. διὰ τοῦτο οὖν οὐδὲ τῶν ὀστρακοδέρμων οὐδὲν, ἢ σελαχίων, ἢ θυννῶν, ἢ ὅλως τῶν κητωδῶν, ἢ τῶν κρεῶν C τῶν ἐλαφείων, ἢ αἰγείων, ἢ βοείων. ἢ ταῦτα μὲν οὐδ' ἄλλῳ τινὶ χρήσιμα; προβάτεια δὲ, νέοις μὲν ἐστὶν οὐ φαῦλον ἔδεσμα, γέρουσι δὲ οὐδὲ ταῦτα, καὶ πολὺ δὴ μᾶλλον τὰ ἔτι τῶν ἀρνῶν, ὑγρὰ γάρ ἐστι καὶ βλεννώδη, καὶ γλίσχρα, καὶ φλεγματώδη. τά γε μὴν τῶν ἐρίφων οὐκ ἀνεπιτήδεια γέροντι. καὶ τῶν πτηνῶν ὅσα μὴ καθ' ἕλη, καὶ ποταμοὺς, ἢ λίμνας διαιτᾶται. τὰ δὲ ταριχευθέντα πάντα, τῶν προσφάτων ἀμείνω, χρὴ τοίνυν, ὥσπερ εἴρηται, μάλιστα μὲν ἀπέχεσθαι ἐμφραττόντων ἐδεσμάτων, εἰ δ' ὑπ' ἀνάγκης ποτὲ χρήσασθαι συμβαίη πλείοσιν αὐτοῖς, αὐτίκα προσφέρεσθαι τὸ διὰ τῆς καλαμίνθης φάρμακον, D ὑπὲρ οὗ τῆς συνθέσεως ἔμπροσθεν εἴρηκα κατὰ τόδε τὸ τέταρτον γράμμα. μὴ παρόντος δὲ αὐτοῦ, τῷ διὰ τῶν τριῶν πεπέρεων χρηστέον. εἰ δὲ μηδὲ τοῦτο παρείη, κόπτοντάς τε καὶ διαττῶντας ἀκριβῶς, ὡς χνοώδες γίνεσθαι πέπερι λευκὸν, ἅμα τε τοῖς ὄψοις ἐσθίειν, ἐπιπάττειν τε τῷ ποτῷ, καὶ κρόμμυα δὲ ἐσθίειν τηνικαῦτα συμφέρει, κἂν εἰ τούτῳ συνήθης εἴη, καὶ σκόροδον. καὶ τὴν διὰ τῶν ἐχιδνῶν ἣν καλοῦσι θηριακὴν ἀντίδοτον, ἐπὶ τῶν γερόντων οὐ κακῶς χρῷτο, καὶ μάλιστα ὅταν ἐν τοῖς ἐμφράττουσιν ἐδέσμασιν, αὐτῆς τῶν ἐκφραττόντων φθάσῃ προσενεχθῆναι· καλλίστη γὰρ ἡ ἀπὸ τοῦ θηριακοῦ φαρμάκου βοήθεια E τηνικαῦτα γίνεται. καὶ γαστρὸς ἐπὶ τοῖς τοιούτοις ὑπαχθείσης, χρησιμώτατον ἂν εἴη διδόναι τῇ ὑστεραίᾳ τὸ διὰ τῶν ἐχιδνῶν. οὐδὲν δὲ ἧττον αὐτοῦ τὴν Ἀμβροσίαν τε, καὶ Ἀθανασίαν ὀνομαζομένην, ὅσα τἄλλα διὰ τῶν εἰρημένων ἀρωμάτων σύγκειται φάρμακα. τῷ γε μὲν ἀκριβῶς ἑαυτῷ προσέχοντι γέροντι, φαρμάκου μὲν οὐκ ἄν ποτε γένηται χρεία τοιούτου· δεηθέντι δὲ ἐνίοτε λεπτυνούσης διαίτης, ἀρκέσει τὰ λελεγμένα δι' ἑτέρου γράμματος ἰδίᾳ, καθὸ περὶ τῆς λεπτυνούσης διαίτης ὁ λόγος ἡμῖν ἐγένετο.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ζ'.

Περὶ τοῦ σκευάζεσθαι τοῖς γέρουσιν ἄρτον τε, καὶ ἄριστον γάλα.

ΠΡόδηλον δ' ὅτι καὶ τῶν ἄρτων, τοὺς μήτ' ἐνδεῶς ἔχοντας ἁλῶν, ἢ ζύμης, ἢ φυράσεως, ἢ ὀπτήσεως ἐσθίειν χρή, μήτε τὴν ἐπαινουμένην ὑπὸ πάντων σεμίδαλιν, ἢ τὰ δι' αὐτῆς πέμματα, καὶ γὰρ δύσπεπτα πάντα, καὶ κακόχυμα, καὶ σπλάγχνων ἐμφρακτικά. καὶ εἴ γε μὴ τοῖς διὰ βουτύρου, καὶ σεμιδάλεως σκευαζομένοις πλακοῦσιν, ἐμίγνυτο μέλιτος δαψιλές, οὐδὲν ἂν ἦν ἔδεσμα πολεμιώτερον ἀνθρώποις πᾶσιν, οὐ μόνοις τοῖς πρεσβύταις. ἀλλὰ τί δεῖ τοῖς βλαβεροῖς τὸ χρήσιμον μιγνύειν ἐνὸν αὐτῷ μόνῳ χρῆσθαι τῷ μέλιτι, τοῦτο μὲν, ἀφεψῶντα, τοῦτο δὲ σὺν ἄρτῳ λαμβάνοντα πρὶν ἑψηθῆναι; προνοητέον δὲ τῆς κατὰ τὸν ἄρτον ἀρετῆς μᾶλλον, ἢ τῆς κατὰ τὸ μέλι. βέλτιον μὲν γὰρ ἂν τὸ μέλι τοιοῦτον εἴη τὴν ἰδέαν, καὶ τὴν δύναμιν, οἷόνπερ τὸ Ἀττικόν, εἰ δὲ μὴ τοιοῦτον ἔχοιμεν, ἀλλὰ παντὶ μέλιτι χρηστέον ἐστί. πλὴν τῶν δυσωδῶν, ἢ ἐν ὅσοις αἰσθητῶς κηροῦ ποιότης ἐμφαίνεται, καὶ πολὺ δὴ μᾶλλον εἴ τινος ἑτέρας ἀλλοκότου. τῶν δ' ἄρτων, ὁ μὲν τοιοῦτος, οἷον ἀρτίως εἶπον, οὐ μόνον οὐδὲν ἀγαθὸν ἐργάζεται κατὰ τὸ σῶμα τοῦ γέροντος, ἀλλὰ καὶ βλαβερώτατός ἐστι, καὶ μάλισθ' ὅταν ᾖ καθαρώτερος. ὁρῶ δὲ τοῖς ἀθληταῖς αὐτὸν ἐπίτηδες σκευαζόμενον, ἀλλ' ἐκείνοις μὲν, εἰς ἅπερ ἐπιτηδεύουσιν, ἁρμόττει. γέροντι δὲ, εἰ μὴ πολὺ μὲν ἁλῶν ἔχοι, πολὺ δὲ ζύμης, ὠπτημένος δ' ἀκριβῶς εἴη, παχὺν ἐργάζεται καὶ γλίσχρον χυμόν, ὃς οὐδ' ἄλλῳ μὲν ἀγαθός ἐστιν, ἐπὶ πλέον αὐξανόμενος. ἀτὰρ οὖν ἔστι καθ' ἧπάρ τε καὶ σπλῆνα καὶ νεφροὺς, ἐμφράξεις ἐργάζεται, καὶ μάλισθ' ὅταν φύσει στενότερα τῶν ἐπὶ τούτοις τοῖς σπλάγχνοις ἀγγείων ἐστὶ τὰ πέρατα. καθάπερ γὰρ ἐπὶ τῶν ἐκτὸς τούτων φλεβῶν, ἃς ἐναργῶς ὁρῶμεν, οὐ σμικρὰ διαφορὰ φαίνεται κατὰ τὸ εὖρος, ἄλλου τε πρὸς ἄλλον ἄνθρωπον, καὶ καθ' ἕκαστον ἐν τοῖς μορίοις, οὕτως εἰκὸς ἔχειν κἀπὶ τῶν ἔνδον· ἀλλ' οὐχ οἷόν τε γνῶναι τὴν διαφορὰν, πρὸ τῆς πείρας. λέγω δὲ πεῖραν, ἣν ἐφ' ἑκάστῳ τῶν προσφερομένων ἔνεστι ποιεῖσθαι. γέροντα γοῦν τινα γεωργικὸν ἔγνωμεν, ἔτη πλείω ἑκατὸν βιώσαντα κατ' ἀγρὸν, ᾧ τὸ πλεῖον τῆς τροφῆς αἴγειον ἦν γάλα· ποτὲ μὲν αὐτίκα λαμβανόμενος ἄρτου θρυμμάτων ἐν αὐτῷ διαβρεχομένων. ἔστιν ὅτε δὲ καὶ μέλιτος ἐμίγνυε. καί ποτε ἧψε, ἐμβάλλων ἀκρέμονας θύμου, ἅμα τοῖς ἄρτοις. ἀλλὰ τοῦτόν γέ τις μιμησάμενος, ᾤετο γὰρ αἴτιον αὐτῷ τὸ γάλα τῆς πολυχρονίου ζωῆς γεγονέναι, διὰ παντὸς ἐβλάβη, καὶ κατὰ πάντα τρόπον προσφορᾶς. ἐβαρύνετο γὰρ αὐτῷ τὸ στόμα τῆς γαστρὸς, καὶ μετὰ ταῦτα, τὸ δεξιὸν ὑποχόνδριον ἐτείνετο. καί τις ἕτερος, ὁμοίως ἐπιχειρήσας χρήσασθαι τῷ γάλακτι, τῶν μὲν ἄλλων οὐδὲν ἐμέμφετο, καὶ γὰρ ἔπεττε καλῶς αὐτὸ, καὶ οὔτε ὀξυρεγμία τις, ἢ ἐρυγὴ κνισώδης ἢ πνευματώσεις, ἢ βάρος ἐπεγίνετο καθ' ὑποχόνδριον, τῇ ἡμέρᾳ δ' ἑβδόμῃ, μετὰ τὴν ἀρχὴν, ἐναργῶς ἔφη τοῦ ἥπατος αἰσθάνεσθαι βαρυνομένου, δοκεῖν γὰρ ἑαυτῷ κατὰ τὸ δεξιὸν ὑποχόνδριον ἐγκεῖσθαί τι, καθάπερ λίθον, ὡς κατασπᾶσθαί τε τὰ ἐπικείμενα, καὶ μέχρι κλειδὸς ἀνήκειν τὴν τάσιν. εὔδηλον οὖν ὅτι τούτῳ μὲν ἐνεφράττετο τὸ ἧπαρ, ἐπνευματοῦτο δὲ, θατέρῳ. καὶ μὲν δὴ καὶ ἐπὶ γάλακτος χρήσει πολυχρονίῳ λίθον γεννήσαντα κατὰ τοὺς νεφροὺς οἶδα. καί τινα ἕτερον, ἀπολέσαντα καὶ βλαβέντα ἅπαντας ὀδόντας· τοῦτο μὲν οὖν καὶ ἄλλοις ἐγένετο πολλοῖς, τῶν ἐπὶ γάλακτι μακρῶς διαιτηθέντων. ἀλύπως δ' ἕτεροι διαπαντὸς ἐχρήσαντο τῷ γάλακτι, καὶ μετ' ὠφελείας μεγίστης, παραπλησίως τῷ κατ' ἀγρὸν βιώσαντι πλείω τῶν ἑκατὸν ἐτῶν, ὡς ἔφην.

CAPVT VII.

De pane, & optimo senibus lacte comparando.

IAm illud patere arbitror, panem quoque his exhibendum qui nec salem, nec fermentum, nec subactionem, nec coctionem desiderent; non autem aut istam publicè laudatam similaginem, aut quæ ex ea fiunt bellaria; quippe omnia talia non solùm coctu difficilia, sed etiam mali succi sunt, visceráque obstruunt. Ac nisi placentis quæ ex butyro & similagine fiunt, mel affatim esset admixtum, nullus cibus omnibus hominibus, nedum senibus, magis esset aduersus. Cæterum quid noxiis salubria misceas, quum liceat melle per se vti partim cocto, partim crudo, cum pane; Cura verò maior habenda est de panis bonitate quàm mellis. Nam mel profectò melius fuerit, quod specie ac viribus Attico sit simile; quòd si tale non datur, quolibet vtare modò ne mali odoris sit, néve ceræ qualitates apertè præ se ferat, néve præsertim qualitatem quempiam extraneam. Adeò verò panes id genus, quales modò retuli, vtile quicquam senis corpori non conferunt, vt etiam sint alienissimi, atque hoc amplius quò sint puriores. Video autem athletis id genus studio præparari, verùm his ad ea quæ moliuntur, aptum est. Seni verò, nisi multùm admixtum sit salis, nisi multum fermenti, nisi diligentissimè sit coctum, crassum efficit ac glutinosum succum, qui nec vlli alij est vtilis copiosiùs inauctus. Ergo & obstructiones in iecinore, liene, & renibus facit, maximè quibus in his visceribus vasorum exitus angustiores natura sunt. Nam sicut in iis venis quæ palàm oculis obiiciuntur, non parua amplitudinis diuersitas cernitur, tum alterius hominis ad alterum, tum in vnius cuiuslibet partibus, sic in iis quæ intus latent, se habere putandum; hanc tamen differentiam prius quàm experimento sit explorata, internoscere non est. Experientiam intelligo, quam ex eorum, quæ sumuntur, singulis facere licet. Nouimus enim senem quendam agricolam, qui ampliùs quàm centum annos ruri vitam egerat; huic plurimũ nutrimenti caprinum lac erat, quod aliàs cũ mica panis in eo macerata statim sumebat; aliàs mel immiscebat; aliàs coquebat etiam thymi cacumina vnà cum pane iniiciens. Hunc quidam imitatus, videlicet tam longe vitæ causam ratus in lacte subesse, perpetuò lædebatur quocunq; in modo sumpsisset; nam primùm illi grauabatur os vẽtriculi, mox illi tendebatur dextrum hypochondrium. Alius quoq; simili modo quum lacte vti cœpisset, de reliquis nihil est questus, quippe qui & probè id concoxit, nec acidum, aut fumidum ructum ex eo sensit, nec flatum, aut grauitatẽ in præcordiis; septimo tamen ab eo quo cœpit die; iecur se sentire manifestè grauatum dixit, quippe videri sibi quiddam in dextris præcordiis ceu lapidem subesse, sic vt & deorsum traherẽtur quę supra essent, & tensio ad iugulum vsque pertingeret. Constat itaq; huic obstructum iecur fuisse, illi flatu intumuisse. Quin etiam noui cui ex diuturno lactis vsu calculus in renibus est natus; sicuti alium quendam qui omnes dentes amisit læsitque; id verò aliis quoq; multis contigit ex diutino lactis vsu. Alij rursus citra noxam lacte perpetuò sunt vsi, imò etiam cum maximo fructu, veluti agricola, quem supra centum annos vixisse diximus.

Vbi

Vbi enim non lactis qualitas vtentis naturæ quicquam est aduersa, & viscerum transitus faciles propter venarum amplitudinem sunt, qui ita sunt affecti, ij commodis lactis fruuntur, omnis eius incommodi expertes. Porrò commoda lactis iam aliis ante me medicis dicta sunt; nempe ventris moderata deiectio, succi bonitas, & nutritio, pascuis quoque ipsis animalium quorum lacte vtendum est, non parum ad hæc conferentibus; quanquam sunt qui pascuorum rationem planè pro nihilo habeant, quasi nihil parúmve ad lactis bonitatem conferant. Cæterùm haud dubiè videmus animalium quorum lacte vsuri sumus, si scammonia, aut tithymallo quopiam vescantur, lacti quoque laxandi vires inesse. Ex quo patet quòd ex vitioso pascuo acre, acidum, & austerum reddetur, naturam videlicet herbarum imitatum. Itaque etiam qui ante nos medici fuerunt, ipso rei vsu docti, quædam pascua lacti inepta dixerunt, ita enim ea nuncupant, de quibus ipsi quoque alibi tractauimus. Nunc hactenus saltem de his intellexisse abundè est, animalium quorum veluti optimi succi lacte sis vsurus, neque acria, neque acida, neque admodum austera, debere esse nutrimenta. Illud verò, vel me tacente, constare arbitror, animal ipsum & florente ætate esse, & corporis habitu planè inculpato debere. Satiúsque fuerit alterum capram, alterum asinam esse, earúmque lacte alternis vicibus vti; quippe asinæ lac, tenue serosúmque est; capræ, mediocris substantiæ est. Itaque hoc nutriet magis, vbi videlicet nutritione est opus; illud omninò tutius est. Nam & si quando sine pane sumitur, tum citiùs subducitur, tum minimè est flatulentum; sed nec in ventre cogitur, potissimum si prius salis aliquid & mellis immiseris. Oportet autem non huius modò, sed etiam reliquæ omnis auxiliorum materiæ vires seorsum prius didicisse eum, qui ipsis rectè sit vsurus, ne sæpè nobis de ipsis eadem repetere sit necesse. Ac nunc certè mihi videor longius quàm pro re proposita, de lacte vinóq; disputasse. Siquidem præstitisset commoditate eorum in senes explicata, qui iam tum facultates vtriusque communes, tum priuatas differentias didicisset, hunc ad materiæ delectum remittere; super vini quidem differentiis dicere, quæ calidiora, quæque plus vrinarum mouent, ea senibus magis conducere. De lacte verò, quòd non omnibus sit exhibendum, sed iis solis qui id probè concoquant, nec vllum ex eo symptoma in dextra præcordiorum parte sentiant. Sed quoniam interdum propter multorum ad legendos eos libros, in quibus prolixiùs de præsidiorum materia disseritur, fastidium, longiores esse subinde cogimur; meritò (vt arbitror) nunc quoque condonabitur nobis tractationis modus, si exacta breuitate in vniuersali methodo minimè vtimur. Illud tamen non ignorandum, fieri non posse vt tutò quis comprehensis materiis ex huiusmodi solùm doctrina vtatur, qualem modò de lacte vinóque tradidimus. Imò, qui his optimè vti volet, didicisse hunc priùs oportet propriam de omni materia tractationem: in qua tum publicas materiæ vires æstimauimus, tum priuatas eius differentias vsque ad vltimas species. Neque enim de cæteris omnibus quæ scire opus est ei qui senis sanitatem tutabitur, expedit hoc opere fusè tractare, sed satis est de quibusdam, scilicet quæ senibus maximè sunt necessaria, ita determinasse;

A ὅτῳ γὰρ ἥ τε ποιότης αὐτοῦ τῇ τοῦ χρωμένου φύσει μηδὲν ὑπεναντίον ἔχει, τῶν τε σπλάγχνων εὐπετεῖς αἱ διέξοδοι διὰ τὴν τῶν ἀγγείων εὐρύτητα ὦσι, τῶν μὲν ὠφελίμων ἀπολαύουσιν οὗτοι, μοχθηροῦ δὲ οὐδενὸς πειρῶνται. τὰ δὲ ἐκ τοῦ γάλακτος ἀγαθὰ, λέλεκται καὶ τοῖς ἔμπροσθεν ἰατροῖς· ὑπαγωγὴ μετρία γαστρὸς, εὐχυμία τε, καὶ θρέψις, οὐ βραχέα συντελούσης εἰς ταῦτα καὶ τῆς νομῆς τῶν ζῴων, ὧν μέλλεις χρῆσθαι τῷ γάλακτι· καίτοι γ' ἀμελοῦσιν ἔνιοι παντάπασι τῆς νομῆς, ὡς ἤτοι μηδὲν, ἢ βραχύτατον εἰς ἀρετὴν γάλακτος συντελούσης. ἀλλ' ἐναργῶς γε θεώμεθα τὰ νεμηθέντα τῶν ζῴων, ὧν μέλλομεν χρῆσθαι τῷ γάλακτι, ἢ σκαμμωνίαν, ἢ τῶν τιθυμάλλων
B τινὸς, καθαρτικὸν ἴσχοντα τὸ γάλα. δῆλον οὖν, ὡς καὶ δριμὺ, καὶ ὀξὺ, καὶ αὐστηρὸν, ἐπὶ ταῖς μοχθηραῖς ἔσται νομαῖς, ἐξομοιούμενον ἀεὶ τῇ φύσει τῆς πόας. καὶ διὰ τοῦτο, καὶ τοῖς πρὸ ἡμῶν ἰατροῖς ἐκ τῆς πείρας διδαχθεῖσιν, εἰρῆσθαί τινες ἀγάλακτοι νομαί. προσαγορεύουσι γὰρ οὕτως αὐτάς, ὑπὲρ ὧν καὶ ἡμεῖς ἑτέρωθι διερχόμεθα. νυνὶ δ' ἀρκεῖ τό γε τοσοῦτον ἐπίστασθαι περὶ αὐτῶν, ὡς οὔτε δριμείας, οὔτ' ὀξείας, οὔτ' αὐστηρὰς πάνυ χρὴ τὰς τροφὰς εἶναι τῶν ζῴων, ὧν τῷ γάλακτι μέλλομεν, ὡς εὐχυμοτάτῳ χρῆσθαι. καὶ μὴν καὶ ὅτι κατὰ τὴν ἡλικίαν ἀκμάζον εἶναι χρὴ,
C καὶ κατὰ τὴν ἕξιν τοῦ σώματος ἄμεμπτον τὸ ζῷον, εὔδηλον δή που κἂν ἐγὼ μὴ λέγω. κάλλιον γε, τὸ μὲν αἶγα, τὸ δὲ ὄνον εἶναι, χρῆσθαι δὲ τῷ γάλακτι παρὰ μέρος ἑκατέρου· λεπτότερον μὲν γάρ ἐστι, καὶ ὀρρωδέστερον τὸ τῆς ὄνου· σύμμετρον δὲ τῷ πάχει τὸ τῆς αἰγός. ὥστε τοῦτο μὲν ἀνατρέφει μᾶλλον, εἰ τούτου χρεία, τὸ δὲ ὄνειον, ἀσφαλέστερον πάντη. καὶ γὰρ εἰ μόνον ποτὲ λαμβάνοιτο χωρὶς ἄρτου, καὶ ὑπέρχεται θᾶττον, καὶ ἥκιστά ἐστι φυσῶδες, οὐ τυροῦταί τε κατὰ τὴν γαστέρα, καὶ μάλιστα, ὅτῳ ἁλῶν καὶ μέλιτος προσλάβῃ. χρὴ δὲ καὶ τούτου, καὶ τῆς ἄλλης ἁπάσης ὕλης τῶν βοηθημάτων τὰς δυνάμεις ἰδίᾳ προμεμαθηκέναι τὸν μέλλοντα χρῆσθαι καλῶς, ἵνα μὴ πολλάκις
D ἀναγκαζώμεθα περὶ αὐτῶν λέγειν τὰ αὐτά. καὶ νῦν γ' ἐμοὶ δοκῶ, μακρότερον, ἢ ὡς τοῖς ἐνεστῶσι προσήκει, διεληλυθέναι περί τε γάλακτος καὶ οἴνων. ἄμεινον γὰρ ἦν εἰπόντα τὴν ἐξ αὐτῶν ὠφέλειαν τοῖς γέρουσι γινομένην, ἐπὶ τὴν τῆς ὕλης ἐκλογὴν ἀποπέμψαι τὸν ἤδη μεμαθηκότα τάς τε κοινὰς δυνάμεις καθ' ἑκάτερον αὐτῶν, καὶ τὰς ἐν μέρει διαφορὰς, ἐπὶ μὲν τῶν οἴνων εἰπόντα τὰς διαφορὰς, τοὺς θερμοτέρους τε καὶ οὐρητικωτέρους ἀμείνους εἶναι τοῖς γέρουσι. ἐπὶ δὲ τοῦ γάλακτος, ὡς οὔτε πᾶσι δοτέον, ἀλλὰ μόνοις, ὅσοι γε πέττουσιν αὐτὸ καλῶς, καὶ συμπτώ-
E ματος οὐδενὸς αἰσθάνονται κατὰ τὸ δεξιὸν ὑποχόνδριον. ἐπεὶ δ' ἐστὶν ὅτε διὰ τὴν πολλῶν ὀλιγωρίαν, οὐχ ὑπομενόντων ἀναγινώσκειν τὰ βιβλία, δι' ὧν ἐπὶ πλέον ὑπὲρ τῆς τῶν βοηθημάτων ὕλης λέλεκται, μηκύνειν ἀναγκαζόμεθα πολλάκις, εἰκότως ἂν ἡμῖν καὶ νῦν συγγνοίη, τῷ τρόπῳ τῆς διδασκαλίας, οὐ κατὰ τὴν ἀκριβῆ βραχυλογίαν ἐπὶ ταῖς καθόλου μεθόδοις προερχομένης. ἰστέον γε μὴν, ὡς ἀδύνατόν ἐστιν, ἀμέμπτως χρήσασθαι ταῖς γραφομέναις ὕλαις, ἐκ μόνων τῶν τοιούτων λόγων, οἵους καὶ νῦν εἶπον ὑπὲρ οἴνου τε καὶ γάλακτος. ἀλλὰ χρὴ τὸν ἄριστα μεταχειριούμενον αὐτὰς, ἰδίᾳ πρότερον ὑπὲρ ἑκάστης
F μεμαθηκέναι τὸν οἰκεῖον λόγον, ἐν ᾧ τήν τε κοινὴν τῆς ὕλης δύναμιν ἐπισκεπτόμεθα, καὶ τὰς κατὰ μέρος ἐν αὐτῇ διαφορὰς, ἄχρι τῶν ἐσχάτων εἰδῶν. οὐδὲ περὶ τῶν ἄλλων ἁπάντων ὅσα χρὴ γινώσκεσθαι τῷ μέλλοντι προνοήσασθαι γέροντος, ἄμεινον ἐν τῇδε τῇ πραγματείᾳ διέρχεσθαι μακρῶς. ἀλλ' ἀρκεῖ, περὶ μὲν ἐνίων, ὅσα μάλιστά ἐστι χρήσιμα τοῖς πρεσβύταις, οὕτως εἰπεῖν.

ὡς νῦν εἴρηται περὶ γάλακτος καὶ οἴνου· περὶ δὲ ἐνίων, ἔτι βραχύτερον, ἢ κατὰ ταῦτα διελθεῖν. ὥσπερ γε καὶ περὶ ἄλλων ὅλως μηδὲν εἰπεῖν· καίτοι τῷ γε μηκύνειν βουλομένῳ, δυνατόν ἐστι, ἁπάντων μνημονεῦσαι, ὅσα πλεονάζει τοῖς γέρουσιν ὧδέ πως λέγοντι.

A quemadmodum paulo ante de lacte vinóque egimus, de quibusdā etiam breuius quàm de his verba facere, sicuti rursus de aliis in totum nihil dixisse, quanquam cui extendere sermonem cordi est, potest omnium, quæ in senibus abundare solent meminisse, atque ad hunc modum dicere.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Η'.

Περὶ τῆς τῶν γερόντων διαίτης κατὰ τὰ πάθη οἷς ἁλίσκονται.

Κάλλιον δὲ καὶ περὶ τῶν ἄλλων διελθεῖν ὅσα τοῖς πλείστοις τῶν γερόντων γίνεται· βράγχοι, καὶ κόρυζαι, καὶ λίθων γενέσεις ἐν νεφροῖς, ἀρθρίτιδές τε καὶ ποδάγραι, καὶ ἄσθματα, καὶ τἄλλα ὅσα τοιαῦτα· πρὸς μὲν οὖν τοὺς βράγχους τε καὶ τὰς κορύζας, δίαιταν μὲν τήνδε, φάρμακα δὲ τάδε προσφέρεσθαι χρή· πρὸς δὲ τὰς τῶν λίθων γενέσεις ταῦτα. καθ' ἕκαστον τῶν ἄλλων οὕτως ἐπερχόμενος, ἐπιμελὴς εἶναι ὡς δόξει, καὶ περιττὸς εἰς ἐπιστήμην γηροκομικήν. ἀλλ' ὥσπερ οὐδὲν τούτων χρὴ γράφειν ἐν συγγράμματι γηροκομικῷ, μεταφέρειν γε δυναμένων αὐτὰ τῶν γεγυμνασμένων ἐν ταῖς τῶν νοσημάτων θεραπείαις, οὕτως αὖ πάλιν, οὐδ' ἐπὶ μόνοις τοῖς κοινοῖς παύεσθαι. προσήκοντα δὲ αὐτά, προστιθέναι τινὰ τῶν κατὰ μέρος, ἃ μάλιστ' ἐστὶν οἰκεῖα τῷ προκειμένῳ σκέμματι, καθάπερ ἡμεῖς ἐποιησάμην. ἐπεὶ γὰρ ἐδείχθη τὸ γῆρας, ἐν τοῖς περὶ κράσεων ὑπομνήμασιν, ὁμολογουμένως εἶναι ψυχρόν, οὐχ ὁμολογουμένως δὲ ξηρόν, ἐνίων ὑγρὸν αὐτὸ φασκόντων εἶναι, προσήκει δήπου λαβόντας ὑπόθεσιν εἰς τὸ γηροκομικὸν μέρος τῆς τέχνης, ὃ νῦν ἡμῖν πρόκειται, τὰ δειχθέντα περὶ τῆς κράσεως αὐτοῦ, τὸν μὲν σκοπὸν αὐτῶν τῶν πραγμάτων, ἀπ' ἐκείνης λαβεῖν· ἐπελθεῖν δὲ ἔνια τῶν κατὰ μέρος· τὰ μέν, ἕνεκα τοῦ γυμνάσαι τὸν μαθητήν, τὰ δὲ ὡς παραδείγματα, πρὸς τὴν τῶν οὐκ εἰρημένων εὕρεσιν γενησόμενα. διὰ τὸ μὴ πάντας οὕτως εἶναι συνετούς, ὡς ἐκ μόνου τοῦ καθόλου γνωσθέντος, εὑρίσκειν τὰ κατὰ μέρος, ἀλλὰ τοῦ ποδηγήσοντος ἐπ' αὐτὰ προσδεῖσθαι. γεγυμνασμένος γάρ τις τὸν λογισμόν, ἀκούσας τὸ τοῦ γέροντος σῶμα, κατὰ μὲν αὐτὰ τὰ μόρια ψυχρόν, καὶ ξηρόν, ἐμπίπλασθαι δὲ ῥᾳδίως ὀρρωδῶν τε καὶ φλεγματωδῶν περιττωμάτων, δι' ἀρρωστίαν τῆς δυνάμεως, ἐξοχετεύειν μὲν ταῦτα πειράσεται. τὰ στερεὰ δὲ αὐτὰ τοῦ σώματος μόρια θερμαίνειν τε, καὶ ὑγραίνειν. ὅσοι δὲ ἐκ τοῦ τῶν περιττωμάτων πλήθους ἀπατηθέντες, ἀδιορίστως ἀπεφήναντο τὴν τῶν γερόντων κρᾶσιν ὑπάρχειν ὑγράν, οὗτοι παρὰ τὸν πρῶτον εὐθέως ἐσφάλησαν σκοπόν, ἡγούμενοι χρῆναι ξηραίνειν τὰ πρεσβυτικὰ σώματα. τῶν τε οὖν ἐδεσμάτων ὅσα ξηραντικά, διδόασι μᾶλλον, οἷον ἐν μὲν τοῖς λαχάνοις, τὴν κράμβην παρὰ τῆς μαλάχης καὶ βλίτου, καὶ τοῦ λαπάθου, καὶ τῆς ἀτραφάξυος, καὶ τῆς θριδακίνης. ἐν δὲ τοῖς ὀσπρίοις, τὴν φακῆν παρὰ πτισάνης, καὶ τὸν κέγχρον παρὰ τοῦ κυάμου, καὶ τὸν ἔλυμον παρὰ τῆς ζειᾶς. ἐν δὲ τοῖς καρποῖσιν, ἀμύγδαλα, καὶ τερμίνθου σπέρμα μᾶλλον, ἢ κολοκύνθης τε καὶ σικύων πέπονα, καὶ κοκκύμηλα, καὶ μόρα. κρεῶν δέ, τὰ τῶν ἀγρίων ζώων μᾶλλον, ἢ τὰ τῶν ἡμέρων, καὶ τὰ ταριχηρά, τῶν προσφάτων. ἐν ὅλῃ τε τῇ διαίτῃ, φεύγουσι μὲν ὧν ἡ δύναμις ὑγρά, προαιροῦνται δὲ διδόναι, τὰ ξηραίνοντα. καί τοι γε τοὐναντίον ἅπαν ἐστὶν ἀληθές, ὠφελουμένων ἐναργῶς τῶν γερόντων, ἀπὸ τῶν ὑγραινόντων ἐδεσμάτων.

CAPVT VIII.

De victu senum pro ratione affectuum quibus infestantur.

B CÆterùm satius est, & de reliquis dicere quæ senum plerisque contingunt; vt sunt raucedines, & grauedines, & calculus in renibus, & arthritides, & podagræ, & asthmata, aliáque id genus. Atque ad raucedines quidem & grauedines, victus rationem hanc, medicamenta verò hæc comparare oportet; ad calculum verò, & reliquorum singula, hæc. Atque ad eum modum de reliquis differens, non diligens modò videbitur, sed etiam in senum curandorum scientia doctus. Verùm sicuti nec horum quicquam scribi in tractatione de senum curatione conuenit, quum præsertim ex morborum curando- C rum methodo, quisquis in hac sit exercitatus, ea liceat sumere, ita rursus nec quum sola communia dixeris, ibi quiescere; sed ipsius propositis aliqua mox ex particularibus subiicere, quæ maximè propositæ disputationi sunt accommoda ceu ipsi fecimus. Nam quoniam in iis commentariis quos de temperamentis scripsimus, indicatum est senium indubitatò frigidum esse, non tamen indubitatò siccum, vtpotè nonnullis id humidum esse affirmantibus, conuenit sanè vt iis quæ de senum temperamento demonstrata sunt, ad hanc artis partem quam de ipsorum regimine D nunc instituimus, hypotheseos loco acceptis, ipsarum rerum scopum ab illa sumamus, ac nonnulla particularium tractemus, partim exercendi discentis causa, partim ad inuentionem eorum quæ consultò omissa sunt, futura veluti exempla, propterea quòd non omnes ita sunt solertes, vt ex solo vniuersali percepto ipsi particularia inueniant, sed qui ad ea veluti manu ducat, desiderent. Quippe quibus exercitata ratiocinatio est, vbi senis corpus, quantum ad ipsas partes attinet, frigidum siccúmque esse audierint, facilè autem serosis & pituitosis excrementis ob virium infir- E mitatem impleri, hæc quidem conabuntur emittere; solidas autem ipsas calefacere, atque humectare. Verùm qui excrementorum copia decepti indefinitè pronunciarunt senum temperamentum esse humidum, ij protinus in ipso primo agendorum consilio falluntur, dum senum corpora siccanda putant. Itaque ex cibis eos potiùs qui siccant, exhibent, veluti ex oleribus brassicam potius quàm maluam, aut blitum, aut lapathum, aut atriplicem, aut lactucam. Et ex leguminibus præ ptissana lentem, & præ faba milium, & præ zea panicum. Ex fructibus amygdalas, & terebinthi semen potius quàm cucurbitas, & cu- F cumeres maturos, & pruna, & mora. Iam ex carnibus, eas quæ ferarum sunt potius quàm cicurum, & salitas potius quàm recentes. In tota denique victus ratione, quorum vis humida est, hæc fugiunt; quorum sicca est, hæc amplectuntur; quanquam contra prorsus res ipsa postulat, quum prosint his manifestè humectantes cibi.

Verùm

A Verùm quoniam horum etiam frigidi quidam temperamenti sunt, proindéque pituitam in ventre illicò gignunt ac primis venis, hinc videlicet noxij sunt visi iis qui nec vniuersum senum temperamentum nouerunt, nec caput victus eorum ordinandi vident, quippe nec dulcis aquæ calens balneum, nec vini potio his prosit, si humectationis non indigent. Iam quòd moderato motu & somno indigeant, satis magna documenta sunt quò victus eorum dirigi consilium debeat. Quare si quando propter pituitam genitam cogimur aliquid ex iis quæ ipsa incidant ac dissecent, petere, reuertendum sine mora ad humectantem victum est. B Pari modo si quando propter obstructionis suspicionem ad cibos medicamentáve quæ obstructos meatus liberent, conuertimur: quominùs tamen humidi temperamenti cibi sint, nec illo ipso die committendum, multóque magis postero die eidem proposito hærendum, ac alicam cum melle exhibendam, acetíque aliquid ei miscendum, vtique quum ptissanæ ritu præparamus, ex mulso vinóve Falerno sumere iubendum, aut lacte, vt prædixi, vtendum, aut ptissana benè cocta, quæ piperis pollinem accepit. Ita verò & maturi fici præ cæteris fructibus autumnalibus sunt eligendi; C hyeme verò caricæ; panis quoque ita, vt dixi, præparatus, aut cum melle, aut cum mulso, aut cum vino aliquo idoneo. Veluti enim exempla claritatis causa hæc apponimus, vt qui perlegerit, ad vniuersalem scopum quo calor humectatióque petuntur, intentus iudicare de materia simili modo queat.

A ἐπεὶ δ' ἐξ αὐτῶν ἔνια ψυχρὰ ταῖς κράσεσίν ἐστι, καὶ διὰ τοῦτο φλέγμα γεννῶσιν ἐν τῇ γαστρὶ, καὶ κατὰ τὰς πρώτας φλέβας, ἐντεῦθεν αὐτοῖς ἔδοξαν εἶναι βλαβερὰ, τοῖς μήτε τὴν ὅλην κρᾶσιν ἐπισταμένοις τῶν γερόντων, μήτε τὸ κεφάλαιον τῆς διαίτης ὁρῶσιν, οὔτε γὰρ ἔλαιον αὐτοὺς, οὔτε λουτρὰ θερμὰ ποτίμων, οὔτ' οἴνου πόσις ὠφελεῖ, μὴ δεομένους ὑγραίνεσθαι, καὶ μὴν καὶ τὸ μέτρια κινεῖσθαι, καὶ τὸ χρῄζειν ὕπνων, ἱκανὰ μαρτύρια τοῦ σκοποῦ τῆς διαίτης. ὥστε καὶ εἴποτε φλέγματος γεννηθέντος ἐξ ἀνάγκης ἑλοίμεθά τι τῶν τεμνόντων αὐτὸ, μετιέναι χρὴ ταχέως ἐπὶ τὴν ὑγραίνουσαν δίαιταν. οὕτως δὲ, κἂν δι' ὑποψίαν ἐμφράξεως, ἐπὶ τῶν B ἐκφραττόντων ἐδεσμάτων, ἢ φαρμάκων ἀφικώμεθα, ὥστε τὰ θρέψοντα τῶν σιτίων, ὑγρᾶς εἶναι κράσεως, οὐδὲ χρὴ παντάπασιν οὐδὲ κατ' ἐκείνην αὐτὴν ἀποστῆναι τὴν ἡμέραν, πολὺ δὲ δὴ μᾶλλον, ἐπὶ τῆς ὑστεραίας, ἔχεσθαι προσήκει τοῦ σκοποῦ, τόν τε χόνδρον ἅμα τῷ μέλιτι διδόντας, ἢ ὄξους τι αὐτῷ μιγνύντας, ὅταν ὡς πτισάνην σκευάζωμεν, δι' οἰνομέλιτος, ἢ οἴνου Φαλερίνου προσφέρεσθαι κελεύοντας, ἢ τῷ γάλακτι χρωμένους ὡς πρόσθεν, ἢ πτισάνην καλῶς ἑφθὴν, πεπέρεως ἀκριβῶς χνοώδους ἐπεμβάλλοντας. οὕτως δὲ καὶ πέπειρα σῦκα παρὰ τῆς ἄλλης ὀπώρας αἱρε- C τέον ἐστὶν, καὶ κατὰ τὸν χειμῶνα, τὰς ἰσχάδας· ἄρτον τε παρεσκευασμένον ὡς εἶπον, ἢ μετὰ μέλιτος, ἢ μετ' οἰνομέλιτος, ἢ μετά τινος οἴνου τῶν ἐπιτηδείων. ὡς παραδείγματα γὰρ ἕνεκα σαφηνείας, λέγεται αὐτὰ τάδε πρὸς τὸ, καὶ τοὺς ἀναγνόντας αὐτὰ, δύνασθαι κρίνειν τὴν ὕλην ὁμοίως ἀποβλέποντας εἰς τὸν καθόλου σκοπὸν, ὃν ἐν τῷ θερμαίνειν τε καὶ ὑγραίνειν ἔφην κεῖσθαι.

CAPVT IX.

D *Quibus senes vti debeant ad aluum ciendam.*

QVoniam autem tum pituitosum, tum serosum excrementum in senum corporibus colligitur, & vrinas moueri quotidie conuenit, non tamen per pharmaca, sed apio, & melle, & vinis, quæ id præstare valeant; & aluum soluere, potissimum oleo ante cibum absorpto, sed & oleribus ex oleo garóque ante cibum assumptis. Ac quotidie quidem tum per hæc abundè aluus quibusdam soluitur, E tum ex ficis, vtique quum hi habentur, & prunis, ac aliis id genus quæ æstate autumnóque vigent; hyeme verò & caricis, & prunis damascenis, iísque aut elixis aut in mulso, cui plusculum insit mellis, maceratis, eritque id melius si mel Atticum sit. Longè autem ad deiiciendam aluum Damascenis Hispana præstant. Quin oliuas ex muria præsumere aliquando licet. Aloën verò, quod multos senum quibus siccus venter est, facere video, F haudquaquam sumi suaserim; hanc alij in pilulas fingunt cum brassicæ succo, alij tantum puluerem eius alicui inspergunt liquori qui aliis aqua est, aliis mulsum. Diuites eam quæ cum cinnamomo conficitur, accipiunt; medicamentum id alij hieram dialoës, alij amaram vocant. Habent verò id alij siccum, quo potioni inspergant, alij melle modicè exceptum non cocto.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Θ'.

D Τίσι τοὺς γέροντας χρῆσθαι δεῖ πρὸς τὸ ὑπάγειν τὴν γαστέρα.

ΟΤΙ δὲ, τά τε φλεγματώδη καὶ ὀρρώδη περιττώματα, κατὰ τὸ τῶν πρεσβυτέρων ἀθροίζεται σῶμα, τήν τε οὔρησιν ἐφ' ἡμέρᾳ προτρέπειν χρὴ, μὴ διὰ τῶν φαρμακωδῶν. ἀλλὰ σελίνῳ, καὶ μέλιτι, καὶ οἴνοις οὐρητικοῖς· ὑπάγειν τε τὴν γαστέρα, δι' ἐλαίου μάλιστα, καταρροφοῦντας αὐτὸ πρὸ τῶν σιτίων. εὔδηλον δὲ, ὅτι καὶ τὰ λαχανώδη πάντα, πρὸ τῶν ἄλλων σιτίων ἐσθίειν χρὴ, δι' ἐλαίου τε καὶ γάρου. τὸ μὲν οὖν ἐφ' ἡμέρᾳ, διά τε τούτων, ἱκανῶς ἐνίοις ἡ γα- E στὴρ λαπάττεται, καὶ σύκων ὁπότ' εἴη, καὶ κοκκυμήλων, ὅσα τ' ἄλλα κατὰ θέρος, καὶ φθινόπωρον ἀκμάζει· χειμῶνος δὲ, διά τε τῶν ἰσχάδων καὶ τῶν δαμασκηνῶν κοκκυμήλων, ἤτοι γ' ἑψημένων, ἢ ἁπλῶς διαβεβρεγμένων ἐν μελικράτῳ, τὸ πλέον ἔχοντι μέλιτος. ἔσται δὲ τοῦτο κάλλιον, ἐὰν Ἀττικὸν ᾖ τὸ μέλι. πολύ γε τῶν δαμασκηνῶν ὑπακτικώτερα τὰ ἀπὸ τῆς Ἰσπανίας ἐστί. καὶ τῶν ἐλαιῶν δὲ, τῶν ἐκ τῆς ἅλμης, ἐγχωρεῖ ποτε προλαμβάνειν. οὐ μὴν ἀλόην γε συμβουλεύω προσφέρεσθαι καθάπερ ὁρῶ πολλοὺς τῶν γερόντων, F ὅσοις ἡ γαστὴρ ξηρά. τινὲς μὲν ἀναπλάττοντες εἰς καταπότια, σὺν χυλῷ κράμβης· ἔνιοι δὲ, καὶ μόνης αὐτῆς λείας ἐπιπάττοντες ὑγρῷ τινι, καὶ γὰρ καὶ τοῦτο, τισὶ μὲν ὕδωρ ἐστὶ, τισὶ δὲ μελίκρατον. ὅσοι δ' ἐξ αὐτῶν πλούσιοι, τὴν μετὰ τοῦ κινναμώμου σκευαζομένην ἀλόην λαμβάνουσιν· ὀνομάζουσι δὲ τὸ φάρμακον, ἔνιοι μὲν, ἱερὰν τὴν δι' ἀλόης· ἔνιοι δὲ πικράν. ἔχουσι δέ τινες ξηρὰν, ὡς ἐπιπάττειν τῷ ποτῷ· τινὲς δὲ μετὰ μέλιτος ἀνέφθου μετρίως ἀνειλημμένον.

A ἀλλ' οὐδενὸς τούτων ἐστὶ χρεία τοῖς γέρουσιν, ὅτι μὴ μεγάλης ἀνάγκης καταλαβούσης· ὑπακουούσης μὲν γὰρ τοῖς εἰρημένοις τῆς γαστρὸς, εἰ καὶ μὴ καθ' ἑκάστην ἡμέραν, ἀλλὰ παρὰ μίαν, οὐδὲν ὅλως χρὴ φαρμακῶδες προσφέρειν. εἰ δὲ μὴ διὰ τρίτης ὑπέλθοι, δυοῖν ἡμερῶν ἐπισχεθεῖσα, τηνικαῦτα καὶ λινόζωστις αὐτάρκης ἐστὶ, καὶ ἡ καλουμένη θαλαττοκράμβη, καὶ κνῆκος ἐπὶ πτισάνῃ διδόμενος, ὅσα τἄλλα μετρίως φαρμακώδη, καθάπερ οὖν καὶ ἡ τερμινθίνη ῥητίνη. λαμβανόντων δὲ αὐτῆς ἐνίοτε μὲν, καρύου ποντικοῦ μέγεθος, ἐνίοτε δὲ καὶ δυοῖν, ἢ τριῶν, οὐ μόνον γὰρ ἀλύπως λαπάττειν πέφυκεν, ἀλλὰ καὶ τὰ σπλάγχνα πάντα διαῤῥύπτειν, ἧπαρ καὶ σπλῆνα καὶ νεφροὺς, B καὶ πνεύμονα. ποικίλως δὲ χρῆσθαι δεῖ τοῖς εἰρημένοις, οὐχ ἓν ἐπιλεξαμένους ἐκεῖνο μόνον προσφέρεσθαι· συνήθης γὰρ, ἐν τῷ χρόνῳ τοῦ λαμβάνοντος, ἡ φύσις αὐτῷ γινομένη, καταφρονεῖ τῆς τοῦ φαρμάκου δυνάμεως. ὑπαλλάττειν οὖν χρὴ τοῖς εἰρημένοις, καὶ πρὸς αὐτοῖς τὸ διὰ τῶν ἰσχάδων σκευαζόμενον, ἔστωσαν δὲ λιπαραὶ, καὶ ἀφαιρείσθω τὸ περικείμενον αὐταῖς ἔξω δέρμα· κατὰ τὸν αὐτὸν δὲ τρόπον, καὶ τοὺς κνίκους, εἶτ' ἄμφω μιγνύμενα κοπτέσθω. τῷ σταθμῷ δ' ἔστω παραπλήσια τοῦ κνίκου ἡ ἰσχάς. ἔξεστι δὲ κἀνταῦθα πειρωμένους τοῦ φαρμάκου, ὡς C ἔχει πρὸς τὴν τοῦ λαμβάνοντος φύσιν, ἐνίοτε μὲν ἔλαττον, ἐνίοτε δὲ πλέον μιγνύναι τοῦ κνίκου. λαμβάνειν δὲ τὸ μέγεθος ἰσχάδων δυοῖν ἢ τριῶν. ἐξ αὐτῆς δὲ ὡς εἶπον, τῆς πείρας, ἑαυτῷ τις εὑρήσει τὸ μέτρον ἐπὶ τῶν τοιούτων ἁπάντων, ἐνίοις μὲν γὰρ μᾶλλον, ἐνίοις δ' ἧττον ὑπακούσει τοῖς φαρμάκοις ἡ γαστήρ. ἀλλ' ἱκανῶς γε δαψιλὲς οὐδέν ποτε χρὴ τῶν εἰρημένων φαρμάκων. ἐν μὲν γὰρ τῷ παραχρῆμα χαίρουσιν ἔνιοι σφοδρῶς κενωθέντες, ὅσῳ δ' ἂν μᾶλλον κενωθῶσι, τοσούτῳ μᾶλλον αὖθις ἡ γαστὴρ ἴσχεται, κατὰ τὰς ἐφεξῆς ἡμέρας. διὰ τοῦτο δ' ἐγὼ καὶ τοῖς ἐν νόσοις χρονίαις τὴν κοιλίαν ἐπεχομένοις, ὁποῖαι D μάλιστα κατὰ χειμῶνα γίνονται πολλοῖς, καὶ μετὰ μακρὰν ἀῤῥωστίαν ἐν ταῖς ἀναλήψεσιν ὁμοίως ἐνοχλουμένοις, οὐ κλύζω δριμέσι κλύσμασιν, ἀλλ' ἔλαιον ἐνίημι μόνον· ὅπερ οὐδὲν κωλύει καὶ τοῖς ὑγιαίνουσιν ἐγχεῖν ἐνίοτε, τῆς γαστρὸς ἐπισχεθείσης, καὶ γὰρ διαβρέχεται τὰ σκληρὰ τῶν περιττωμάτων, καὶ τις ὄλισθος ἐν τῇ διεξόδῳ γίνεται, καὶ τὸ σῶμα τῶν γερόντων αὐτὸ μαλάττεται, ταῖς σκληραῖς ὁμοίως διφθέραις ἐσκληρυμμένον. ἀλλ' οὐδὲ ταῦτα τοῦ γέροντος, ᾗ γέρων ἐστὶν ἴδια, καὶ γὰρ καὶ τοῖς ἐκ νοσημάτων μακρῶν ἀνακομιζομένοις συμφέρει. τί τοίνυν ἴδιόν ἐστι E τοῦ γέροντος ᾗ γέρων ἐστί; τὸ τῇ κράσει συμφέρον. αὕτη γάρ ἐστι δι' ἣν καὶ γηρῶμεν, ἄλλος ἐν ἄλλῳ χρόνῳ πρωϊαίτερον, ἢ ὀψιαίτερον, ὡς ἂν καὶ τῆς φύσεως ἔχωμεν ἐξ ἀρχῆς, ἢ ἐπιτηδεύματος, ἢ διαίτης, ἢ νόσου, ἢ φροντίδος, ἤ τι τοιοῦτον ξηρανθέντες ἀμετρότερον τύχωμεν. ἔστι μὲν γὰρ, ὅ γε κυρίως ἅπαντες ἄνθρωποι γῆρας ὀνομάζουσιν, ἡ ξηρὰ καὶ ψυχρὰ κρᾶσις τοῦ σώματος, ἐκ πολυετείας γινομένη. συμβαίνει δέ ποτε καὶ διὰ πυρετῶδες νόσημα, καὶ καλοῦμεν αὐτὸ ἐκ νόσου γῆρας, ὡς ἐν τῷ περὶ μαρασμοῦ λέλεκται γράμματι· μαρασμὸς γάρ τοι καὶ ἡ τοιαύτη διάθεσίς ἐστιν, οὐκ ἐν ζώοις μόνον, F ἀλλὰ καὶ φυτοῖς γινομένη. γέγραπται δὲ κατὰ τὸ πρῶτον βιβλίον τῆσδε τῆς πραγματείας, ἡ ἀναγκαία τοῦ γήρως γένεσις. ἔκ τε οὖν ἐκείνου κἀξ ὧν ἐν τοῖς περὶ κράσεων εἴρηται, καὶ προσέτι τοῦ περὶ μαρασμοῦ γράμματος, εὐπορώτερος δή τις εἰς τὸ γηροκομικὸν μέρος τῆς τέχνης γενηθείη.

ἢ προσφέρειν

Verùm nullo horum senibus est opus, nisi maior aliqua necessitas vrgeat; quippe si iã comprehensis aluus soluitur, etsi non quotidie, saltem alternis diebus, nullum planè medicamentosum dari debebit. Quòd si biduo adstrictus venter, tertio die non soluitur, sat eo tempore fuerit mercurialem herbam, & dictam marinam brassicam & enicum in ptissana, aliáque quæ modicè medicamentorum vim obtinent, dedisse; similiter & terebinthi resinam. Sumitur autem aliquando nucis ponticæ magnitudine, aliquando duarum triúmve; quippe non modò aluum soluere citra noxam potest, sed etiam viscera omnia, iecur, lienem, renes, pulmonémque abstergere. Porrò iis quæ prædiximus, variè vti expediet, neque vno tantũ delecto, id perpetuò exhibere; cui namque assuefacta téporis spatio sumentis natura fuerit, eius vim contemnet. Ergo variare vices, tum prædictis oportet, tum verò eo medicamento, quod ex caricis conficitur. Sunto hæ pingues, auferatúrque ipsis ea quę foris obducitur pellis; pari modo & cnico; mox ambo simul tundantur. Esto autem & carica cum enico pari põdere. Licebit verò hîc quoque medicamentum experiri, ac prout se ad sumentis naturã habet, aliàs plus, aliàs minus enici immittere; sumere verò duarũ triúmve caricarum magnitudinis modum. Ex ipsa verò (vt dixi) experientia inueniet sibi ipsi quis talium omnium legitimum modum, quum venter aliis magis, aliis minùs, medicamentis fit obediẽs. Cæterùm nullum eorum quæ dicta sunt medicamentorum exhiberi admodum copiosè debebit. Siquidẽ nonnulli in præsens gaudent, si copiosius desederint; verùm quantò magis sunt vacuati, tantò his venter sequẽtibus diebus magis adstringitur. Quo fit vt ipse si qui sunt quibus in diuturnis morbis venter sistitur, (quales potissimum hyeme contingũt, quibúsque post longam infirmitatem in conualescentia similis affectus incidit) iis aluum duco nõ acribus per inferiora infusis, sed tantum oleo. Quod etiam sanis quoque, vbi vẽter adstringitur, securus interdum infundas: quippe quo & siccius excrementũ madescit, & transitus efficitur lubricus, & corpus ipsum senis emollitur, duris aliàs pellibus similiter rigens. Non tamen sunt hæc senis, quà senex est, propria; quippe quum etiã sine iis qui à longis morbis conualescunt vtilia. Quid igitur proprium est senis quà senex est? nempe quod temperamento eius conducit. Id enim est cuius culpâ senescimus, alius alio tempore citiùs seriúsve, prout vel natura ab initio sumus comparati, vel ex vitę exercitio, vel ex victus ratione, vel morbo, vel sollicitudine, vel alio id genus, immoderatiùs siccati. Est enim id quod omnes homines propriè senectutem appellant, non aliud quàm siccum & frigidum corporis temperamentum, annorum multitudinis ratione proueniens. Accidit autem interdum & ex febrili morbo, atque id etiam ex morbo senium appellamus, sicuti in libro de marasmo diximus, quippe quum eiusmodi affectus, marasmus quidam sit: qui non in animalibus modò, verùm etiam stirpibus visitur. Tradita verò iam est primo huius operis volumine prouenientis in nobis senectutis necessitas. Ergo tum ex illo, tum ex iis quæ de temperamentis, atque etiam ex libello quem de marasmo scripsimus, instructior quispiam ad eam artis partem quæ de senum ductu agit, reddi poterit.

CAPVT

A

CAPVT X.

Ratio dignoscendi & curandi omnes affectus qui in senum & reliquorum hominum corporibus oriuntur.

Siquidem omnis affectionis corporeæ prouidentia in duobus consistit, nempe propria eius internoscenda essentia, & materiæ præsidiorum viribus; vt statim in proposito nunc nobis senio, qui scienter pernouit affectum eum siccitatem quandam cum frigiditate esse, si quidem quæ humectent pariter & calefaciant, præsidiorum materias norit, is idoneus senum medicus fuerit. Quadruplex verò materiæ genus quum sit, quæ sumuntur, quæ geruntur, quæ educuntur, quæ foris admouentur, vtique ex singulis eligere oportebit, quæ calefacere humectaréque possint. Sed ad horum cuiusque commodum vsum, exercitatio quæ per exempla fit, maximè est vtilis. Scio ergo aliquando me, pueri thoracem qui à reliquarum partium symmetria, non parum aberat, eiusmodi remediis genere ad iustam perduxisse mensuram. Cinxi illi lato modicè cingulo omnia quæ sub thorace ad coxas vsque sunt, ita temperas vt tum citra offensionem hæreret, tum ne laxum quicquã relinqueret, nec etiam premeret. Exercitationes verò iniunxi, & quæ per tota obeuntur brachia, & eas, quas cantores vociferationes appellant. In vtrisque verò cohiberi anhelitum iussi. Id fit quum thoracem ipsum vndique valenter compresseris, expirationem autem sic cohibueris, vt quem prius attraxeris spiritũ, totum intus retineas. Itaque etiam amplius inspirauerit oportet, qui hoc commodè faciet; quandoquidẽ quò amplius fit aëris qui compellitur, eo magis thorax distentus dilatabitur. Quòd autem ipsæ quoque vociferationes tum magnifaciendæ, tum in acumen tendendæ sint, id minimè est obscurũ, si modò vniuersas thoracis partes valenter exercitari in animo est. Atque hæc quidẽ glíscentium adhuc corporũ ea, quę natura malè condita sunt, ad iustam conuenientiam restituent. Eadem modicè etiam iis qui perfectam iam magnitudinem consequuti sunt, proderunt: verùm in sene nihil tale moliendum, vtpotè cui feriari infirmas partes vtilius esse diximus, vtilius verò his est, & consueto opere exercitari, etiam si modicè noxiũ sit. Contrà iuuenibus ea mutare quæ nocent tentandum est, etiã si à pueris his maximè insueuerint; possunt enim eorum vires moderatè factam mutationem sustinere, sperarique potest in reliquo vitę tempore fructũ aliquem eos ex meliore consuetudine percepturos. At senex, si posset longo tempore sensim malam consuetudinem mutare, propterea quòd quo tempore meliore frueretur habituros non esset, frustra laborem insumeret: non aliter quàm si quis artem discere quampiam octogenarius inciperet. Sicuti verò senum ipsorum inter se non parua differentia est, siue id ex ætate spectes siue corporis affectu, ita & eorũ qui natura sicciore frigidioréque sunt, si ad mediocrem statum compares, non paruum intemperiei discrimen inuenies, tum ipsorum inter se, tum verò ad senes. Atque humectare quidẽ hos profectò calefaceréque cõueniet, cæterùm audacius hæc facere in iis qui per ætatem maiori exercitio sunt ferundo, ceu quorũ validæ adhuc vires sunt.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ι′.

Μέθοδος τοῦ γινώσκειν τε, καὶ θεραπεύειν ἁπάσας τὰς κατὰ τὰ τῶν γερόντων τε καὶ τῶν ἄλλων ἀνθρώπων σώματα, διαθέσεις.

Σύγκειται γὰρ ἅπασα πρόνοια σωματικῆς διαθέσεως, ἔκ τε τοῦ γινώσκειν αὐτῆς τὴν οἰκείαν οὐσίαν, καὶ τῆς τῶν βοηθημάτων ὕλης τὰς δυνάμεις· οἷον αὐτίκα ἐπὶ τοῦ προκειμένου νῦν ἡμῖν τοῦ γήρως, ὁ γνοὺς τὴν διάθεσιν ἐπιστημονικῶς, ὅτι B ξηρότης ἐστὶ μετὰ ψύξεως, ἐὰν ἐκμάθῃ τὰς ὑγραινούσας ὕλας, καὶ θερμασίας τῶν βοηθημάτων, ἀγαθὸς ἂν ἰατρὸς εἴη γερόντων. οὐσῶν δὲ τεττάρων ὑλῶν κατὰ γένος, ἃς ὀνομάζουσι, προσφερομένων καὶ ποιουμένων, καὶ κενουμένων, καὶ προσαπτομένων ἔξωθεν· ἐκλέγεσθαι προσήκει καθ᾽ ἑκάστην αὐτῶν, τὰ θερμαίνειν τε καὶ ὑγραίνειν δυνάμενα. πρὸς δὲ τὴν οἰκείαν ἑκάστου χρῆσιν, ἡ ἐπὶ τῶν παραδειγμάτων ἄσκησις ὠφελιμωτάτη. οἶδα δέ ποτε, θώρακα παιδός, ἀπολειπόμενον οὐκ ὀλίγῳ τῆς τῶν ἄλλων συμμετρίας μορίων, αὐξήσας εἰς μέτρον ἐκ τοιαύτης ἰδέας βοηθημάτων. ἐζώννυον μὲν αὐτῷ τὰ κάτω τοῦ θώρακος C ἅπαντα, μέχρι τῶν ἰσχίων, ζώνῃ συμμέτρως πλατείᾳ, οὕτω παραβάλλων ὡς ἐρηρεῖσθαι μὲν ἀλύπως, μήτε δὲ χαλαρὸν ἀπολιπεῖν τι, μήτε πεπιέσθαι. γυμνάσια δὲ τά τε δι᾽ ὅλων τῶν χειρῶν ἐπιτηδευόμενα, καὶ τὰς καλουμένας ὑπὸ τῶν φωνασκῶν ἀναφωνήσεις παρελάμβανον. ἐφ᾽ ἑκατέροις δέ, κατάληψιν πνεύματος ἐκέλευον ποιεῖσθαι. γίγνεται δ᾽ αὕτη σφοδρῶς μὲν θλιβόντων ἡμῶν ἐκ παντὸς μέρους τὸν θώρακα, τὴν δ᾽ ἐκπνοὴν κατεχόντων, ὡς ἐπέχεσθαι πᾶν ἔνδον τὸ πνεῦμα, ὃ διὰ τῆς εἰσπνοῆς φθάνον εἱλκύσθαι. διὸ καὶ πλέον εἰσπνευστέον ἐστί, τῷ μέλλοντι καλῶς τοῦτο δράσειν· ὅσῳ γὰρ ἂν εἴη πλείων ὁ θλιβό- D μενος ἀήρ, τοσούτῳ μᾶλλον ὁ θώραξ εὐρύνεται διατεινόμενος. ὅτι δὲ καὶ τὰς ἀναφωνήσεις, ἐν μεγέθει τε, καὶ τῇ κατ᾽ ὀξύτητα τάσει τῆς φωνῆς, ποιητέον ἐστὶν ἐπὶ τούτων, οὐκ ἄδηλον, εἴγε δὴ πρόκειται γυμνάζειν ἰσχυρῶς πάντα τοῦ θώρακος τὰ μόρια. ταῦτα μὲν οὖν, ἐπὶ τῶν αὐξανομένων σωμάτων, εἰς συμμετρίαν ἄξει τὰ φύσει κακῶς διαπεπλασμένα. μέτρια δέ, καὶ τοὺς ἤδη τελείους ὠφελήσει· οὐ μὴν ἐπί γε πρεσβυτῶν ἐπιχειρήσεις ἔργῳ τοιούτῳ, βέλτιον γάρ, ἐπ᾽ ἐκείνων, ἡσυχάζειν τοῖς ἀσθενέσι μορίοις, εἴρηται, βέλτιον δὲ καὶ τὸ διὰ τῶν συνήθων ἐπιτηδευμάτων γυμνάζειν, εἰ καὶ βλαβερὰ μετρίως εἴη. τοῖς γε E μὴν νέοις, ὑπαλλάττειν πειρᾶσθαι τὰ βλάπτοντα, κἂν ἐκ παιδὸς ᾖ συνηθέστατα· δύναται γὰρ ἡ δύναμις αὐτῶν ὑπομεῖναι τὴν μεταβολὴν ἐν μέτρῳ γινομένην, ἐλπίς τ᾽ ἐστι, τῷ λοιπῷ χρόνῳ τῆς ζωῆς ὀνήσεσθαί τι πρὸς τῶν ἀμεινόνων ἐπιτηδευμάτων. ὁ δὲ γέρων, εἰ δυνηθείη χρόνῳ συχνῷ κατὰ βραχὺ μεταστῆναι τῶν φαύλων ἐθῶν, οὐδ᾽ ἐν ᾧ χρόνῳ χρήσεται τοῖς βελτίοσιν ἕξει, συμβήσεται δ᾽ αὐτῷ πονῆσαι μάτην, ὥσπερ εἰ καὶ τέχνην ἄρχοιτο μανθάνειν ὀγδοηκοντούτης τις ὤν. ὥσπερ δὲ τῶν γερόντων αὐτῶν, οὐ σμικρά τίς ἐστι διαφορὰ πρὸς ἀλλήλους, εἴτε κατὰ τὴν ἡλικίαν αὐτήν, εἴτε κατὰ τὴν διάθεσιν τοῦ σώ- F ματος, οὕτω καὶ τῶν φύσει ξηροτέρων τε ἅμα καὶ ψυχροτέρων ὡς πρὸς τὸν σύμμετρον παραβάλλειν, οὐκ ὀλίγον τοὐν μέσῳ τῆς δυσκρασίας ἐστί, πρὸς ἀλλήλους τε καὶ τοὺς γέροντας. ὑγραίνειν μὲν οὖν αὐτοὺς δηλονότι, καὶ θερμαίνειν προσήκει, θαρραλεώτερον δὲ ταῦτα πράττειν, διὰ τὴν ἡλικίαν, ἀνεχομένοις ἰσχυρῶν γυμνασίων, ὡς ἂν ἐρρωμένης ἔτι τῆς δυνάμεως.

φωνασκοὶ quasi dicuntur citharœdi, præcones, qui tragœdiam personati exhibent, nec non ii qui vocis gubernandæ eiusque formandæ magistri et præceptores sunt. Gal. lib. 2. de comp. med. sec. locos, c. 1.

ὁ γάρ τοι πρῶτος σκοπός, ἀφ' οὗ τὴν ἔνδειξιν τῶν ἰαμάτων λαμβανόμεθα, ἡ τοιάδε δυσκρασία τοῦ σώματός ἐστιν, οὐ τὸ γῆρας, ἢ ὅλως ἡλικία τις. ἀλλ' ἐπειδὴ στοχαστικῶς ἡμῖν τὸ τῶν διαθέσεων μέτρον λαμβάνεται, διὰ τοῦτο καὶ τὴν ἡλικίαν ἐπισκεπτόμεθα. ἡ δ' αὐτὴ χρεία καὶ τῆς τῶν ἐθῶν γνώσεώς ἐστι, καὶ τῆς τῶν προκαταρκτικῶν ὀνομαζομένων αἰτίων. Εἰς γὰρ τὴν τῆς διαθέσεως ἀκριβεστέραν γνῶσιν, ἐκ τῶν τοιούτων ἁπάντων ὠφελούμεθα· τῶν δ' ἰαμάτων ἡ ἔνδειξις, οὐκ ἐκ τούτων γίγνεται. τοῖς γε μὴν Ἐμπειρικοῖς, μέρος τῆς ὅλης συνδρομῆς ἐστι καὶ τὰ τοιαῦτα, τετηρημένης ἐπ' αὐτῆς τῆς θεραπείας, οὐκ ἐνδεικτικῶς εὑρισκομένης. Εἰκότως τοιγαροῦν Ἱπποκράτης, τὰ πλεῖστα περὶ διαγνώσεων καὶ προγνώσεων ἔγραψε, γυμνάζων ἡμᾶς ἐν τοῖς κατὰ μέρος· οἵ τ' ἄριστοι μετ' αὐτὸν ἰατροί, ὡσαύτως ἔπραξαν, εὖ εἰδότες, ὡς τῷ γνόντι τὴν διάθεσιν ἀκριβῶς τοῦ σώματος ὃ μεταχειριζόμεθα ὑγιαῖνον, ἢ νοσοῦν, οὐ χαλεπῶς εὑρίσκεται τὰ βοηθήματα. χρὴ γάρ, ὡς εἴρηται πολλάκις, ἄρχεσθαι μὲν ἀπὸ θεραπευτικοῦ παραγγέλματος, τοῦ τὰ ἐναντία, τῶν ἐναντίων ἰάματα· τῆς δ' ὕλης τῶν βοηθημάτων ἐπιστήμονα γενόμενον, ὡς ἐκμαθεῖν αὐτῆς τὰς δυνάμεις, ἀεὶ προσφέρειν ἅπαντι σώματι, τῷ μὲν φαύλως διακειμένῳ τἀναντία, τῷ δ' ἄριστα κατεσκευασμένῳ τὰ παραπλήσια ταῖς δυνάμεσι. καὶ τοίνυν, καὶ τὰς δυσκρασίας αὐτὰς ὅσαι κατὰ τὸ τῆς ὑγείας ἔτι πλάτος εἰσίν, ἐπανορθοῦσθαι μὲν βουλόμενος, ὑπεναντίως διαιτήσεις· ὅταν ἐπὶ πολλῆς γίγνηται σχολῆς. ἐν ἀσχολίᾳ γὰρ οὖσι, διὰ τῶν ὁμοίων ὑπηρετήσεις, καὶ μάλιστα ὅταν οὕτως ὦσιν εἰθισμένοι. συμβαίνει δὲ ὡς τὰ πολλά, θάτερον τούτων μᾶλλον, ὡς ἂν τῶν φύσεων ἀδιδάκτως αἱρουμένων τὰ οἰκεῖα, καὶ μέχρι γε τοσούτου προσφερόμεθα αὐτά, μέχρι περ ἂν εἰς τὴν ἀρχαίαν ἐπανέλθωσι κατάστασιν.

A Quippe primum quò omne remediorum consilium dirigitur, eiusmodi intemperies corporis est, non senium aut ætas aliqua. Verùm quoniam affectuum mensuram per coniecturam accipimus, idcircò ætatem quoque consideramus. Porrò idem vsus & consuetudinis noscendæ est, præterea extrinsecus incidentium causarũ quas procatarcticas vocant; quippe ad certiorem affectuum notitiam talia omnia nobis conducunt; remediorum tamen indicatio ex his accipitur. At Empiricis talia totius concursus pars esse censetur, B quæ in ipsa curatione obseruata, haudquaquam ex iis quæ fieri affectus postulat, inuenta. Quo rationabilius Hippocrates de agnoscendo præsagiendóque plurima scripsit, vtique in particularibus nos exercens; quod etiam optimi medicorum post eum fecerunt, nõ ignari huic nullo negotio inuentum iri remedia, qui eius quod curat, corporis ægri saniue affectum exactè norit. Siquidem, vt sæpe testati sumus, incipiendum ab illo medendi præcepto est. Contraria esse contrariorum remedia; vbi verò remediorum materiam compertam habueris, ac simul vires eius in- C tellexeris, omni malè affecto corpori, semper cõtraria; optimè se habenti, similia viribus esse adhibenda. Quin etiam intemperies ipsas quęcunque adhuc intra sanitatis fines subsistunt, si corrigere studebis, contraria quodammodo victus ratione curabis; quod tamen per multum fit otium. Nam si in negotio sint, similibus vteris: potissimùm quum ita fuerint corpora assueta. Porrò accidit alterum horum plerumque magis, ceu naturis ipsis ea quæ sibi sunt accommoda, *sua sponte* citráque doctorem eligentibus. Atque hactenus malè affecto corpori contraria exhibebimus quoad D pristinum statum consequutum sit.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΑ'.

Περὶ διαίτης τῆς τὴν δυσκρασίαν ἐπανορθουμένης.

Ἡ δέ γ' ἐπανορθουμένη τὴν δυσκρασίαν δίαιτα, περαιτέρω προέρχεται τὰ πολλά. διότι καὶ τοῖς οἰκείοις νοσήμασιν ἁλισκόμεθα πλείοσι. τοῦ μὲν φύσει θερμοτέρου, ῥᾳδίως τὰ θερμὰ νοσήματα νοσοῦντος. τοῦ δὲ ψυχροτέρου, τὰ ψυχρά, καὶ τῶν ἄλλων ὡσαύτως. ἐπανέρχεται τοιγαροῦν θᾶττον εἰς τὴν ἰδίαν φύσιν ἕκαστον τῶν δυσκράτων σωμάτων, ἤπερ ἐπὶ τὴν ἀρίστην κρᾶσιν. ἐν τῷ μεσαιτάτῳ γὰρ αὕτη πασῶν οὖσα τῶν δυσκρασιῶν, ἐὰν μὲν οἰκείῳ τις ἁλῷ τῇ φύσει νοσήματι, πλέον ἀφέστηκεν· ἐὰν δὲ οὐκ οἰκείῳ, βραχύτερον. οὐκοῦν οὐδὲ τὰ ἔθη μεταβλητέον ἐστί, κἂν εἴη μοχθηρά, δυσαρεστουμένων ἔτι τοῦ σώματος. ἀλλ' ἐν ταῖς ἀκριβεστέραις ὑγιείαις, οὐκ ἀεὶ τοῦτο πρακτέον, ἀλλ' ὅταν ἀπὸ τῶν πολιτικῶν πραγμάτων ἄγῃ σχολὴν ὁ μέλλων μεταχθήσεσθαι. ταῦτ' οὖν ὄντα κοινὰ παραγγέλματα πασῶν τῶν κράσεων, ὑπαλλάττεται κατὰ μέρος, εἰς ὅσον ἂν ἑκάστη δυσκρασία, τῆς ἄκρας εὐκρασίας ἀπολείπηται, καὶ θαυμαστὸν οὐδέν ἐστι, τὰς δυσκράτους φύσεις ἐν τῷ μέσῳ καθεστηκυίας, ἀκριβοῦς ὑγείας, αἰσθητοῦ τε νοσήματος, ἐπαμφοτερίζειν καὶ τῷ τρόπῳ τῆς διαίτης. οὐ μὴν οὐδὲ τὸ φαίνεσθαι τοὺς ἀνθρώπους ὑπὸ τῶν αὐτῶν ὠφελουμένους τε καὶ βλαπτομένους, θαυμαστόν. εἰ μὲν γὰρ ἅπαντες ὁμοίαν ἀλλήλοις εἶχον κατασκευήν, τότ' ἂν ἦν θαυμαστόν, ὑπὸ τῶν ἐναντίων ἐνίους ὠφελεῖσθαι καὶ βλαπτομένους ὑπὸ τῶν αὐτῶν. ἐπεὶ δ' ἐναντίαι πολλῶν τῶν ἀνθρώπων εἰσὶ κατασκευαὶ τοῦ σώματος, εὔλογόν ἐστι, καὶ τὴν ὠφέλειαν αὐτοῖς ὑπὸ τῶν ἐναντίων γίνεσθαι.

CAPVT XI.

De Victus ratione, quæ intẽperies corrigat, instituenda.

CÆterùm ea victus ratio quæ intemperies corrigit, longius plerunque procedit, propterea, quòd similibus maiore ex parte morbis tẽtamur, qui calidiore natura est, calidos morbos facilè incurrente: qui frigidiore, frigidos; & reliquis pro ratione. Facilius itaque quicquid intemperatum est, ad propriam naturam redit, quàm ad E optimum temperamẽtum venit; quippe id quum in medio omnis temperiei sit, quisquis cõuenienti naturæ suæ morbo laborat, ab eo longius abest; qui dissimili, minus. Ergo nec assuetudines ipsæ, tametsi prauæ sunt, displicentibus adhuc sibi corporibus mutandę sunt. Quin nec per summam sanitatem semper id tentandum, sed tum, quum is, cui mutandæ sunt, à ciuilibus negotiis maximè vacat. Hæc itaque communia quum sint omnium temperamentorum præcepta, particulatim variantur, prout intemperies quæuis ab optimo tẽ- F peramento recessit. Nec mirum sanè est, intemperatæ naturæ quæ in medio exactæ sanitatis, & morbi sensibilis consistunt, etiam ad ordinandi victus modum sint ancipites. Sed nec illud mirandum, ab iisdem adiuuari lædíque homines videri. Nam contrà, si omnes inter se similem corporis statum obtinerent, vtique mirandum tum esset aliquos à contrariis iuuari, alios ab iisdem lædi; sed quoniam contrarij inter se multorum hominum corporis status sunt, rationi consonum est, quòd ex contrariis etiam vtilitatẽ percipiant.

Quò

Quò magis de medicis omnibus mirari cui- A piam, licet quicunque nullo prius naturarum facto discrimine, de sanitate tuenda scribere sunt aggressi. Sicuti enim fieri non potest vt vnum calceamentum ad omnes homines sutor accommodet, ita nec medicus vnam omnibus vitæ speciem, quæ conducat. Hac igitur de causa quidam saluberrimum esse affirmant abundè quotidie exercitari; quidam nihil obstare quo minus in quiete prorsus degatur. Et sunt, quibus lauari maximè salutare videtur; aliis minimè. Quin etiam de vini & aquæ potione, itémque de aliis ad eundem modum, non iis modò quæ ad salubrem victus rationem pertinent, sed etiam morborum remediis, pu- B gnantissima inter se scribunt adeo, vt vel vnum quippiam quod omnibus his inter ipsos conueniat, rarum inuentu sit. Cæterùm vsus ipse docet tum ab iisdem ipsis aliquos lædi iuuaríque, tum à contrariis pari modo. Equidem quosdam noui, qui si triduo se ab exercitatione abstinerent, protinus ægrotarent; alios in perpetua quiete degentes, tamen secundam valetudinem tueri. Atque horum ipsorum alios minimè lauare: alios, nisi lauissent, illico febricitare, sicut Premigenes Mitylenæus. Atque quòd hæc quidem ita fieri cernantur, etiam C ii qui sola experientia artem colligunt, nouere. Nemo tamen eorum ita vt in morbis, notas prodidit, quibus quis intentus, quam quisque victus rationem postulet, inuenire posset. Quippe in paucissimis inuenias exactè traditas, quas Empirici syndromas vocant, quemadmodum in peripneumonia, & pleuritide; sed plerique morborum coniecturalem habent dignotionem, vt qui non ex certorum symptomatum congestione noscantur, sed hominem desiderent qui exquisitè corporis affectum calleat, quique omnia quæ eiusmodi affectui consonent, inuenire sigillatim queat. Quippe quod D propositum est, nos ipsa ratione ducti adhuc iuuenes inuenimus. Vnde etiam manifestum est vsum quantumuis longum sine ratione talia inuenire non posse. Nam de Premigene quum audirem, nisi lauaret omninò febricitare, collegi ratione eum fumida excrementa gignere quæ deberent expirari: cæterùm quum densior cutis esset quàm vt ea transmitti omnia sineret collecta sub cute, calorem excitare. Itaque etiam balneum eiusmodi naturis vtilissimum esse non ob id modò quòd fumidum euocet, sed etiam quòd E humectet, idque dulci humore. Ergo placuit explicata quoque manu Premigenis thoraci iniecta, cuiusmodi esset caloris qualitas, explorare. Vt verò acrem mordacémque comperi, non dissimilem calori eorum qui cæpas ampliter comedissent, multò adhuc magis euentus causam probè coniectasse mihi persuadens, percontabar ecquid sudoris illi citra balneum incideret, negantéque id, iam firmio- F rem habere me affectus eius notitiam mihi persuasi. Quin etiam alios quosdam vidimus quibus mordax calor erat similiter vt huic, non tamen hi vna balnei intermissione febricitabant, propterea quòd per sudores excrementa his vacuabantur. Premigeni præter naturalem habitum, victus ratio, vel semel intermisso balneo febricitandi occasio erat;

διὸ καὶ θαυμάσειεν ἄν τις ἁπάντων τῶν ἰατρῶν, ὅσοι γράφειν ἐπεχείρησαν ὑγιεινὰ συγγράμματα, μὴ διελομένων τὰς λόγῳ τὰς φύσεις. ὥσπερ γὰρ ἑνὶ καλοποδίῳ πρὸς ἅπαντας ἀνθρώπους ἀδύνατον χρῆσθαι τοὺς σκυτοτόμους, οὕτω τοὺς ἰατροὺς ἰδέᾳ βίου συμφερούσῃ μιᾷ. διὰ τοῦτο οὖν ἐνίοις μὲν ὑγιεινότατον εἶναί φασι τὸ γυμνάζεσθαι καθ' ἑκάστην ἡμέραν ἱκανῶς, ἐνίοις δὲ μηδὲν κωλύειν, εἰ καὶ παντάπασί τις ἐν ἡσυχίᾳ διατελοίη, καὶ λούεσθαι τοῖς μὲν ὑγιεινότατον εἶναι δοκεῖ, τοῖς δ' οὔ. καὶ πίνειν ὕδατος, καὶ οἴνου, καὶ περὶ τῶν ἄλλων ὡσαύτως. οὐ μόνον ὑγιεινῶν διαιτημάτων, ἀλλὰ καὶ τῶν τοῖς νοσοῦσι προσφερομένων ἰαμάτων, ἐναντιώτατα γράφουσιν ἀλλήλοις, ὡς χαλεπὸν εὑρεῖν ὁμολογούμενον ἔν τι πᾶσιν αὐτοῖς. ἡ γε μὴν πεῖρα δείκνυσιν ὑπό τε τῶν αὐτῶν, ἐνίους βλαπτομένους τε καὶ ὠφελουμένους, ὑπό τε τῶν ἐναντίων ὡσαύτως. οἶδα γ' οὖν τινας, οἳ τρεῖς ἡμέρας ἀγύμναστοι μείναντες, εὐθέως νοσοῦσιν, ἀγυμνάστους δ' ἑτέρους ἀεὶ διατελοῦντας, ὑγιαίνοντας δὲ, καὶ τούτων ἐνίους μὲν ἀλούτους, ἐνίους δὲ, εἰ μὴ λούσαιντο, πυρέττοντας αὐτίκα, καθάπερ ὁ Μιτυληναῖος Πρημιγένης. ὅτι μὲν οὖν οὕτω φαίνεται ταῦτα γιγνόμενα, καὶ οἱ τῇ πείρᾳ μόνῃ τὴν τέχνην ἀθροίζοντες, ἴσασιν. οὐ μὴν ἔγραψέ τις αὐτῶν γνωρίσματα, καθάπερ ἐπὶ τῶν νοσημάτων, οἷς προσέχοντες, εὑρήσομεν ὁποίας ἕκαστος δεῖται διαίτης. ἐπ' ὀλίγων γὰρ ἐστὶν εὑρεῖν τὰς καλουμένας ὑπὸ τῶν ἐμπειρικῶν συνδρομὰς ἠκριβωμένας. ὡς ἐν περιπνευμονίᾳ τε, καὶ πλευρίτιδι· τὰ δὲ πλεῖστα νοσήματα, στοχαστικὴν ἔχει διάγνωσιν, ὡς οὐκ ἐξ ἀθροίσματος ὡρισμένων συμπτωμάτων γινωσκόμενα, ἀλλ' ἀνδρὸς δεόμενα ἀκριβῶς ἐπισταμένου τὴν διάθεσιν τοῦ σώματος, εὑρίσκειν δ' ἱκανοῦ τὰ κατὰ μέρος ἅπαντα τῇ τοιαύτῃ συμφωνοῦντα. τὸ γ' οὖν προκείμενον, αὐτῷ τῷ λόγῳ προποδηγηθέντες ἡμεῖς, εὕρομεν ἔτι νέοι τὴν ἡλικίαν ὄντες. ᾧ καὶ δῆλον ὡς ἡ μακρὰ πεῖρα χωρὶς λόγου, τὰ τοιαῦτα εὑρίσκειν ἀδύνατος. ἐπὶ γ' οὖν τοῦ Πρημιγένους, ἀκούσας ὅτι πάντως πυρέττει μὴ λουσάμενος, ἐλογισάμην αὐτὸν καπνώδη περιττώματα γεννᾶσθαι, διαπνεῖσθαι δεόμενα. πυκνοτέρου δὲ τοῦ δέρματος ὄντος, ἢ ὡς ἐπιτρέπειν αὐτοῖς κενοῦσθαι πᾶσιν, ἀθροιζόμενοις ὑπὸ τῷ δέρματι, θερμασίαν γεννᾶν. διὸ καὶ τὰ λουτρὰ χρησιμώτατα ταῖς τοιαύταις φύσεσιν, οὐ μόνον τῷ κενοῦν τὸ καπνῶδες, ἀλλὰ καὶ τῷ τέγγειν ὑγρότητι γλυκείᾳ. καταμαθεῖν οὖν ἔδοξέ μοι πλατεῖαν ἐπιβαλόντι τὴν χεῖρα τῷ θώρακι τοῦ Πρημιγένους, ὁποία τίς ἐστιν ἡ τῆς θερμασίας ποιότης, ὡς δὲ δριμεῖα, καὶ δακνώδης εὑρέθη, παραπλησίως τοῖς κρόμμυα προσενηνεγμένοις δαψιλῆ, πολὺ δὴ μᾶλλον ἐπὶ τὴν αἰτίαν τοῦ γινομένου καλῶς εἰρῆσθαί μοι πεισθεὶς, ἐπυθόμην εἰ τινὲς ἱδρῶτες αὐτῷ γίγνοιντο χωρὶς τοῦ λουτροῦ, καὶ φάντος μὴ γίγνεσθαι, βεβαιοτέραν γνῶσιν ἐπείσθην ἔχειν τῆς διαθέσεως αὐτοῦ. καὶ μὴν δὴ, καὶ τοὺς ἄλλους τινὰς εἶδον, ὁμοίως μὲν ἐκείνῳ δακνῶδες ἔχοντας τὸ θερμὸν, οὐ μὴν ἐπ' ἀλουσίᾳ γε μιᾷ πυρέττοντας, ἐπειδὴ δι' ἱδρώτων αὐτοῖς ἐκενοῦτο τὰ περιττώματα. τῷ Πρημιγένει δὲ, πρὸς τῇ φυσικῇ κατασκευῇ, καὶ ὁ τρόπος τῆς διαίτης αἴτιος ἦν τοῦ πυρέττειν ἐπ' ἀλουσίᾳ μιᾷ,

διατρίβοντι τὸ πλεῖστον ἐπὶ τῆς οἰκίας, ἐν ᾗ γράφων, A
ἢ ἀναγινώσκων διετέλει, διὰ τὸ προσκεῖσθαι θεωρίᾳ πε-
ριπατητικῇ, καθ' ἣν οὐδενὸς ἦν δεύτερος τῶν κατ' αὐ-
τόν. ἴσμεν δ' ὅτι καὶ τοῖς μὴ κατὰ φύσιν τοιοῦτον γεννῶ-
σι περίττωμα, φιλοπονία, καὶ φροντὶς, αἰτίαι γίνονται
τῆς γενέσεως αὐτοῦ. διόπερ ἕτερον ἄνθρωπον ὁμοίως ἐκεί-
νῳ τὴν θερμασίαν ἔχοντα δακνώδη, συνέβαινε μὴ πυ-
ρέττειν μετὰ μίαν ἡμέραν ἀλουσίας, ἐπεὶ μήτε φροντι-
στὴς ἦν, αἵ τε πράξεις αὐτῷ κατὰ τὴν πόλιν ἐγίγνον-
το περιπατοῦντι πολλὰ, καὶ ὠνουμένῳ, καὶ πιπράσκον-
τι, καὶ μαχομένῳ πολλάκις, ἐν οἷς ἱδροῦν ἠναγκάζε- B
το. διὰ τοῦτο, ἕτερόν τινα τῶν νοσούντων καθ' ἕκαστον θέ-
ρος, ὀξὺ, καὶ χολῶδες νόσημα παμπόλλων ἐτῶν, ἤδη
τελέως ἄνοσον ἐφύλαξα, γυμνάζεσθαι κωλύσας. θερ-
μὸς γὰρ ὢν, καὶ ξηρὸς τὴν κρᾶσιν ὁμοίως τῷ Πριμι-
γένει, γυμνασίοις τε συντόνοις ἐχρῆτο, καὶ ἡλίῳ, καὶ
κόνει. συνέβαινεν οὖν αὐτῷ, τὴν μὲν θερμασίαν ἀμε-
τρότερον αὐξάνεσθαι, πυκνοῦσθαι δὲ τὸ δέρμα, καὶ δυσ-
διάπνευστον γίνεσθαι· συνελθόντων δὲ εἰς ταὐτὸ ἀμφοτέ-
ρων, ἕτοιμον ἤδη πυρέξαι τῷ ταῦτα πάσχοντι σώματι. ὅ- C
περ οὖν κατὰ τὴν ἰατρικὴν τέχνην εἴωθα λέγειν ἀεὶ,
τοῦτο καὶ νῦν ἐρῶ. τάχιστα μὲν ὁ λογισμὸς εὑρίσκει τὰ
ζητούμενα, βεβαιοῖ δὲ τὴν πίστιν αὐτῶν ἡ πεῖρα. καὶ
οἱ γε θαυμασιώτερον Ἱπποκράτους εἰρηκότος, ὡς ταῖς
θερμαῖς φύσεσιν ἄμεινον ἀργεῖν ἐστιν, ἢ γυμνάζεσθαι,
παμπόλλους τῶν ἰατρῶν ἰδεῖν ἐστι, μηδὲ γινώσκοντας,
οἵτινές ποτέ εἰσιν οἱ τοιοῦτοι τῶν ἀνθρώπων, ἀλλ'
ἑξῆς ἅπασι γυμνάσια προστάττοντας. ὥσπερ αὖ πάλιν
ἄλλους οὐκ ὀλίγους ἰατροὺς, οὐδὲν ἐκ γυμνασίων πλέον
εἰς ὑγείαν ἡγουμένους γίνεσθαι. καὶ πρὸς τούτοις γε, τρί- D
τους ἄλλους, τοῖς μὲν εἰθισμένοις γυμνάζεσθαι συγχω-
ροῦντας, εἴργοντας δὲ τοὺς ἀήθεις ἀπὸ τῶν γυμνασίων·
ἅπαντες μὲν οὖν ἁμαρτάνουσιν, ἀλλ' οἱ τρίτοι ῥηθέν-
τες, ἧττον. οἱ πλείους γὰρ τῶν ἐθιζόντων ὁτιοῦν ἔθος,
οἰκεῖον αἱροῦνται τῇ φύσει, διὰ τὸ βλαπτομένους πολ-
λάκις ὑπὸ τῶν οὐκ οἰκείων, ἀφίστασθαι. τινὲς δὲ, ἤ-
τοι νικηθέντες ὑφ' ἡδονῆς, ἢ δι' ὑπερβάλλουσαν ἄνοιαν
οὐκ αἰσθανόμενοι τῆς βλάβης, ἐμμένουσι τοῖς κακοῖς
ἔθεσιν, ἀλλ' οὗτοι μὲν ὀλίγοι, πλείους δέ εἰσιν οἱ με-
θιστάμενοι. διὸ καὶ τοὺς ἰατροὺς ἧττον ἁμαρτάνειν εἰκός E
ἐστιν, ὅσοι διαφυλάττειν ἀξιοῦσιν ἅπαν ἔθος, ὅσοι μέν
τοι νομίζουσι μηδὲν διαφέρειν εἰς ὑγείαν ἀγύμναστον προ-
σαίρεσθαι, ἢ γυμνασθέντα σιτίον, καὶ ὅσοι πάντας ἀξιοῦ-
σι γυμνάζεσθαι, πλείω βλάπτουσι τῶν προειρημένων.
αὐτῶν δὲ τούτων ἀλλήλοις παραβαλλομένων, ἧττον βλά-
πτουσιν, οἱ πρὸ τῶν σιτίων, ἀεὶ γυμνάζεσθαι ἐθέλον-
τες· οἴονται δ' ἔνιοι καὶ Ἱπποκράτην παραινεῖν, πό-
νους γὰρ σιτίων ἡγεῖσθαι κατὰ τοὺς ἀφορισμοὺς, μὴ
γινώσκοντας, ὡς περὶ τάξεως νῦν ὁ λόγος αὐτῷ ἐστι F
τῶν γυμνασίων τε καὶ σιτίων, οὐ τοῦτο λέγοντι ὡς ἐπὶ
πάντων ἀνθρώπων ἄμφω χρήσιμά ἐστιν, ἀλλ' ὡς ἐφ'
ὧν συμφέρει γυμνάσια, προηγεῖσθαι χρὴ τῶν σι-
τίων. ὅτι δ' οὐ πᾶσι συμφέρει, διά τε τῶν ἐπιδη-
μιῶν ἐδήλωσε σαφῶς, τὰς θερμὰς φύσεις ἀξιῶν ἐλιν-
νύειν· ἐν δὲ τοῖς Ἀφορισμοῖς, δυνάμει, διὰ τοῦ δηλῶ-
σαι καθόλου, τὰ ἐναντία τῶν ἐναντίων ὑπάρχειν ἰάματα.

nam plurimum domi versabatur, ibíque scribens vel legens perseuerabat, propterea quod Peripateticæ disciplinæ incumbebat in qua nemini suæ ætatis erat secundus. Scimus & iis qui minimè natura tale excrementum aceruant, instantem laborum diligentiam, curámque gignendi eius causam esse. Itaque etiam alteri cuidam cui æquè atque illi mordax calor erat, tametsi balneum vno die intermitteret, contigit non febrire propterea quòd nec studiis deditus erat, & negotia sua per vrbem inambulans obibat, emens vendénsque multa, etiam pugnans subinde: in quibus sudare coactus est. Ideóque etiam alterum quendam ex iis qui æstate quotannis acuto, biliosóque morbo laborant, multos iam annos sanum prorsus seruaui, exercitari vetans. Nam quum calido siccóque temperamento esset sicuti Premigenes, etiam exercitatione vtebatur concitata, tum verò Sole, ac puluere. Contingebat ergo ei & calorem immodicè augeri, & cutem densari, atque ad transpirationem ineptam reddi; quæ ambo vbi concurrerunt, nimirum corpus cui accesserunt paratum ad febrem reddunt. Ergo quod in medendi arte semper vsurpare soleo, id nunc dicam. Facillimè quidem quod quæritur ratiocinatio inuenit, fidem verò eius experientia comprobat. Quanquam illud multò maximè mirandum est, quum Hippocrates moneat *calidis naturis vtilius esse in otio agere quàm exercitari*; non paucos tamen medicos esse qui ne norunt quidem cuiusmodi tales homines sint, sed iuxta omnibus exercitationes iniungant. E diuerso nonnullos esse quibus nihil ad sanitatem conducere exercitationem placeat. Sed & tertium ab his genus esse qui assuetis exercitari, id permittant: non assuetis interdicant; quorum nemo planè non errat; minus tamen ij qui tertio loco dicti sunt. Quippe qui cuilibet rei insuescunt, magna ex parte naturæ suæ conuenientem consuetudinem deligunt, propterea quòd ab iis quæ non conueniunt, subinde læsi, ipsa repudient. Aliqui tamen vel dulcedine victi, vel præ nimia dementia se lædi non sentientes, in malis consuetudinibus persistunt; verùm hi pauci; plures qui non persistant. Quo magis rationabile est minus errare medicos eos qui omnem consuetudinem seruandam censent; qui verò nihil ad sanitatem interesse putant, exercitatus quis cibum sumat an contrà; item qui omnes exercitandos putant, hos peius consulere quàm qui prædicti sunt. Horum verò ipsorum, si inter se conferantur, minus nocere, qui ante cibum perpetuò exercitandum esse putant; quod & Hippocratem præcipere aliqui sunt rati (labores enim cibos præcedere, in Aphorismis legi) non videntes hoc loco de ordine eum loquutum exercitationis & cibi, nequaquam illud affirmare quòd omnibus hominibus hæc ambo conducant, imò quibus exercitari expedit, præcedere exercitium cibos debere. Quòd autem non omnibus profit, & in libro de vulgaribus morbis apertè testatus est, vbi censet calidas naturas in quiete continendas; & in Aphorismis potentia sub vniuersali præcepto, vbi *contrariorum contraria esse remedia* proponit.

Porrò potest, vt pugnare aliquando videantur huiuscemodi præcepta, quum non desint, qui omnem motum ipsi moto conuenientem, exercitationem nominent; alij tantùm eum qui vehementior sit; ita vt priore significato omnes homines exercitationem desiderare neminem lateat: secundo verò significato non ita se habere. Eorum namque qui in carcere sanitatem suam tuentur, parum aptè mihi mentionem facere quidam videntur, quippe qui tempore prorsus pereunt, si omninò tum vngi, tum lauari prohibentur. Quòd verò ad paucos dies in salubri victus ratione resistant, nihil sanè miri. Si igitur exercitationis vocabulo omnis motus dicatur, & qui inambulauit, & qui perfrictus, & qui lotus est, exercitatus dicetur, dummodò conueniente modo præsenti corporis statui sit motus. Quòd si quis etiam ab his sit prohibitus, omninò ægrotabit. Qui enim ab his in carcere prohibentur, eos nunc non modò ægrotare, sed etiam mori videmus, si diu sint inclusi. Sin vehementiores tamen motus exercitationes vocantur, eo pacto verum sit non egere omnes homines exercitatione. Statim enim Premigenes ille nullum requirebat violentum motum, sed nec in porticu, quæ est ante balneum, exiguam ante balneum inambulationem; imò frictum esse ex oleo, & à balneo detersisse, satis magni motus sunt talis temperamenti homini. Hic verò & ante cœnam ambulabat, & cum amicis disputabat: similiter mane quoque domi. Nusquam igitur ex ipsa in totum desidia adiutus quisquam est. Sed quum quietem agere calidis naturis Hippocrates suadet, vehementi motione vti vetat. Porrò ipse multos qui propter eos motus quos per totam æstatem exercebant, in principio autumni quotannis ægrotabant, ne id facerent quum prohibuissem, sanos reddidi, quemadmodum rursus alios à vehementi exercitatione prohibui; alios à quiete ad exercitia traducens, quum sæpe antè ægrotassent, in sanitate seruaui. Porrò si frigidiores sunt iis qui temperati & mediocres sunt, & affectu planè contrario iis qui calidiores sicciorésque sunt. Diximus autem temperamentorum notas non solum in libro de temperamentis, sed etiam in libro de arte medica. Is enim vni ex libris nostris est titulus. Mirandum verò de iis medicis est, qui ne ea quidem quæ sensui euidenter apparent, agnoscunt. Quis enim latissimum esse hominum discrimen nunc non videt, adeo vt eadem exercitia, iidémque cibi alios bene, alios malè habeant, non secus quàm in morbis? Quare sicuti quòd non omnes eadem requirant, scire decuerat, ceu manifestè apparens, ita quum commentarios scriberent determinare ac docere, quæ quibus vel conducerent, vel officerent, par erat. Quid igitur causæ fuit, cur eiusmodi determinationes, tametsi ab Hippocrate proditas omiserunt? nempe quidaliud quàm perdita ambitio, dum dogmatum principes nominari, atque inde gloriam consequi inter homines studebant? Cuius causa illi non ea quidem quæ manifestè apparent, sed opiniones quas ipsi vltrò ponebant, sequi voluerunt. Posteri verò qui in hos inciderunt, persuasi plerique sunt; propterea quòd nec quicquam didicissent melius & simul rudes imperitique demonstratiue

A δύναται δὲ ποτε, καὶ διαφωνίας φαντασία γίνεσθαι κατὰ τὰ τοιαῦτα παραγγέλματα, τινῶν μὲν ἅπασαν κίνησιν σύμμετρον τῷ κινουμένῳ σώματι, γυμνάσιον ὀνομαζόντων· ἐνίων δὲ τὴν σφοδροτέραν μόνην· ὥστε κατὰ μὲν τὸ πρότερον σημαινόμενον, ἅπαντας ἀνθρώπους δεῖσθαι γυμνασίων, καὶ τοῦτο εὔδηλον παντί· κατὰ δὲ τὸ δεύτερον, οὐκ ἀληθές. τῶν γὰρ ἐν ταῖς εἱρκταῖς ὑγιαινόντων, οὐκ ὀρθῶς μοι δοκοῦσιν ἔνιοι μεμνῆσθαι· διαφθείρονται γοῦν οὗτοι πάντως ἐν τῷ χρόνῳ, κωλυόμενοι παντάπασιν ἀλείφεσθαί τε καὶ λοῦσθαι. τὸ δὲ πρὸς ὀλίγας ἡμέρας ἀντέχειν αὐτοὺς τῇ νοσώδει διαί-
B τῃ, θαυμαστὸν οὐδέν. εἴπερ οὖν ἅπασα κίνησις ὑπὸ τὴν τοῦ γυμνασίου προσηγορίαν ἄγοιτο, καὶ ὁ περιπατήσας, καὶ ὁ τριψάμενος, καὶ ὁ λουσάμενος, γεγυμνάσθαι λέγοιτο, ἐὰν συμμέτρως κινηθῇ τῇ παρούσῃ τοῦ σώματος καταστάσει. ἐὰν δὲ καὶ τούτων εἴρξῃς τινὰ, νοσήσει πάντως. ὁρῶμεν γὰρ τοὺς εἰργομένους, οὐ μόνον νοσοῦντας, ἀλλὰ καὶ ἀποθνήσκοντας, ἐν ταῖς εἱρκταῖς, ἐπειδὰν κατακλεισθῶσι πλείονα χρόνον. εἰ δὲ τὰς σφοδρὰς κινήσεις μόνας ὀνομάζοι τις γυμνάσια, γένοιτ' οὕτως ἂν ἀληθὲς, τὸ μὴ δεῖσθαι πάντας ἀνθρώπους γυμνασίων. αὐτίκα μέν τοι ὁ Πριμιγένης ἐκεῖ-
C νος, οὐδεμιᾶς ἐδεῖτο βιαίας κινήσεως, οὐκ ὀλίγου δὲ περὶ τοῦ λουτροῦ περιπάτου, κατὰ τὰς πρὸ τοῦ βαλανείου στοάς· ἀλλὰ καὶ τὸ τρίψασθαι μετ' ἐλαίου, καὶ τὸ μετὰ λουτρὸν ἀπομάξασθαι τὸ ὕδωρ, αὐτάρκεις εἰσὶ κινήσεις, ἀνδρὶ τοιαύτης κράσεως. ὁ δὲ, καὶ πρὸ τοῦ δείπνου περιεπάτει τε, καὶ διελέγετο τοῖς ἑταίροις· ὥσπερ οὖν καὶ κατὰ τὴν οἰκίαν ἕωθεν. οὐκοῦν ἐστί τις ὑπὸ παντελοῦς ἀργίας ὀνινάμενος. ἀλλ' ὅταν ἐλινύειν ταῖς θερμαῖς φύσεσιν ὁ Ἱπποκράτης συμβουλεύει, τῶν σφοδρῶν κινήσεων ἀπέχεσθαι κωλύει. κἀγὼ πολλοὺς ὤνησα ἔτι νοσοῦντας ἐν ἀρχῇ φθινοπώρου, διὰ
D τὰς ἐπιτηδευομένας αὐτοῖς ἤδη κινήσεις ἐν ὅλῳ τῷ θέρει, κωλύσας τοῦτο πράττειν, ὑγιαίνοντας ἀπέφηνα. καθάπερ οὖν ἄλλους εἶρξα τοῦ γυμνάζεσθαι σφοδρῶς, ἑτέρους δ' ἔμπαλιν, ἐξ ἀργίας εἰς γυμνάσια μεταστήσας, ἀνόσους διεφύλαξα, νοσοῦντας ἔμπροσθεν οὐκ ὀλιγάκις. εἰσὶ δ' οὗτοι ψυχρότεροι τῶν εὐκράτων τε καὶ συμμέτρων, ἐναντίως διακείμενοι τοῖς θερμοτέροις τε καὶ ξηροτέροις. εἴρηται δὲ οὐ μόνον ἐν τῇ περὶ κράσεων πραγματείᾳ, τὰ γνωρίσματα τῶν κράσεων, ἀλλὰ καὶ ἐν τῇ τέχνῃ τῇ ἰατρικῇ, τοῦτο γάρ ἐστι τὸ ἐπίγραμμα τῶν ἡμετέρων ἑνὶ βιβλίων. θαυ-
E μάσαι δ' ἐστὶ τῶν ἰατρῶν, ὅσοι μηδὲ τὰ διὰ τῶν αἰσθήσεων ἐναργῶς φαινόμενα, γινώσκουσι. τίς γὰρ οὐχ ὁρᾷ τὴν διαφορὰν τῶν ἀνθρώπων ἐπὶ πλεῖστον ἐκτεταμένην, ὥστ' ὑπὸ τῶν αὐτῶν ἐπιτηδευμάτων τε καὶ σιτίων, ἐνίους μὲν ὠφελεῖσθαι, βλάπτεσθαι δ' ἑτέρους, ὥσπερ γε κἂν ταῖς νόσοις; ὥσπερ ὅτι μὲν οὐ χρῄζουσι τῶν αὐτῶν ἅπαντες, ἐναργῶς φαινόμενον, ἐχρῆν αὐτοὺς εἰδέναι, γράφοντας δὲ συγγράμματα, διορίσασθαί τε, καὶ διδάξαι, τίνες ὑπὸ τίνων ὠφελοῦνταί τε καὶ βλάπτονται. τίς οὖν ἡ αἰτία τοῦ παραλείπεσθαι τοὺς διορισμοὺς αὐτοῖς, καί τοί γ' ὑφ' Ἱπποκράτους εἰρημέ-
F νους; ἡ ἐπίτριπτος ἐπιθυμία, τὴν δόξαν ἔχειν ἐν ἀνθρώποις, αἱρεσιάρχας ὀνομασθέντας. διὰ ταῦτα μὲν γὰρ ἐκεῖνοι μὴ ἐπεχείρησαν αὐτοῖς ἐναργῶς φαινομένοις ἀκολουθεῖν, ἀλλὰ ταῖς δόξαις αἷς ὑπέθεντο. τῶν δὲ εἰς αὐτοὺς ἐμπεσόντων νεωτέρων, ἐπείσθησαν οἱ πλεῖστοι, τῷ μήτ' ἄλλο τι μεμαθηκέναι βέλτιον, ἀμαθεῖς τε εἶναι καὶ ἀγύμναστοι παν-

τάπασιν ἀποδείξεως. εἰ γὰρ ἕποιτό τις ἀποδείξει, ῥᾷστα A διακρινεῖ, τῶν τ' ἀληθῶν δογμάτων τὰ ψευδῆ, τῶν τε μετὰ διορισμοῦ γεγραμμένων, τὰ μὴ τοιαῦτα. καταγνώσεταί τε πάντων ἀτεχνίας, ὅσοι χωρὶς διορισμοῦ ἔγραψάν τι.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΒʹ.

Περὶ τῶν γυμνασίων τε, καὶ βαλανείων, καὶ τῆς τοῦ οἴνου κατὰ τὰς φύσεις χρείας, καὶ περὶ τοῦ τριπλοῦ μέρους τοῦ γήρως. B

ΠΡόσεχε οὖν μοι τὸν νοῦν, ἄνωθεν ἐπερχομένῳ διὰ βραχέων, ὁποίους εἶναι χρὴ τοὺς διορισμούς. ὅσοις μὲν φύσει τὸ θερμὸν δακνῶδές ἐστιν, ὡς καπνώδη γεννᾶν περιττώματα· τούτοις λουτρὰ χρήσιμα, καὶ κινήσεις βραχεῖαί τε, καὶ νωθραί, πολλαὶ δὲ καὶ ὀξεῖαι, βλαβερώτεραι. τούτοις οὖν οὐ μόνον ἅπαξ, ἀλλὰ καὶ δὶς λούεσθαι τῆς ἡμέρας συμφέρει· καὶ μάλιστα θέρους· ἐσθίειν τε τροφὰς εὐχύμους, μηδὲν ἐχούσας δριμύ· πολέμιον δ' αὐτῶν ἐστι, τὸ ἡλιοῦσθαι, καὶ τὸ θυμοῦσθαι, καὶ τὸ C φροντίζειν πολλά. τοὺς δ' ἐναντίας ἢ κατὰ τούσδε φύσεως, εἰσὶ δ' οὗτοι ψυχροὶ, καὶ ὑγροὶ τὴν κρᾶσιν, ἰσχυροτέρων τε κινήσεων χρείαν ἔχεσθαι, καὶ διαίτης πλέον ἐχούσης τὸ λεπτόν. εἴρηται δ' ἥτις ἐστὶν ἡ τοιαύτη, δι' ἑνὸς ὑπομνήματος· οὐ μὴν οὐδ' ἐν ἡλίῳ γυμναζόμενοι βλάπτονται, καθάπερ οὐδ' ἀλουτοῦντες. μεγίστη μὲν οὖν διαφορὰ ταῖς εἰρημέναις ἐστὶ φύσεσι πρὸς ἀλλήλας, ἐναντιωτάτη γὰρ ἡ ὑγρὰ καὶ ψυχρὰ κρᾶσις, τῇ θερμῇ καὶ ξηρᾷ· μεγίστη δὲ, ἡ ψυχρᾶς τῇ θερμῇ, καὶ ὑγρᾶς, πρὸς τὴν ξηράν. ἔστι δὲ ἡ μὲν ψυχρὰ, καὶ ξηρὰ, D τῇ τῶν γερόντων ὁμοία· διὸ καὶ ταχέως γηρᾷ τὰ τοιαῦτα σώματα, καὶ λέλεκται περὶ αὐτῆς αὐτάρκως ἔμπροσθεν. ἡ δ' ὑγρὰ καὶ θερμὴ τοῖς ῥευματικοῖς εὐάλωτος πάθεσι. τό γε μὴν κοινὸν ἐπὶ πασῶν τῶν δυσκράτων φύσεων, ἄμεινόν ἐστι κἀπὶ τῆσδε πράττειν. ἔστι δὲ τοῦτο κολάζειν μὲν αὐτὰ διὰ τῶν ἐναντίων, ἐπὶ πολλῇ σχολῇ· φυλάττειν δὲ διὰ τῶν ὁμοίων, ἐπειδὰν ὑπὸ πλειόνων ἀσχολιῶν εἴργηταί τις ἑαυτὸν κολάζειν. περί γε μὴν τῶν ἐν τοῖς τοιούτοις σώμασιν γυμνασίων, ὧδ' ἔχει. πλείω μὲν χρὴ πονεῖν, διὰ τὴν ὑγρότητα τῶν σωμάτων, E σύντονα δὲ οὐ χρὴ, διὰ τὴν θερμότητα. προσέχειν δ' ἀκριβῶς, ὅταν ἐξ ἀργοτέρας διαίτης εἰς τὰ γυμνάσια μεταβάλλωσι, παραχρῆμα γὰρ ἁλίσκονται ῥευματικοῖς νοσήμασιν, εἰ μὴ προκενωθέντες ἅπτωνται τῶν γυμνασίων. ὅσον γὰρ ἂν ἐν τῷ σώματι συνεστὸς ᾖ, καὶ παχὺ κατὰ τοὺς χυμοὺς, ἢ καὶ μετρίως ψυχρὸν, αὐτίκα τοῦτο πνευματοῦταί τε καὶ χεῖται. ταῦτ' ἄρα, καὶ κατὰ τὸ ἔαρ αἱ τοιαῦται φύσεις, μάλιστα τοῖς ὑπὸ πλήθους γιγνομένοις ἁλίσκονται νοσήμασι, συνάγχαις, κυνάγχαις, καταῤῥόοις, αἱμοῤῥοΐσιν, αἱμοῤῥαγίαις, ἀρθρίτισιν, ὀφ- F θαλμίαις, περιπνευμονίαις, πλευρίτισι, τοῖς τ' ἄλλοις ἅπασιν, ὧν τὸ γένος ἐστὶ φλεγμονή. διὸ καὶ φθάνειν χρὴ, κατὰ τὴν ἀρχὴν τοῦ ἦρος αἵματος ἀφαιρεῖν αὐτῶν, ἢ φλέβα τέμνοντα, ἢ ἀποσχάζοντα τὰ σφυρά. μὴ βουλομένων δ' οὕτως κενοῦσθαι, καθαρτέον ἐστὶ φαρμάκῳ ποικίλῳ.

scientiæ omninò essent. Qui namque hanc sequetur, facilè tum vera dogmata à falsis discernet; tum quæ certis determinationibus scripta sunt, ab iis quæ non ita. Idem nimirum inscitiam eorum omnium damnabit, qui citra determinationem aliquid scripserunt.

CAPVT XII.

De exercitatione, balneo, & vini vsu pro naturarum ratione, ac de triplici parte senectutis.

QVò magis quænam esse determinationes debeant altius repetentem, sed paucis diligenter audias. Quibus mordax calor natura est adeo vt fumida gignat excrementa, iis balneum salubre est; tum motus qui & exiguus & lentus sit, multus autem & celer aduersissimus est. Itaque istis non semel modò, verùm etiam bis die lauari conducet, potissimum æstate; edere quoque boni succi nutrimentum, in quo nihil insit acre; In sole autem versari & irasci & multùm cogitare, his inimica sunt. Qui diuersæ ab his naturæ sunt, (hi autem sunt, qui frigido, & humido temperamento sunt) valentiores motus desiderant, ac victum in quo superet quod tenuem succum faciat. Is cuiusmodi sit, diximus singulari libro; hi verò nec si in sole exercites, læduntur; nec etiam si balneo abstineant. Ac maxima quidem est dictarum inter se naturarum differentia, aduersissimum enim est humidum & frigidum temperamentum ei, quod calidum est & siccum. Maxima rursus est & calidi ad frigidum, & humidi ad siccum. Porrò frigidum & siccum senum temperamento quàm simillimum est; itaque etiam celeriter senescunt eiusmodi corpora; dictúmque de hoc temperamento supra abundè est. Humidum verò & calidum fluxionum vitiis obnoxium est. Cæterùm quod omnibus intemperatis naturis commune præceptum est, id expedit in hac quoque seruari. Est autem id vt eas corrigas quidem contrariis, sed dum planè in otio sunt; serues autem similibus, quum per negotia sibi vacare non possint. De exercitationibus huiusmodi corporum ita statuendum est, plus quidem his laborandum esse propter corporis humiditatem; concitato motu non vtendum propter calorem. Porrò attendendum diligenter est quum ex segniore vitæ ratione ad exercitationes se transferunt; illicò enim fluxionum tentantur morbis, nisi prius sint vacuati quàm exercitationes adeant. Quicquid enim in corpore concretum, & crassum in humoribus fuerit, aut etiam modicè frigidum, id statim in spiritum vertitur, ac liquatur. Itaque etiam vere tales naturæ maximè iis morbis patent, qui ex plenitudine oriuntur: quales sunt synanchæ, cynanchæ, catharri, hæmorroides, sanguinis profluuia, articulares morbi, ophthalmiæ, peripneumoniæ, pleuritides, reliqui denique omnes, quorum genus est phlegmone. Quare etiam occurrere per veris initium sanguinis detractione oportet, aut per incisam venam, aut scarificando malleolos. Quòd si ita inaniri recusent, purgandi medicamento sunt non simplicis facultatis,

sed

ſed quod trahere & flauam bilem, & pituitam, & ſeroſa excrementa poſſit. Quæ verò de exercitationum ratione diximus, eadem & de balneo dicta eſſe putandum; quippe quod ipſum quoque non tutum eſt, niſi prius inanitum corpus ſit. Inanito verò vtile eſt potiſſimum, cuius lauacris aqua potabilis non eſt; ſed in qua vis aliqua per halitum digerendi ſubeſt. Vinum autem frigidis ſiccíſque naturis vtiliſſimum eſſe prius dictum eſt. An verò calidis omnibus idoneum non ſit, ſed vtilior his aquæ potio ſit, ſicuti in libro de morbis vulgaribus legimus, nunc æſtimandum. Fortaſſis enim abſurdum omninò cuipiam videbitur, iuuenem qui athleticus vel militaris ſit, aut etiam foſſor, meſſórve, aut arator, vel denique qui robuſtum aliquod opus exercet, aquæ tantum potione vti; atque in hoc falli Hippocratem, quum calida temperamenta aquæ potionem poſcere, abſolutè pronunciet. Mihi verò Hippocrates non abſolutè id, ſed de naturis ſummè calidis quæ vtique propter intemperiem tales ſint, dixiſſe videtur, non quòd plurimum habeant naturalis caloris quē ipſe augeri in athletarum exercitio confirmat. At qui ex intemperie calidus eſt, is neque athleta, neque miles bonus, ſed neque foſſor, meſſor, aratórve, aut denique ad ruſtica vrbanáve opera fortis vnquam euadet; quippe valentium hominum ea ſunt munera. Porrò tales nunquam fuerint, niſi mediocri ſint temperie. Atqui ſi media temperie ſint, vtique plurimus his fuerit naturalis calor. Ac tali quidem naturæ mediocre profectò dandum eſt vinum, ſicuti ipſa quoque mediocris eſt. Atque hactenus ſaltem mediocre, quoad ipſa mediocris eſt temperamenti; quandoquidem hanc quoque neceſſe eſt non ſolum in ſenectute, ſed etiam remiſſionis tempore, media temperie frigidiorem euadere. Si quæ igitur, vt in intemperie, quæ intra ſanitatem conſiſtat, calidiſſima temperies eſt, huic omninò vinum non dare prodeſt. Sed quum triplex genere calidi temperamenti differentia ſit, vna in qua reliqua contrarietas (nempe quæ in humido ſiccóque conſiſtit) mediam temperiem ſeruat; altera in qua ſiccitas mediocritatem exuperat; tertia, in qua vnà cum calido etiam humidum redundat; vtique in qua altera contrarietas medium temperamentum tenet, nunquam ſummè immodica, quandoquidem huic ſiccitas ſtatim ſuperuenit; iſta verò non ſemper iuncta eſt cum ſicca. At in qua ſiccitas calori eſt adiuncta, in hac incidere aliquando plurimus, vt in intemperie quæ cum ſanitate conſiſtat, præter naturam calor poteſt, idque longo tempore. Plurimam verò breui ſpatio etiam quæ cum humiditate coniuncta eſt, immoderatam caliditatem, vt in ſanitatis intemperie, fieri licet. Ac ei quidem quam primo loco diximus, differentiæ tantum aquoſi vini, exhiberi ſinemus, quantum à ſumma intemperie ipſa receſſit; reliquarum autem neutri, præſertim quum ſumma ſit, quemadmodum oſtenſum eſt. Quæ enim tales intemperies non ſunt, iis dandum vinum, ſed paucum, & aquoſum; tale porrò eſt quod colore quidem eſt album, ſubſtantiâ tenue; ſicut è diuerſo frigidæ intemperiei calidiora vina præbemus. At quod calidiſſimum quidem vinum eſt, id frigidiſſimæ intemperiei eſt vtile; reliquis verò, quod proportione reſpondet.

A δυναμένῳ καὶ ξανθῆς χολῆς ἕλκειν τι, καὶ φλέγματος, καὶ τῶν ὀῤῥωδῶν περιττωμάτων. ἃ δ' ἐπὶ τῶν γυμνασίων εἴρηται, ταῦτα κἀπὶ τῶν βαλανείων εἰρῆσθαι χρὴ δοκεῖν. καὶ γὰρ καὶ ταῦτα σφαλερὰ πρὶν κενωθῆναι, κενωθέντα δὲ ὠφελῆσαι, καὶ μάλισθ' ὅσων λουτρῶν οὐκ ἔστι πότιμον ὕδωρ, ἀλλ' ἔχει τινὰ διαφορητικὴν δύναμιν. ὅ γε μὴν οἶνος, ὅτι μὲν ὠφελιμώτατος ταῖς ψυχραῖς, καὶ ξηραῖς φύσεσιν, εἴρηται πρόσθεν. εἰ δέ γε ταῖς θερμαῖς ἁπάσαις οὐκ οἰκεῖος, ἀλλ' ἄμεινον ἐπ' αὐτῶν ἐστιν ὕδωρ ποτὸν, ὡς ἐν ταῖς ἐπιδημίαις γέγραπται, σκεπτέον ἐφεξῆς. ἴσως γὰρ τινὶ δόξει παντάπασιν ἄτοπον εἶναι, νεανίσκον, ἢ τὸν στρατιωτικὸν, ἢ ἀθλητικὸν, ἢ τινὰ τῶν σκαπτόντων, ἢ θεριζόντων, ἢ ἀροτριώντων, ἢ ὅλως ὁποιοῦν ἰσχυρὸν ἔργον ἐργαζόμενον, ἐφ' ὕδατος μόνου διαιτᾶσθαι, καὶ ταῦτα σφάλλεσθαι, τὸν Ἱπποκράτην περὶ τῶν θερμῶν κράσεων ἁπλῶς ἀποφηνάμενον, ὡς ὑδροποσίας δεομένων. ἐμοὶ δ' οὐχ ἁπλῶς Ἱπποκράτης, ἀλλὰ περὶ τῆς ἄκρως θερμῆς φύσεως εἰρῆσθαι δοκεῖ τοῦτο, κατὰ δυσκρασίαν δηλονότι τοιαύτης οὔσης, οὐ τῷ πλεῖστον C ἔχειν τὸ ἔμφυτον θερμὸν, ὅπερ αὐτὸς αὐξάνεσθαί φησιν ἐν τῷ τῶν ἀθλητῶν ἐπιτηδεύματι. ἀλλ' ὅ γε δύσκρατος θερμὸς, οὔτ' ἀθλητὴς, οὔτε στρατιώτης, οὔτε τῶν κατὰ γεωργίαν, ἢ πολιτείαν ἔργων, ἀγαθὸς ἄν ποτε γένοιτο ἐργάτης· ἰσχυρῶν γὰρ ἐστιν ἀνδρῶν τὰ τοιαῦτα ἐπιτηδεύματα. τοιοῦτοι δ' οὐκ ἂν εἶεν ἄνευ τοῦ συμμέτρως κεκρᾶσθαι· συμμέτρως δ' αὐτῶν κεκραμένων, πλεῖστον ἂν εἴη τὸ ἔμφυτον θερμόν. τῇ μὲν οὖν τοιαύτῃ φύσει σύμμετρον δηλονότι δοτέον ἐστὶ τὸν οἶνον, ὥσπερ καὶ αὐτὴ σύμμετρός ἐστι. καὶ μέχρι τοσούτου γε σύμμετρον, ἄχρι περ ἂν ἡ D σύμμετρος. ἀνάγκη γὰρ ἐστι καὶ ταύτην οὐκ ἐν τῷ γήρᾳ μόνον, ἀλλὰ καὶ τῷ τῆς παρακμῆς χρόνῳ, τῆς συμμέτρου γενέσθαι ψυχροτέραν. εἴ τις δ' ἄρα, ὡς ἐν ὑγιεινῇ δυσκρασίᾳ, θερμοτάτη κρᾶσις ᾖ, ταύτῃ συμφέρει μηδ' ὅλως οἶνον διδόναι. τριῶν δ' οὐσῶν κατὰ γένος διαφορῶν τῆς θερμῆς κράσεως, μιᾶς μὲν καθ' ἣν ἡ ἑτέρα τῶν ἀντιθέσεων ἡ κατὰ τὸ ξηρὸν καὶ ὑγρὸν, εὔκρατός ἐστι· δευτέρας δὲ, ἣ συνέστιν ἀμετροτέρα τοῦ συμμέτρου ξηρότης· καὶ τρίτης, καθ' ἣν ἅμα τῷ θερμῷ πλεονάζει τὸ ὑγρὸν, ἐν ᾗ μὲν ἡ ἑτέρα τῶν ἀντιθέσεων εὔκρατός ἐστιν, E οὐκ ἂν γένοιτό ποτε ἄκρως ἄμετρον, ἐπεὶ τῷ τοιούτῳ, ξηρότης ἐπιγίνεται διὰ ταχέων, αὕτη δὲ οὐκ ὑπόκειται τῇ ξηρᾷ. ἐν ᾗ δὲ ἐστὶ καὶ ξηρότης ἅμα τῇ θερμότητι, δυνατὸν ἐν αὐτῇ γενέσθαι ποτὲ τὴν παρὰ φύσιν θερμότητα πλείστην, ὡς ἐν ὑγιεινῇ δυσκρασίᾳ, μέχρι πλείονος χρόνου. πλείστην δὲ ἐν ὀλίγῳ χρόνῳ, καὶ τὴν μεθ' ὑγρότητος ἄκρως ἄμετρον θερμασίαν, ὡς ἐν ὑγιεινῇ δυσκρασίᾳ, δυνατὸν γενέσθαι. τῇ μὲν οὖν πρώτον ῥηθείσῃ, τοσοῦτον ἐπιτρέψομεν ὑδατώδους οἴνου προσφέρειν, ὅσον F ἀποκεχώρηκε τῆς ἄκρας δυσκρασίας· τῶν δ' ἄλλων οὐδ' ἑτέρᾳ συγχωρήσομεν, ἄκρᾳ γε οὔσῃ, καθότι δέδεικται. ταῖς γὰρ μὴ τοιαύταις δυσκρασίαις, οἶνον δώσομεν ὀλίγον καὶ ὑδατώδη· τοιοῦτος δ' ἐστὶν ὁ λευκὸς μὲν τῇ χροιᾷ, λεπτὸς δὲ τῇ συστάσει· καθάπερ γε καὶ ταῖς ψυχραῖς δυσκρασίαις τοὺς θερμοτέρους τῶν οἴνων προσοίσομεν. ὁ μὲν οὖν ἄκρως θερμὸς οἶνος, ταῖς ἄκρως ψυχραῖς δυσκρασίαις σύμφορος, ἐπὶ δὲ τῶν ἄλλων ὁ ἀνάλογος.

οὐ γὰρ μόνον ἁπλῶς χρὴ μεμνῆσθαι τοῦ, τἀναντία τῶν A ἐναντίων ἰάματα ὑπάρχειν, ἀλλὰ καὶ τοῦ καθ' ἑκάστην ἐναντίωσιν ποσοῦ. καθάπερ οὖν ἐπὶ τῶν φαρμάκων ἐδείξαμεν, ὡς οὐ μόνον χρὴ σκοπεῖν, εἰ θερμὸν, ἢ ψυχρόν ἐστιν, ἀλλὰ καὶ τίνος δι' αὐτῶν τάξεως, οὕτω κἀπὶ τῶν οἴνων ἐστὶ ποιητέον, οὐ τὸν ὑδατώδη μόνον, ἢ τὸν θερμὸν αἱρουμένους, ἀλλὰ καὶ τὸν τὴν ἀντιλογίαν ἔχοντα τῆς ἑαυτοῦ θερμότητος, ἢ ψυχρότητος οἰκείαν, ὡς πρὸς τὸ τῆς δυσκρασίας εἶδος. ταῦτα δὲ περὶ τῶν μέσην ἡλικίαν ἐχόντων B τοῦ γήρως εἴρηται, γινωσκόντων ἡμῶν τὸ μὲν πρῶτον αὐτοῦ μέρος, ὃ τῶν ὠμογερόντων ὀνομάζουσι· δυναμένων ἔτι πράττειν τὰ πολιτικά· τὸ δὲ δεύτερον, ἐφ' οὗ, τὸ σύμφορον ὄνομα φέρουσιν, αὐτὸ τοῦτο εἶναι καθ' οὗ λέγουσιν.

----- Ἐπὴν λούσαιτο φάγοι τε,
Εὑδέμεναι μαλακῶς --------

Οὐ μὴν ἐπί γε τῆς τρίτης, ἐν ᾗ τὸν γραμματικὸν ἔφην Τήλεφον ὄντα, ἐν τῷ μηνὶ δὶς ἢ τρὶς λούεσθαι, διὰ γὰρ C τὴν ἀρρωστίαν τῆς δυνάμεως, οὐ φέρουσιν οὗτοι τὰ συνεχῆ λουτρά. πρόσεστι δ' αὖθις τὸ μηδ' ἀθροίζειν δακνώδη περιττώματα, διὰ τὴν ψύξιν τῆς ἕξεως. ὀνομάζουσι δὲ τὸν κατὰ τὴν ἡλικίαν ταύτην, πέμπελον, ὡς οἱ ταῖς Ετυμολογίαις χαίροντές φασι, παρὰ τὸ ἐκπέμπεσθαι τὴν εἰς ᾅδου διανυέτη πομπήν.

A Neque enim eius tantũ meminisse oportet, quòd contraria contrariorum sint remedia, sed etiam quantitatis rationem in singulis contrariis habere. Ergo sicuti de medicamentis ostendimus non solum æstimandum esse, calidúmne an frigidum quicquam sit, sed etiam quoti in his ordinis sit: ita & de vinis est agendum, non solum aquosum aut calidum deligentibus nobis, sed quod vt ad intemperiei speciem, calore frigoréve suo conuenienter occurrit. Hæc verò dicta mihi de iis B sunt qui mediam senectutis ætatem agunt, vtique nec ignoranti primam eius partem esse, quæ eorum qui cruda viridíque adhuc senecta sunt, dicitur; propterea quod adhuc obire ciuilia negotia possunt: secundam autem cui aptè nomen ipsum inditur eò quòd ipsa sit de qua dicitur,

Vt lauit, sumpsitque cibum, det membra sopori.

Quòd tamen in tertiam non conuenit, in qua Telephum grammaticum bis térve mense la- C uari dixit: propter enim virium infirmitatem assiduum balnei vsum non sustinent. Accedit, quòd per habitus frigiditatem mordacia hi excrementa non pariunt. Nominant eum qui ad hanc partem peruenit, capularem, sic aiunt qui vocabulorum etymologiis gaudent, ab eo quod est mittere in pompam, quæ ducit ad Manes.



ΓΑΛΗΝΟΥ

ΓΑΛΗΝΟΥ ΥΓΙΕΙΝΩΝ ΛΟΓΟΣ ΕΚΤΟΣ.

GALENI DE SANITATE TVENDA LIBER SEXTVS.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΤΩΝ ΕΝ ΤΩι ς'. ΛΟΓΩι.

Τὰ πρὸς τὴν πρόνοιάν τε καὶ τὴν ἐπανόρθωσιν ἁπάντων τῶν ἐν τοῖς σώμασι σφαλμάτων καὶ παθῶν, τῆς ἀρίστης ὑγιείας ἀποτρεπομένοις παραγγέλματα ἐνδείκνυται.

ARGVMENTVM LIBRI.

Demonstrantur præcepta quæ ad omnes lapsus, & affectus prouidendos, & declinandos attinent in iis corporibus quæ ab optima labuntur sanitate.

A

CAPVT I.

Summa earum rerum quæ superioribus quinque libris comprehensæ sunt, ac quodnam sit huius sexti institutum.

ALIVD huius de sanitate tuenda speculationis argumentum hoc libro inchoaturus, repetenda censeo eorum quæ hactenus tractata sunt, capita; quæ vtique dicendis sint necessaria. Igitur primùm diximus quid sit sanitas; secundo loco quæ eius vniuersalis descriptio, tertio quemadmodum seruari ea possit. Ad hæc illud adiectum est, animalium corpora perpetuò mutari, indéque adeò necesse esse sanitatem eorum, quę aliàs corrumpi periclitetur, nostra indigere prouidentia, priusquã insignis adeo fiat mutatio, vt iam manifestè ægrotẽt; prouidentiam verò non aliundè constare, quàm ex cibo potúque, quibus quod de substantia corporis decidit, reficiatur. Altera incurabilis demõstrata est mutatio, quæ pro ætatis ratione accedit, propterea quòd cuiusq; animalis corpus à prima generatione ad exitũ vsque toto intermedio tẽpore siccescat. Cæterùm, qui salubrem viuendi rationem ignorant, æquùm est hos citiùs, quàm ratione, interire. Quoniam autem (vt diximus) necesse est omne genitum animal nutriri, substãtia verò ciborum vniuersa in nutrimentũ nõ abit, ac proinde vitiosum quiddã ex superuacuo eius relinquitur, quod propriè excrementum vocant, pręparatę à natura quędam corporis partes sunt, quæ id secernant, atque emittant. Plurima verò quum sit in naturis corporum differentia, æquum est suam esse cuique sanitatis tuẽdæ prouidentiã.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Α'.

Κεφάλαιον τῶν ἐν τοῖς πέντε προτέροις ὑπομνήμασιν εἰρημένων, καὶ τίς τούτου τοῦ ἕκτου σκοπός.

ΕΤΕΡΑΣ ὑποθέσεως ὑγιεινῶν θεωρημάτων ἀρχὴν ἐν τῷδε ποιούμενον, ἀναμνῆσαι δέον μετὰ κεφάλαια τῶν ἔμπροσθεν εἰρημένων, ἀναγκαῖα τοῖς λεχθησομένοις ὄντα. πρῶτον μὲν οὖν ἐρρήθη, τί ποτ' ἐστὶν ὑγίεια· δεύτερον δὲ ἐπ' αὐτῇ, καθόλου τις ὑπογραφή· τρίτον δέ, πῶς ἂν φυλάττοιτο.
B καὶ πρὸς τούτῳ, ὅτι μεταβάλλει διηνεκῶς τὰ τῶν ζώων σώματα, καὶ κατὰ τοῦτο ἀναγκαῖον εἴη, καὶ τὴν ὑγίειαν αὐτῶν κινδυνεύουσαν φθαρῆναι, τῆς ἐξ ἡμῶν ἐπικουρίας δεῖσθαι, πρὶν τὴν μεγάλην γενέσθαι μεταβολήν, ὡς νοσεῖν ἤδη σαφῶς. ἐπικουρία δ' ἐστὶν ἐξ ἐδεσμάτων τε καὶ πομάτων ἀναπληρούντων ὅσον ἀπορρεῖ τῆς τοῦ σώματος οὐσίας. ἑτέρα δ' ἀβοήθητος ἐδείχθη μεταβολή, κατὰ τὸν τῶν ἡλικιῶν λόγον γιγνομένη. ξηραινομένου τοῦ παντὸς ζώου, μετὰ τὴν πρώτην γένεσιν, ἄχρι τῆς τελευτῆς, ἐν τῷ μεταξὺ χρόνῳ παντί. τοὺς δ' ἀγνοοῦντας τὴν ὑγιεινὴν δίαιταν, εἰ-
C κός ἐστι, θᾶττον, ἢ κατὰ τὸν τῆς φύσεως λόγον ἀποθνήσκειν. ἐπεὶ δ', ὡς ἔφην, ἀναγκαῖον μέν ἐστι τρέφεσθαι ζῶον ἅπαν γεννητόν, ἡ δ' οὐσία τῶν ἐδεσμάτων οὐκ ἔστιν ἅπασα τρόφιμος, καὶ διὰ τοῦτο τὸ περιττὸν αὐτῆς ὑπολείπεταί τι μοχθηρόν, ὃ καλοῦσιν ἰδίως περίττωμα, παρεσκευάσθη τῇ φύσει μόρια τοῦ σώματος, εἰς τὴν διάκρισίν τε καὶ κένωσιν αὐτοῦ. πολλῆς δὲ οὔσης ἐν τῇ τῶν σωμάτων φύσει διαφορᾶς, εὔλογόν ἐστι καὶ τὴν ἑκάστου πρόνοιαν ὑγιεινὴν ἰδίαν ὑπάρχειν ἑκάστῳ.

πρῶτον οὖν ὑποθέμενοι τῷ λόγῳ τὸν ἄριστα κατεσκευασμένον ἄνθρωπον, ὅπως ἄν τις τοῦτον ὑγιαίνοντα διαφυλάττοι, διελθεῖν προὐθέμεθα. πολλῶν δ' αἰτίων κατὰ πολλοὺς τρόπους διακοπτόντων τὴν ὑγιεινὴν ἀγωγὴν, ὑπεθέμεθα τὸν ἄριστα κατεσκευασμένον ἑαυτῷ φυλάττειν, ἐλεύθερον ὄντα πολιτικῆς ἀσχολίας ἁπάσης, καὶ τοῦτον, ὥσπερ ἄν τις ἀπὸ πρώτης ἡλικίας ἄχρι γήρως ἐσχάτου διαφυλάξειεν ὑγιαίνοντα, διελθόντες ἐν τοῖς πρώτοις ὑπομνήμασι πέντε, μεταβησόμεθα νῦν ἐπί τε τοὺς κατὰ περίστασιν πραγμάτων ἀδυνατοῦντας ἐν τοῖς προσήκουσι καιροῖς ἐσθίειν τε, καὶ πίνειν, καὶ γυμνάζεσθαι, καὶ τοὺς εὐθὺς ἐξ ἀρχῆς νοσώδη κατασκευὴν σώματος ἔχοντας. συντομώτερος δὲ τοῦ πρόσθεν, ὁ περὶ τούτων ἐστὶ λόγος, καίτοι γε, ὅσον ἐφ' ἑαυτῷ, μακρότερος ὤν, διὰ τὸ προειρῆσθαι τῶν πλείστων ὑλῶν τὰς δυνάμεις, αἷς εἰς τὴν ὑγιεινὴν πρόνοιαν χρώμεθα, διά τε γὰρ τρίψεων, καὶ λουτρῶν, καὶ γυμνασίων ἐδεσμάτων τε, καὶ ποτῶν, θάλψεών τε καὶ ψύξεων. ἀφροδισίων τε χρήσεως καὶ ἀποχῆς, εἴ τί τε τοιοῦτόν ἐστιν ἄλλο, τὰς μεταβολὰς τοῦ σώματος ὁρῶμεν γιγνομένας, ὧν, ὡς ἔφην, εἴρηνται πρόσθεν αἱ δυνάμεις.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Β'.

Περὶ τῶν μοχθηρῶν τῶν σωμάτων κατασκευῶν, καὶ περὶ διαφορᾶς τῆς ἀπὸ τῆς ἡλικίας.

Αἱ μοχθηραὶ δὲ τῶν σωμάτων κατασκευαὶ, διτταὶ κατὰ γένος εἰσὶν, ἔνιαι μὲν γὰρ αὐτῶν ὁμαλῶς, ἔνιαι δὲ ἀνωμάλως ἔχουσι κεκραμένα τὰ στοιχειώδη τε, καὶ πρῶτα τοῦ σώματος μόρια, καλούμενα δ' ὑπ' Ἀριστοτέλους ὁμοιομερῆ. λέγω δ' ὁμαλῶς μὲν, ὅταν ἐπί τινα δυσκρασίαν ἐκτραπῇ πάντα ὁμοίως τὰ τοῦ σώματος μόρια, ψυχρότερα τοῦ προσήκοντος, ἢ θερμότερα γινόμενα, ἢ ξηρότερα, ἢ ὑγρότερα. καὶ κατὰ συζυγίαν, τινὰ μὲν ἅμα θερμότερά τε καὶ ξηρότερα, τινὰ δὲ, ὑγρότερα καὶ ψυχρότερα γιγνόμενα, καί τινα μὲν ὑγρότερα καὶ θερμότερα, τινὰ δὲ ψυχρότερα καὶ ξηρότερα, καὶ μέν τοι καὶ κατὰ τὴν τῶν ὀργανικῶν μορίων σύνθεσιν, ἔνια μὲν, ὁμαλῶς, ἔνια δὲ, ἀνωμάλως σύγκειται. πρῶτον μὲν οὖν ἐρῶ καὶ νῦν ὁποῖαι κατασκευαὶ σωμάτων εἰσὶν αἱ νοσωδέσταται, καθάπερ καὶ πρόσθεν ἐδήλωσα τὴν ὑγιεινήν. ἀλλ' αὕτη μὲν μία, τὸ γὰρ ἄριστον, ἐν παντὶ γένει πράγματος, ἕν ἐστι· τὰ μοχθηρὰ δὲ δηλονότι, πάμπολλα. διττὴ δ' αὐτῶν ἐστιν ἡ γενικὴ διαφορὰ, καθάπερ ἀρτίως εἶπον. ἐνίων μὲν, ἐν ὁμοίᾳ δυσκρασίᾳ ἅπαντα ἐχόντων τὰ μόρια. τινῶν δ' ἐν διαφερούσῃ· τῶν μὲν οὖν ὁμοίαν ἐχόντων δυσκρασίαν, εὔδηλον ὡς χείριστά ἐστι, τὰ σφοδρὰς ἔχοντα ταύτας, καὶ μάλιστα τὰς ψυχρὰς ἅμα καὶ ξηράς. τῶν δ' ἀνωμάλους ἐχόντων κατασκευὰς σωμάτων, οὐδ' ἀριθμῆσαι ῥᾴδιόν ἐστι τὰς ὑπαλλάξεις; ἀλλὰ κἀκεῖνα δ' ὑπαλλάξειεν ἄν τις διττοῖς εἴδεσιν, ἢ γένεσιν, ἢ ὅπως ἄν τις ὀνομάζειν ἐθέλοι. νοσωδέστατα μὲν γὰρ αὐτῶν ἐστιν, ὅσα ταῖς ἐναντίαις κράσεσι, τὰ κυριώτατα τῶν μορίων ἔχει πλεονεκτούμενα. μετριώτερα δ', ἐν οἷς οὕτω διάκειται τὰ μὴ κύρια. τεθέαμαι γάρ τινας ἤδη ἔχοντας, κοιλίαν μὲν ψυχρὰν, κεφαλὴν δὲ θερμήν. ὥσπερ ἐνίους ἔμπαλιν ἐπὶ κεφαλῇ ψυχρᾷ, θερμὴν κοιλίαν.

Primum igitur, hominem qui optimo sit statu pro materia tractationis propositum, quemadmodum quispiam in sanitate custodiat, tradere studuimus. Quum autem variæ occasiones sint, quæ salubrem viuendi regulam pluribus modis intercipiant, eum, qui optimo corporis sit statu, ac ab omni ciuili negotio liberum, in sanitate seruare proposuimus. Atque hunc quidem, quum in primis quinque libris, quemadmodum quis à prima ineunte ætate ad vltimam vsque senectutem in sanitate custodiat, docuerimus, nunc ad eos veniemus, quibus per negotiorum qualitates edere, bibere, atque exercitari debito tempore non licet; præterea ad eos, qui statim ab ortu morbosum corporis statum sunt sortiti. Sanè breuior erit de his sermo, quàm prior, quamuis suaptè natura longior sit, propterea, quòd plurimarum materiarum vires, quibus ad secundæ valetudinis tutelam vtimur, prædictæ iam sunt. Nam quum frictione, balneo, exercitatione, cibo, potione, calefactione, & refrigeratione, veneris tum vsu, tum abstinentia, & si quid aliud eiusmodi est, mutationes fieri corporis cernamus, vtique horum omnium vires (vt dixi) prius sunt proditæ.

CAPVT II.

De vitiosis corporum constitutionibus, ac de ea quæ ex ætate prouenit differentia.

Vitiosi autem corporum status genere duplices sunt, quum elementares & primas corporis partes, quas Aristoteles similares vocat, alij æquabiliter, alij inæquabiliter temperatas habeant. Dico autem æquabiliter temperari, quum ad aliquam intemperiem versæ æquabiliter corporis partes omnes, aut frigidiores iusto, aut calidiores sunt redditæ, aut ficciores, aut humidiores; aut per coniugationem quædam calidiores simul, & ficciores, quædam humidiores pariter, & frigidiores, & quædam humidiores, & calidiores, quædam ficciores, & frigidiores. Quin etiam in instrumentalium partium compositione quædam æqualiter, quædam inæqualiter sunt conditæ. Ac primùm quidem dicam hîc quoque qui status corporum sint morbosissimi, sicuti & priùs salubrem ostendi. Verùm is vnicus erat; etenim in omnium rerum genere quod optimum est, id vnum est; vitiosa verò plurima sunt. Duplex tamen est eorum secundum genus differentia, ceu paulo ante dixi, aliis simili intemperie omnes partes habentibus, aliis dissimili. Atque eorum quidem qui similem intemperiem habent, pessime se habere constat eos qui has validas habent, ac potissimum frigidas simul, & siccas. At qui inæquales habent corporis constitutiones, horum numerare quidem varietates facilè non est, cæterùm illos quoque duplici genere speciéve, siue quouis alio modo nominare velis varia statueret aliquis. Nam maximè quidem morbosi sunt, quorum principes partes contrariis temperamentis sunt affectæ. Minùs verò obnoxij valetudini sunt, ij quibus partes non principes ita se habent; Equidem aliquos iam vidi quibus venter frigidus erat, caput calidum; sicut contra, quibus caput frigidum erat, venter calidus.

Vidimus autem & ex accidenti, nõ primùm, nec propria temperamenti ratione assiduè afflictum bili ventrem, qui alioqui non erat natura calidus: quemadmodum certè & refrigeratum alterum, quamuis non esset natura frigidus; ad eundẽ modũ & caput, & iecur, & lienem, atque etiam alias partes, aliarũ quandoque intemperie affici, quum aut ipsę haudquaquam læsæ in proprio temperamento essent, aut etiam contrarium planè quàm illæ affectum haberẽt. Primum ergo de iis verba faciã, qui ęquali sunt intemperie, idque ab iis, qui pręcalidi sunt, auspicatus. Sanè dictum à nobis in libro de temperamentis est, fieri non posse, vt intẽperies quælibet sola diu duret; quando ipsa sibi ipsi alteram ex necessitate adsciscit. Indéque factum, vt plerique medicorum quatuor tantũ esse intemperies putarint, easque compositas, simplices verò ne esse quidem. Nam & calidam, dum humiditates semper cõsumit, parere siccitatem; & frigidam, dum nihil absumit, subalere humiditatem. Eodem modo & siccã per eas ætates quibus augescit animal, calidius ipsum semper efficere; quibus verò decrescit, refrigerare & siccare quidem solidas corporis partes, congerere verò abundantiã excrementorum. Simili modo si humida cũ modicè calida coierit, existere aliquãdo in vtraque oppositione mediã temperiẽ. Vtranque oppositionem intelligo & quæ ex calido, ac frigido consistit, & quæ ex sicco & humido. Erit autẽ medij temperamenti eiusmodi intemperies in ipso vigoris tẽpore, maximè verò in declinatione, prout ipsi conuenit. Optimam namque temperiẽ in adolescentia corpus obtinet; reliquę omnes ætates deteriores hac sunt, vt priùs est ostensum. Atque hoc etiã meminisse conueniat, vnũ id quoque ex iis quæ dicta sunt. Quum enim duplices actiones in animalibus sint, certè corporeas pueri pręcipuas obtinent; quæ animi sunt, ea quæ à pueris ad declinationẽ vsq; succedit ætas. Nec tamen est has ætates annorum numero circunscribere, quemadmodũ nonnulli fecerũt; nisi fortè in latitudine quadã. Ergo pubescere quidẽ incipiunt aliqui, vbi quartumdecimum annum expleuerunt, quidam vno post anno, aut etiam ampliùs. Initium præterea declinationis nonnulli habent statim à trigesimo anno, nonnulli post quintum & trigesimũ. Ac robur quidẽ omnibus minuitur post ipsam summi vigoris ætatẽ, nõ tamẽ hi sanitatẽ amittunt, tametsi minùs hanc quã antè laudabilẽ habent. Cæterùm hanc habẽt nõ solũ vsque ad initium senectutis, verùm etiam in ipsa senectute tota, quæ ipsa quoque quibusdam naturalis esse morbus videtur. Quũ enim nec dolore anguntur vllo, nec vllam actionũ earũ quibus ad vitę munera vtimur, aut penitus amiserũt; aut omninò imbecillam non habent, vtique sani sunt sanitate quæ senectuti fit cõgrua. Meminisse enim profectò oportet eorũ, quæ de sanitate demõstrata sunt, nẽpe quòd ampla sit eius latitudo. Iã si tertia quoq; corporis affectio est, quã neutrã Herophilus appellat, quæ in iis, qui è graui euaserunt febri, cõualescendi tẽpore cernitur, & senili ætate, omnino extra morbũ senẽs erunt, actiones tamẽ perinde, vt ij, qui in flore ætatis sunt, firmas valentésque nõ habebunt. Verũ, si ad videndum, audiendũ, ingrediendũ, aliáq; facienda, quę seni expediunt, corpus nullomodo desit, etiã hoc iure senis sanitatem appelles, vtique totum hoc iungens, senis sanitatem, non absolutè sanitatem.

A ἐθεασάμην δὲ κατὰ συμβεβηκός, οὐ προηγουμένως, οὐδὲ κατὰ τὸν ἴδιον λόγον τῆς κράσεως ἐκχολουμένην γαστέρα συνεχῶς, οὐκ οὖσαν φύσει θερμήν· ὥσπερ γε καὶ ψυχομένην ἑτέραν, καίτοι οὐκ οὖσαν φύσει ψυχράν· οὕτως δὲ καὶ κεφαλήν, ἧπάρ τε καὶ σπλῆνα, καὶ ἄλλο μόριον ὁτιοῦν ἐνίοτε τῆς ἑτέρας δυσκρασίας, ἤτοι μηδὲν αὐτὸ φύσει βεβλαμμένον εἰς τὴν προσήκουσαν κρᾶσιν, ἢ διακείμενον ἐναντίως αὐτῇ. περὶ πρώτων οὖν ὁ λόγος ἔσται μοι τῶν ὁμαλὴν τὴν δυσκρασίαν ἐχόντων, ἀπὸ τῶν θερμοτέρων ἀρξαμένῳ.

B λέλεκται δ' ἐν τοῖς περὶ κράσεων, ἀδύνατον εἶναι διαμένειν ἐπὶ πολὺ δυσκρασίαν τινὰ μίαν, αὐτὴ γὰρ ἑαυτῇ προσκτᾶταί τινα ἐξ ἀνάγκης ἑτέραν. διὸ καὶ τοῖς πλείστοις τῶν ἰατρῶν, τέτταρες ἔδοξαν εἶναι μόναι δυσκρασίαι σύνθετοι, τὰς δὲ ἁπλᾶς οὐκ εἶναι. τήν τε γὰρ θερμήν, ἐξικμάζουσαν ἀεὶ τὰς ὑγρότητας, ἐπικτᾶσθαι ξηρότητα, τήν τε ψυχράν, ἅτε οὐκ ἐκδαπανῶσαν, ὑποτρέφειν ὑγρότητα. κατὰ ταῦτα δὲ καὶ τὴν ξηράν, ἐν μὲν τῷ χρόνῳ τῶν αὐξητικῶν ἡλικιῶν ἑαυτῆς θερμότερον ἀποφαίνειν τὸ ζῶον· ἐν δὲ τῷ τῶν πα-

C ρακμαστικῶν, ἀποψύχειν· ξηραίνειν μὲν τὰ στερεὰ μόρια τοῦ σώματος, ἀθροίζειν δὲ περιττωμάτων πλῆθος. ὥσπερ γε καὶ τὴν ὑγράν, ἐπειδὰν ἅμα τῷ θερμοτάτῳ συμμέτρῳ συστῇ, γίνεσθαί ποτε κατ' ἀμφοτέρας τὰς ἀντιθέσεις εὔκρατον. ἀμφοτέρας δ' ἀντιθέσεις δηλονότι λέγω, τήν κατὰ τὸ θερμόν, καὶ τὸ ψυχρόν, καὶ τὴν κατὰ τὸ ξηρόν, καὶ ὑγρόν. ἔσται δ' εὔκρατος ἡ τοιαύτη κατὰ τὸν τῆς ἀκμῆς καιρόν, οὐχ ἥκιστα δὲ κἂν τῷ κατὰ τὴν παρακμήν, ὡς ἐκείνοις πρέπει. τὴν μὲν γὰρ ἀρίστην κρᾶσιν ἴσχει τὸ σῶμα κατὰ τὴν τῶν μειρακίων ἡλικίαν· αἱ δ' ἄλλαι πᾶσαι χείρους ταύτης εἰσίν, ὡς ἐδείχθη. καὶ μήν τοι καὶ τοῦτ' ἀναμεμνήσθω, ἕν τι ὂν αὐτὸ τῶν εἰρημένων· διττῶν γὰρ οὐσῶν

D ἐνεργειῶν κατὰ τὰ ζῶα, τὰς μὲν σωματικὰς οἱ παῖδες ἀρίστας ἔχουσι· τὰς δὲ ψυχικάς, ἡ μετὰ τοὺς παῖδας ἡλικία, μέχρι τῆς παρακμαστικῆς. οὐκ ἔστι δὲ καὶ ἐτῶν ἀριθμῷ περιορίσαι ταύτας, καθάπερ ἔνιοι πεποιήκασι, πλὴν ἢ κατὰ πλάτος. ἡβάσκειν οὖν ἄρχονταί τινες, ἅμα τῷ πληρῶσαι τὸ τεσσαρεσκαιδέκατον ἔτος. ἔνιοι δὲ μετ' ἐνιαυτόν, ἢ καὶ πλείονα χρόνον. ἀρχήν τε τῆς παρακμῆς ἴσχουσιν, ἔνιοι μὲν εὐθέως μετὰ τὸ τριακοστὸν ἔτος. ἔνιοι δὲ μετὰ τὸ τριακοστὸν πέμπτον. τὴν μὲν οὖν ἰσχύν, ἅπαντες αὐτίκα καθαιροῦνται μετὰ τὴν ἀκμαστικὴν ἡλικίαν, οὐ μὴν τήν γε ὑγείαν ἀπολλύουσιν, ἀλλ' ἧττον

E μὲν ἐπαινετὴν ἔχουσιν ἢ πρόσθεν. ἔχουσι δ' ὅμως, οὐ μόνον ἄχρι γήρως ἀρχῆς, ἀλλὰ καὶ κατ' αὐτὸ τὸ γῆρας ὅλον, ὃ δὴ δοκεῖ τισιν εἶναι νόσημα φυσικόν, ὁπόταν μήτ' ὀδυνῶνταί τι, μήτε τινὰ τῶν ἐνεργειῶν αἷς εἰς τὰς κατὰ τὸν βίον πράξεις χρώμεθα, τελέως ἀπολέσωσιν, ἢ μὴ παντάπασιν ἄρρωστον ἔχωσιν, ὑγιαίνουσιν ὑγείαν οὖσαν οἰκείαν γέρᾳ. μεμνῆσθαι γὰρ δή που καὶ τῶν περὶ τῆς ὑγείας ἀποδεδειγμένων, ὡς πάμπολυ τὸ πλάτος αὐτῆς ἐστιν, εἰ δὲ καὶ τρίτη τίς ἐστι διάθεσις σώματος, ἣν οἱ περὶ τὸν Ἡρόφιλον οὐδετέραν ὀνομάζου-

F σι, τὴν τοῖς ἐκ πυρετῶν χαλεπῶν διασωθεῖσιν ὑπάρχουσαν, κατὰ τὸν τῆς ἀναλήψεως χρόνον, καὶ τῇ τοῦ γήρως ἡλικίᾳ, τὸ μὲν ἔξω νόσου τοῖς γέρουσιν εἶναι, πάντως ὑπάρξει. τὸ δὲ τὰς ἐνεργείας ἰσχυρὰς ἔχειν ὁμοίως τοῖς ἀκμάζουσιν, οὐχ ὑπάρχει, ἀλλ' ἐάν, εἰς ὅσον γέροντι χρεία βλέπειν τε, καὶ ἀκούειν καὶ βαδίζειν, καὶ τἄλλα πράττειν δύνασθαι, μηδὲν ἐλλίπῃ τὸ σῶμα, καὶ τοῦτ' ἄν τις εἰκότως ὀνομάζοι γέροντος ὑγείαν, ὅλον τοῦτο λέγων ὑγείαν γέροντος, οὐχ ἁπλῶς ὑγείαν.

ἐκείνη μὲν γὰρ ἄμεμπτός ἐστι, τὴν διὰ τῶν ἐνεργειῶν ἀρετήν· μεμπτὴ δ᾽ ἡ τῶν γερόντων. ἔχουσα γὰρ ἁπάσας τὰς ἐνεργείας, οὐδεμίαν ἐρρωμένην ἔχει. καὶ δὴ καὶ τὸ γηροκομικὸν ὀνομαζόμενον μέρος τῆς ἰατρικῆς, σκοπὸν ἔχει τὴν ὑγείαν γεροντικὴν εἰς ὅσον οἷόν τε, διαφυλάττειν. ὅσα δὲ σώματα, νοσώδη κατασκευὴν ἔσχηκεν εὐθὺς ἐν τῇ πρώτῃ γενέσει, ταῦτα, τὴν ἀρχὴν μὲν, οὐδ᾽ ἀφικνεῖταί ποτε εἰς τὸ γῆρας. εἰ δ᾽ ἀφίκοιτο, πάντως ἕν γέ τι νόσημα χρόνιον ἴσχει. προὐθέμεθα δ᾽ ἐν τῷ νῦν λόγῳ, περὶ τῶν μοχθηρὰν ἐχόντων κατασκευὴν διελθεῖν. σκοποῦντες, ὅπως ἄν τις αὐτὰ φυλάττοι, κατὰ τὸ πλεῖστον ὑγιαίνοντα.

A Hæc enim propter ipsam actionum virtutem integra est, & de qua queri non possit; senum sanitas querimoniis non vacat; quamuis enim omnes actiones habet, nullam tamen validam habet. Atque adeò illa pars artis, quæ senes regit & moderatur, huc tantùm consilia dirigit, vt sanitatem eorum quatenus fieri licet, tueatur. Corpora verò, quæ à prima statim generatione morbosa sunt, ea planè ad senectutem nunquam perueniunt, aut si quando peruenerunt, vno saltem diutino morbo penitus laborant.
B Proposuimus autem in hoc libro de iis disserere, qui vitioso corporis sunt statu; atque, hos quemadmodum sanos plurimùm tueamur, disquirere.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Γ'.

Περὶ προνοίας τῶν σωμάτων τῆς θερμοτέρας κράσεως· τῆς ἐν τῇ καθ᾽ ὑγρότητά τε καὶ ξηρότητα, ἢ τῆς μεταξὺ τούτων.

ΤΗΝ ἀρχὴν οὖν ἀπὸ τῶν ὁμαλὴν τὴν δυσκρασίαν ἐν ἅπασι τοῖς μέρεσι τοῦ σώματος ἐχόντων ποιησάμενοι, λέγωμεν ἤδη περὶ τῆς θερμοτέρας κράσεως. οὐ μὴν ἐν τῇ καθ᾽ ὑγρότητα καὶ ξηρότητα συμμετρίᾳ μεμπτῆς. εὐθὺς μὲν οὖν ἀπ᾽ ἀρχῆς, ἡ τοιαύτη φύσις τοῦ σώματος ὑγιεινοτέρα φαίνεται τῆς κατ᾽ ἀμφοτέρας τὰς ἀντιθέσεις δυσκράτου. λέγω δ᾽ ἀμφοτέρας, τήν τε κατὰ θερμότητα καὶ ψυχρότητα, καὶ τὴν καθ᾽ ὑγρότητα καὶ ξηρότητα. καὶ τούς τε ὀδόντας φύσει θᾶττον, καὶ φθέγξεται διηρθρωμένην φωνήν, καὶ βαδιεῖται θᾶττον, αὐξήσεταί τε κατὰ τὴν ἀναλογίαν ἑκάστοτε τῶν ἐτῶν. ἐπειδὰν δὲ τὴν τῶν μειρακίων ἡλικίαν διεξέλθοι, τὸ μεταξὺ πᾶν ἄχρι τῆς παρακμῆς, σαφῶς πλέον ἤδη φανεῖται θερμόν· ὡς τοῖς ἀπὸ ξανθῆς χολῆς νοσήμασί τε καὶ συμπτώμασιν εὐάλωτον ὑπάρχειν. ἡ γάρ τοι πολλὴ θερμότης ἐκδαπανῶσα τὴν ὑγρότητα, ξηροτέραν ἐργάζεται τὴν κρᾶσιν. οὔσης δὲ καὶ τῆς τῶν ἀκμαζόντων ἡλικίας θερμῆς, ἡ συζυγία τῆς κράσεως αὐτῶν, ἔσται θερμή τε ἅμα καὶ ξηρά· χολὴ δὲ ἐν ταῖς τοιαύταις κράσεσιν, ἥ ὠχρά τε καὶ ξανθὴ καλουμένη πλεονάζει. τοὺς οὖν οὕτως πεφυκότας, ἄχρι μὲν τῆς τῶν μειρακίων ἡλικίας, ὁμοίως χρὴ τοῖς ἄριστα πεφυκόσι διαιτᾶν, ὑπὲρ ὧν εἴρηται κατὰ τὸν ἔμπροσθεν λόγον, ἐπειδὰν τέλειον αὐτῶν εἴη τὸ σῶμα, διασκέψασθαι προσήκει πότερον ὑπέρχεται τὸ περιττὸν τῆς χολῆς αὐτοῖς, ἅμα τοῖς διαχωρήμασιν, ἢ πρὸς τὴν ἄνω κοιλίαν ὁρμᾷ, κάτω μὲν ὑπιόντος αὐτοῦ, πρόδηλον ὡς χρὴ οὐδὲν περιεργάζεσθαι. πρὸς δὲ τὴν ἄνω γαστέρα φερομένου, δι᾽ ἐμέτων ἐκκενοῦν. μακρὰ χαίρειν εἰπόντας ἐκείνοις τῶν φιλοσόφων, ὅσοι κωλύουσι μετὰ τὰ γυμνάσια πρὸ τῆς τροφῆς, ἀφ᾽ ὕδατος χλιαροῦ ἐμεῖν. οἴνῳ γὰρ οὐδ᾽ ἐγὼ συμβουλεύω τηνικαῦτα χρῆσθαι, πλὴν εἰ δυσχερῶς ἐμοῖεν ἀφ᾽ ὕδατος. εἰσὶ γάρ τινες καὶ τοιαῦται φύσεις σωμάτων, αἷς συγχωρητέον οἴνου γλυκέος προσφέρεσθαι, εἰ προπίνοιεν αὐτοῦ τὸ ὕδωρ. ἔτι δὲ καὶ μᾶλλον, ὅταν ἡ κρᾶσις ἐξ ἀρχῆς ᾖ θερμοτέρα τε καὶ ξηροτέρα, πρὸς τοὺς ἐμέτους ἔρχεσθαι. καὶ γὰρ καὶ μᾶλλόν εἰσιν οὗτοι χολώδεις, ἐπὶ τῆς ἀκμαστικῆς ἡλικίας. καὶ δὴ καὶ γυμνάζεσθαι βέλτιον αὐτοῖς, οὐκ ὀξὺ καὶ σύντονον γυμνάσιον, ἀλλὰ σχολαιότερόν τε καὶ μαλακώτερον, εἰσὶ γὰρ δὴ καὶ ἰσχνότεροι, πάντες οἱ τοιοῦτοι. συμπεφώνηται δὲ τοῖς γυμνασταῖς ἅπασι, λεπτύνειν μὲν τὰ ὀξέα γυμνάσια, σαρκοῦν δὲ τὰ βραδέα.

CAPVT III.

De regendis corporibus quæ calidiorem naturam sortita sunt; humida siccáve, aut harum media adiuncta.

C ERgo initio ab iis sumpto qui æqualem in omnibus corporis partibus intemperiem habent, primùm de iis agamus, qui calidius temperamentum sortiti sunt, cæterùm in humiditate ac siccitate modicè se habent. Ac talis quidem corporis natura ab initio statim magis apparet sana, quàm ea quæ in vtraque oppositione vitiosa est; vtramque oppositionem intelligo, & quæ ex calido, & frigido consistit, & quæ ex humido, & sicco. Eadem dentes edet citiùs, & citiùs articulatam vocem proferet, & citiùs ambulabit, & singulis annis ad proportionem increscet; postea verò, quàm adolescentiæ annos compleuerit, exinde ad declinationem vsque
D manifestè calidior apparebit sic, vt tum morbis, tum symptomatis, quæ à bile oriuntur, facilè sit obnoxia. Multus namque calor, dum humorem absumit, siccius temperamentũ reddit. At quum florens iam ætas itẽ calida sit, nimirũ composita eorum temperies calida simul siccáque erit. In talibus autem temperamentis bilis abundare, tum pallida, tum flaua solet. Ergo qui hac natura sunt, ad ætatem vsque adolescentiæ similiter educandi iis sunt, qui optimæ sunt naturæ; de quibus dictum in præcedentibus est. Postea verò,
E quàm absolutum eorum corpus sit, considerare oportet, vtrúmne bilis excrementum illis per aluum vnà cum fæcibus expellatur, an ad superiorem ventrem feratur. Si enim deorsum feratur, constat nõ debere esse solicitos. Sin superiorem ventrem petat, per vomitum est emittẽdum, scilicet longè valere iussis philosophis iis, qui vomere ex aqua tepida post exercitationes ante cibum vetant. Nam vino, nec ipse sanè tum esse vtendum suaserim, nisi difficulter id faciant ex aqua. Quippe eiusmodi quædam corporum naturæ sunt, quibus vtique vinum dulce, sed vbi
F aquam priùs biberint, est concedendũ. Præterea etiam magis, vbi temperamentum eorum ac initio calidius, sicciúsque fuit, vomitio petenda est, propterea, quòd magis etiam hi biliosi sunt in vigoris ætate. Quin & exercitari his vtilius est, non celeribus exercitationibus & vehementibus, sed potiùs tardis & mollibus. Sunt enim omnes, qui hoc statu sunt, graciliores. Celeres verò exercitationes consensu gymnastarum omnium extenuant; sed lentæ contrà corpus implent.

Sunt verò & ex iis qui impensè calido tempera-mento ſunt, qui exercitari prorſus non deſiderant, ſed abundè his ſatisfaciant inambulatio, balneum, & mollis ex oleo frictio. Acre namque & mordax calidum id eſt, quod ab his exhalat, non halituoſum, nec ſuaue, citráque morſum; hos verò à cibis quoque balneum iuuat. Quidam verò eorum, incredibile eſt, quam etiam obeſi ſunt redditi ex tali victus ratione. Antiquum autem vinum inimicum his eſt; album verò ac tenue idoneum eſt. Æſtimandum autem in omnibus eſt, qui à cibo lauantur, num in dextra præcordiorum parte, vbi ſitum iecur eſt, dolorem aliquem, aut grauitatem, aut tenſionem ſentiant. Eiuſmodi namque corporum ſtatus iecinoris vitiis tentari ſolet, ſi balneo poſt cibum vtantur. Ac ſi quando eiuſmodi aliquod vitium ſentiunt, illicò dandum aliquid eſt eorum, quę obſtructum iecur liberent, abſtinendúmque ab iis cibis, qui craſſum efficiunt ſuccum, ac potiſſimum ſi iidem glutinoſi ſint. De his dictum abundè nobis eſt in tribus libris, quos de alimentorum facultatibus ſcripſimus; præterea in eo libro, quem de cibis boni & mali ſucci, edidimus; itémque in libro de attenuante victus ratione. Quippe qui dolorem in iecinore ſentiunt, iis tali victus ratione vtendum omnino eſt, quoad ſine dolore, & grauitate dextrum ſit hypochondrium. Vtile ſanè fuerit & liquorem, in quo macerata ſit abſynthij coma, offerre; præterea, quod tum ex ea, tum ex aniſo & amaris amygdalis conficitur; quod etiam bibere ex oxymelite præſtat in eo tempore, quod inter ſurrectionem à lecto & balneū intercedit. Nam & poſtquam confecta ſunt quæ ex ventre ad iecur diſtribuuntur, talia exhiberi præſtat, & temporis aliquid eorum operi ante cibum ſumēdum dari. Non inutile eſt & medicamentum, quod diacalaminthen vocant, cuius compoſitionem in quarto horū commentariorū ſcripſimus. Verùm in bilioſis temperamētis cauere oportet huius aſſiduum vſum. Sed, & ſi quando horum quiſpiam eo propter iecinoris obſtructiones vtitur, vtilius eſt ex oxymelite id bibat. Porrò alimenti ſpecies, ſi quis horum temperamentū vertere in melius ſtudet, contraria eſſe intemperantiæ debet. Senſim verò id fiet citra noxam, ſi & præſit medicus, & qui curatur ita ſit à negotiis liber, vt omnia ſuo tēpore peragat. Nā qui in rebus ciuilibus verſatur, & multis negotiis diſtringitur, huic tutius eſt, vt nec tentet temperamentū ſuum mutare, ſed familiaria ſibi nutrimēta ſumat. Porrò apta ſunt humidis quidē humida, & ſiccis ſicca. Nutritio enim fit, quum is qui nutrit cibus, corpori quod alit, aſſimilatur. Citiùs autem aſſimilantur ſicca ſiccis, & humida humidis. Quibus verò æquale temperamentum eſt, iis quanto iucundius fuerit quod comedunt, tanto vtique ſit magis nutriens. At qui inæqualem temperiē ſunt ſortiti, ita vt his aliud iecinoris temperamentum ſit, aliud ventris, aut alicuius eorū quæ circa iecur ſunt, iis diuerſum eſt quod aſſumptu iucundum eſt, ab eo quod cuique parti eſt idoneum. Quoniam autem oſtenſum eſt duplex eſſe, quod ſingulis conueniens eſt, aliud, quod ſecundum ſimplices qualitates, aliud, quod ſecundum totā ſubſtantiam; quod ſimplicibus qualitatibus maximè aptum eſt, id qualénam ſit, ſuperius paulò eſt cōprehenſum, idque ſeu mutare intemperiem per otiū velis, ſeu obſequi cogaris propter negotia,

A τινὲς δὲ καὶ τῶν σφόδρα θερμῶν τὴν κρᾶσιν, οὐδ᾽ ὅλως χρῄζουσι γυμνασίων. ἀλλ᾽ ἀρκεῖ περίπατός τε καὶ λουτρὸν αὐτοῖς, ἀνατριψαμένοις ἐλαίῳ μαλακαῖς τρίψεσι. δριμὺ γὰρ, καὶ θερμὸν δακνῶδες, τὸ διαπνεόμενον ἀπ᾽ αὐτῶν ἐστιν, οὐκ ἀτμῶδες οὐδ᾽ ἡδὺ, καὶ ἄδηκτον. οὗτοι δὲ καὶ τοῖς μετὰ τροφὴν χαίρουσι λουτροῖς. καί τινες αὐτῶν, ἄπιστον ὅπως ἐπαχύνθησαν ἐπὶ τῇ τοιαύτῃ διαίτῃ. παλαιὸς δὲ οἶνος ἐναντίος αὐτοῖς ἐστι, οἰκεῖος δὲ ὁ λευκός, καὶ λεπτός. ἐπιβλέπειν δὲ ἐπὶ πάντων τῶν μετὰ τροφὴν λουομένων, μή πως κατὰ τὸ δεξιὸν ὑποχόνδριον, ἔνθα κεῖται τὸ ἧπαρ, αἰσθάνονταί τινος ἀλγήματος, ἢ

B βάρους, ἢ τάσεως. αἱ γὰρ τοιαῦται κατασκευαὶ τῶν σωμάτων, ἡπατικαῖς ἁλίσκονται νόσοις, ἐὰν ἐδηδοκότες λούωνται. κἂν αἰσθάνωνται δέ ποτε τοιούτου τινὸς συμπτώματος, αὐτίκα διδόναι τι τῶν ἐκφραττόντων τὸ ἧπαρ, ἀπέχειν τε καὶ τῶν παχυχύμων ἐδεσμάτων, καὶ μάλιστα ὅσα γλίσχρα. λέγεται δὲ περὶ αὐτῶν ἐπὶ πλέον, ἐν τοῖς τρισὶν ὑπομνήμασιν, ἃ περὶ τῶν ἐν ταῖς τροφαῖς δυνάμεων ἔγραψα, καὶ τῷ περὶ τῆς εὐχυμίας τε, καὶ κακοχυμίας, ἔτι τε κἀν τῷ τῆς λεπτυνούσης διαίτης. καὶ γὰρ οὖν καὶ χρῆσθαι ἐν τοῖς ἀλγήμασι τοῖς καθ᾽ ἧπαρ, ἀναγκαῖόν ἐστι λεπτυνούσῃ διαίτῃ, μέχρι περ ἂν αὐ-

C τοῖς ἀνώδυνόν τε καὶ κοῦφον γένηται πως τὸ δεξιὸν ὑποχόνδριον. ἀγαθὸν δὲ, καὶ τῆς κόμης τοῦ ἀψινθίου τὸ ἀπόβρεγμα προσφέρεσθαι, καὶ τὸ διὰ ταύτης τε, καὶ ἀνίσου, καὶ πικρῶν ἀμυγδάλων συντιθέμενον. ὃ δι᾽ ὀξυμέλιτος ἄμεινον πίνειν, ἐν τῷ μέσῳ χρόνῳ, τῆς τε ἐκ τῶν ὕπνων ἀναστάσεως, καὶ τοῦ λουτροῦ. προκατειργασμένων τε γὰρ τῶν ἀναδεδομένων εἰς ἧπαρ ἐκ τῆς γαστρὸς, ἄμεινον προσφέρεσθαι τὰ τοιαῦτα· τῇ τε ἐξ αὐτῶν ἐνεργείᾳ, χρόνον τινὰ δίδοσθαι πρὸ τῆς τῶν σιτίων προσφορᾶς. ἀγαθὸν δὲ καὶ τὸ διὰ τῆς καλαμίνθης φάρμακον, οὗ τὴν σύνθεσιν ἐν τῷ δ΄ τῶν ὑπομνημάτων ἔγραψα. ἀλλ᾽

D ἐπί γε τῶν χολωδῶν κράσεων, φυλάττεσθαι προσήκει τὴν συνεχῆ τοῦδε χρῆσιν. καὶ μέντοι καὶ ὁπότε τις αὐτῶν χρῆται αὐτῷ, τῆς καθ᾽ ἧπαρ ἐμφράξεως ἕνεκεν, ἄμεινον δι᾽ ὀξυμέλιτος πίνεσθαι. τὸ δὲ τῶν τροφῶν εἶδος, εἰ μὲν ὑπαλλάττειν ἐπὶ τὸ βέλτιον ἐθέλεις τὴν κρᾶσιν τῶν οὕτως ἐχόντων, ἐναντίον ἔστω τῇ δυσκρασίᾳ. κατὰ βραχὺ δὲ γὰρ τοῦτο, χωρὶς βλάβης, ἐπιστατοῦντος μὲν ἰατροῦ, σχολὴν δ᾽ ἄγοντος αὐτοῦ τοῦ βοηθουμένου τοσαύτην, ὡς ἅπαντα ποιεῖν ἐν τῷ προσήκοντι καιρῷ. πράττοντι δὲ ἀνθρώπῳ τὰ πολιτικὰ, καὶ πολλαῖς ἀσχολίαις δουλεύοντι, κάλλιόν ἐστι μηδ᾽ ἐπιχειρεῖν ὑπαλ-

E λάττειν τὴν κρᾶσιν, ἀλλὰ τὰς οἰκείας τροφὰς αὐτῷ δοτέον. οἰκεῖαι δ᾽ εἰσὶν αἱ μὲν ὑγραὶ, ταῖς ὑγραῖς, αἱ δὲ ξηραὶ, ταῖς ξηραῖς. ἡ γάρ τοι θρέψις, ὁμοιουμένου γίγνεται τοῦ θρέψαντος ἐδέσματος, τῷ τρεφομένῳ σώματι. θᾶττον δὲ ὁμοιοῦται τὰ μὲν ξηρὰ ταῖς ξηραῖς, τὰ δ᾽ ὑγρὰ ταῖς ὑγραῖς. ἐπὶ δὲ τῶν ὁμαλὴν τὴν κρᾶσιν ἐχόντων, ὅσον περ ἂν ἥδιον ᾖ τὸ βρῶμα, τοσοῦτον τροφιμώτερον γίγνεται, τῶν δ᾽ ἀνώμαλον ἐχόντων τὴν κρᾶσιν σωμάτων, ὡς ἄλλην μὲν εἶναι τὴν τοῦ ἥπατος, ἄλλην δὲ τὴν τῆς γαστρὸς, ἤ τινος τῶν καθ᾽ ἧπαρ, ἕτερον μέν ἐστι, τὸ κατὰ τὴν προσφορὰν ἡδὺ,

F ἕτερον δὲ τὸ καθ᾽ ἕκαστον μόριον οἰκεῖον. ἐπεὶ δὲ καὶ τὸ καθ᾽ ἕκαστον οἰκεῖον ἐδείχθη διττὸν, ἕτερον μὲν τὸ κατὰ τὰς ἁπλᾶς ποιότητας, ἕτερον δὲ τὸ κατὰ τὴν ὅλην οὐσίαν· ἡ μὲν οὖν κατὰ τὰς ἁπλᾶς ποιότητας οἰκειοτάτη, ὁποία τίς ἐστιν, ὀλίγῳ πρόσθεν εἴρηται, μεταβάλλειν τε αὐτὴν βουλομένοις ἐπὶ σχολῆς, ὑπηρετεῖν τε ἀναγκαζομένοις, ἐν ἀσχολίᾳ,

ἡ δὲ κατὰ τὴν ὅλην οὐσίαν, τῇ πείρᾳ μόνῃ γινώσκεται, μεγίστην οὖν δύναμιν εἰς τὴν τῶν ἐσθιομένων τε καὶ πινομένων κατεργασίαν, οὐ κατὰ τὴν γαστέρα μόνον, ἀλλὰ καὶ κατὰ τὸ σύμπαν τὸ σῶμα, ἡ κατὰ τὴν ὅλην οὐσίαν οἰκειότης ἔχει, δι' ἣν αἱ τροφαὶ τοῖς ζώοις ὑπηλλαγμέναι τε, καὶ πολὺ διαφέρουσαι ταῖς ἰδέαις εἰσίν· οὐδὲν ὅμοιον ἐχούσης τῆς ἐκ τῶν ἀχύρων τε, καὶ πόας, τῇ ἐξ ὀστῶν τε καὶ σαρκῶν, ἢ τῆς ἐξ ἄρτων, τῇ ἐκ κωνείου τε καὶ ἐλλεβόρου· καὶ γὰρ ταῦτα, ζώοις τισίν εἰσι τροφαί, γίνονται δὲ καὶ κατὰ τὴν ποιότητα, οἰκειότητες. εἰ μὲν φυλάττειν ἐθέλοις τὰς κράσεις, ταῖς μὲν ὑγραῖς, τῶν ὑγραινόντων ἐδεσμάτων ἁρμοττόντων, ταῖς δὲ ξηραῖς τῶν ξηραινόντων, εἰ δὲ ὑπαλλάττειν, τῶν ἐναντίων. ἐπὶ δὲ τῆς κατὰ τὸ θερμὸν καὶ ψυχρὸν εἰς δυσκρασίαν ἐκτροπῆς, ἡ τῶν ἐναντίων προσφορὰ διαπαντὸς ἁρμόττει, δραστικώταται γάρ εἰσι, καὶ ὡς ἂν εἴποι τις δυναστικώτεραι τῶν καθ' ὑγρότητα καὶ ξηρότητα δυσκρασιῶν, αἱ τοιαῦται, ῥαδίως γοῦν ὑπὸ τῶν ὁμοίων τροφῶν εἰς νοσώδη δυσκρασίαν ἀφικνοῦνται, ξηρότερον δ' ἐργασάμενος ὁτιοῦν τῶν μορίων, οὐδέν τι βλάψαις σαφές, ὥσπερ οὐδ' εἰ φυλάττοις ὑγρότερον. ἐναργέστερον δέ σοι τεκμήριον, καὶ ἡλικίαι γενέσθωσαν, αἱ μὲν ἀπὸ τῆς πρώτης γενέσεως ἄχρι τῶν μειρακίων, ὑγροτάτην ἔχουσαι τὴν σάρκα, ξηρὰν δὲ ἰσχυρῶς, αἱ πρεσβυτικαί, μεμνῆσθαι δ' ἐν τοῖς τοιούτοις λόγοις χρὴ τῶν εἰρημένων ἐν τοῖς περὶ κράσεων, ὅπως μή τις ὑπολάβῃ, τοὺς ὑπὸ περιττῶν ὑγρῶν βαρυνομένους, ὑγροὺς γίνεσθαι τὴν κρᾶσιν, ὃ καὶ τοὺς οἰηθέντας ὑγρὸν καὶ ψυχρὸν εἶναι τὸ γῆρας, ἐξηπάτησεν. οὐ γὰρ αὐτὰ τὰ μόρια τοῖς γέρουσιν, ὑγρότερα ταῖς κράσεσίν ἐστιν, ἀλλὰ αἱ μεταξὺ τῶν σωμάτων χῶραι, τῆς περιττῆς ὑγρότητος ἐμπίπλανται γερόντων τε, καὶ νοσούντων νόσους ὑγράς· ὁποῖον δέ τι τὸ ξηρὸν νόσημά ἐστιν, ἐπιστημονικὴν ἕξει γνῶσιν, τὸ γεγραμμένον μοι περὶ μαρασμοῦ βιβλίον, ἐπιμελῶς ἀναγνούς, οὐχ ἅπαξ, ἢ δίς, οὐδὲ παρατρέχων, ἀλλ' ἐφιστάς, καὶ προσέχων τὸν νοῦν, ἑκάστῳ τῶν λεγομένων· προγεγυμνάσθαι δὲ χρὴ τὸν μέλλοντα καλῶς ἀναλέξασθαι ταῦτα, τῷ δευτέρῳ περὶ κράσεων ὑπομνήματι, καθ' ὃ δέδεικται τοῦ γέροντος ἡ κρᾶσις ξηρά, τὸ δὲ προκείμενον ἐν τῷ νῦν λόγῳ, σῶμα θερμότερον τοῦ δέοντος, ἐὰν μὲν ἐν τῇ πρώτῃ συστάσει μέσον ὑγρότητός τε καὶ ξηρότητος ᾖ, πάντως τοῦτο κατὰ τὴν ἀκμαστικὴν ἡλικίαν γίνεται ξηρόν, ἔτι δὲ μᾶλλόν τε καὶ θᾶττον. εἰ καὶ φύσει ξηρότερον εἴη· καὶ δὴ καὶ γηράσει τοῦτο θᾶττον, ὅσῳ καὶ θᾶττον εἰς ἀκμὴν ἀφίκετο. πάντων γὰρ ἐν τῇ παρακμῇ, ξηραινομένων, εὔλογόν ἐστι τὸ φύσει ξηρότερον, εἰς τὴν τῆς γεροντικῆς ἀμετρίας ξηρότητα, ἀφικνεῖσθαι θᾶττον, δέονται τοίνυν οὗτοι μάλιστα κατὰ τὴν ἀκμαστικὴν ἡλικίαν, ὑγρᾶς διαίτης, ἧς τὸν τύπον ἄρτι ὑπέγραψα, διά τε τῶν ὑγραινόντων ἐδεσμάτων καὶ λουτρῶν, ἀποχῆς τε καὶ γυμνασίων συντόνων, καὶ πολλῶν, γινομένης, ὥστε θέρους ὥρᾳ καὶ θᾶττον λούεσθαι, καὶ μετὰ τροφὴν αὖθις τὸ δεύτερον, ὀνίνησι τούτους καὶ ἡ τοῦ ψυχροῦ πόσις. ἐναντιώτατα δὲ ταῖς ξηραῖς κράσεσίν εἰσιν ἀφροδίσια, φείδεσθαι δὲ χρὴ καὶ μάλιστα αὐτούς, ἐγκαύσεων, καὶ κόπων, καὶ φροντίδων, καὶ ἀγρυπνιῶν, καὶ κινήσεων ἁπασῶν ὀξειῶν, καὶ οἱ θυμοὶ δὲ μάλιστα τὰς χολώδεις φύσεις ἐκπυροῦντες, ὀξεῖς γεννῶσι πυρετούς.

A quod ex tota substantia idoneum maximè est, sola experientia discernitur. Ac maximam quidem vim habet ad ea, quæ eduntur bibuntúrque non in ventre modò, sed etiam toto corpore conficienda, totius substantiæ conuenientia; cuius ratione nutrimenta animalibus & varia, & speciebus multùm inter se diuersa habentur; quum nulla similitudo sit eius, quod ex palea & herbis accedit ei quod ex ossibus & carnibus; nulla societas eius, quod ex pane est, cum eo, quod ex cicuta & veratro; nam & hæc animantium quibusdam nutrimenta sunt.
B Fiunt autem & qualitatibus conuenientiæ; vtique si seruare temperamentum studes, humidis naturis humectante cibo maximè quadrante; siccis verò eo, qui siccet; sin alterare placet, contrariis. In ea autem, quæ est in calido, frigidóve ad intemperiem conuersione, contraria dare semper expedit, quum & efficacissimæ eiusmodi intemperies sint, & vt (ita dicam magis quàm quæ ex siccitate & humiditate consistunt, potentes; quippe quum facilè similibus nutrimentis in morbosam intemperiem abeant. At si siccius quoduis membrum efficias, nihil manifestè lædes; pari modo nec si humidiori suam
C humiditatem serues. Euidenti verò argumento tibi & ętates sint. Quæ enim à prima generatione ad adolescentiam vsque carnem habent humidissimam, senilis ætas impensè siccam. Meminisse verò in huiusmodi sermone oportet eorum, quæ in opere de temperamentis sunt scripta, scilicet ne quis existimet, qui superuacuis excrementis onerantur, hos humido temperamento esse. quæ res eos, qui senectutem frigidam, & humidam putarunt, fefellit. Non enim ipsæ partes senum humidiore temperamento sunt, sed ipsæ capacitates, quæ inter corpora patent tum
D senum, tum eorum, qui humidis morbis laborant, superuacua humiditate implentur. Porrò cuiusmodi siccus morbus sit, certa scientia cognoscet, qui librum, quem de marasmo inscripsimus, diligenter relegerit nō semel aut bis, nec transcurrens, sed singulis insistens atque intentus. Sane, qui hæc commodè leget, hunc exercitari priùs conuenit in secundo de temperamentis libro, in quo demonstratum est senis temperamentum siccum esse. Verùm, quod in præsentia nobis propositum est, calidius iusto corpus, si quidem in prima constitutione medium
E humiditatis, siccitatisque habitum habuerit, omninò id in incrementi statu siccum efficitur, idque tum magis, tum celerius, si etiam natura siccius erat. Sed & senescet idem citiùs, quanto vtique ad summum incrementum peruenit citiùs. Nam quum omnes in declinatione ætatis siccescamus, ratio est, vt qui natura sit siccior, in senilis intemperiei siccitatem citiùs perueniat. Hi ergo in vigoris ætate potissimùm humidam victus rationem postulant, cuius formulam proximè descripsimus; perficitur enim humectantibus cibis, ac balneis, tum exercitationum, &
F quæ concitatæ, & multæ sunt, abstinentia. Hi adeò æstatis tempore, & citiùs lauantur, & à cibo iterum; prodest his & frigidæ potio. At venus siccis temperamentis est inimicissima. Vitandæ quàm maximè his sunt exustiones, & lassitudines, & sollicitudines, & vigiliæ, & motus omnis celer. Iracundia verò, quum biliosas naturas maximè accendat, acutas febres parit.

Quæ

Quæ igitur victus ratio iis laudatur, qui in consistenti ætate temperie sunt calida, humiditatem tamen ab ortu mediocrem habebant, hæc iis, qui natura calidi sunt, & sicci, magis conuenit. Nec dubium est, quin modus quoque excessus superantis elementi in primis considerandus sit. Siquidem eatenus intendere, remittere, aut augere victus speciem oportet, quatenus supra naturalē habitum aucta, diminutáve sunt temperamenti elementa. Quapropter si eorum qui natura humidiores calidioresq; sunt, mutare temperamentum ad frigidiorē sicciorémque speciē libet, cōtrariam his victus rationē exhibeas, oportet; sin id custodire placet, similem. Sanè eiusmodi naturæ in puerili ætate fluxionum, & redundantiæ morbis maximè tentantur, itémque putredinis, quo magis, & pluribus exercitationibus, & exacta ventris cōcoctione indigent. Quicquid enim in hoc corrumpitur, id toti corpori morborū putredinis occasio fit. Itaque, & ante cibū bis térque hi si lauent, ac calidis spontè ortis vtantur, maximum inde commodū sentiunt. Quippe huc dirigitur in his consiliū, vt ipsas animalis partes seruemus humidas. Quæ res omnis tēperamenti cōmunis est, si modò contraria ratio omniū animātium corpora citiùs ad senectutem perducit, ipsáque est, cuius culpa omne genitū corpus mortale sit. Quippe, si fieri posset, vt temperamentū corporis humidū perpetuò seruaretur, verus sophistæ, cuius inter initia operis memini, sermo esset, qui sibi auscultantē promisit immortalem fore. Sed, quoniam naturæ progressum, qui est ad siccitatē, effugere corpori non licet, vt ante docuimus, idcirco senescere nobis corrūpíque necesse est. Erit tamen id maximè diuturnum, quicquid minimè siccatum. Verùm, quum humida victus ratio excrementa, & succorum abundantiam pariat, difficile est ita mediocritatem seruare, vt neque morbi incidant, neque senectus maturetur. Quod tamen ad ipsius temperamenti rationē attinet, qui maximè sunt humidi, ij maximè sunt longæui. Iidem, & sanitate, vbi corpus ad robur peruenit, plus cæteris fruuntur, & cæteris, qui parem ætatē agunt, valētiores ad extremum vsque seniū sunt. Ideoque fermè tū medicis omnibus, tū philosophis, qui corporis elementa diligenter inuestigarunt, temperamentum id laudatum est. Imò etiam vnum id proinde secundum naturam se habere quibusdam est visum. Nā, quanquam in principio sit deterius, tempore tamen reliquis præstantius euadit. Quo magis, qui tuendæ huius corporis sanitati præficitur, iis, quæ ab ipso defluunt, prospicere debebit tum exercitatione (vt dixi) tum balneis ante cibum pluribus, tum verò iis, quæ per ventrem, & vrinas redduntur, excernendis. Nec prohibet præterea quicquam, quin & apophlegmatismis, & purgationibus aliquando vtatur, antéque omnia cibis boni succi, ac vini potione quod vrinas promoueat.

A ἅπερ οὖν ἐπῄνηται διαιτήματα τοῖς θερμοῖς τὴν κρᾶσιν, ἐπὶ τῆς ἀκμῆς, καὶ σύμμετρον ἐξ ἀρχῆς ἔχουσιν ὑγρότητα, ταῦτα μᾶλλον ἁρμόττει τοῖς φύσει θερμοῖς καὶ ξηροῖς. εὔδηλον δ' ὅτι τὴν ποσότητα τῆς ὑπεροχῆς τοῦ κρατοῦντος στοιχείου, σκεπτέον ἐστὶν ἐν τοῖς μάλιστα, τοσοῦτον γὰρ ἐπιτείνειν τε, καὶ ἐκλύειν, ἢ αὐξάνειν χρὴ τὸ τῆς διαίτης εἶδος, ὅσον ὑπὲρ τὸ κατὰ φύσιν, ηὔξηταί τε καὶ μεμείωται τὰ τῆς κράσεως στοιχεῖα, διὸ καὶ τοὺς ὑγροτέρους τε, καὶ τοὺς φύσει θερμοτέρους, εἰ μὲν ὑπαλλάττειν αὐ-
B τῶν ἐθέλοις τὴν κρᾶσιν ἐπὶ τὸ ξηρότερόν τε καὶ ψυχρότερον εἶδος, χρὴ διὰ τῆς ἐναντίας διαίτης ἄγειν, εἰ δὲ φυλάττειν, διὰ τῶν ὁμοίων. αἱ δὲ τοιαῦται φύσεις, ἐν τῇ τῶν παίδων ἡλικίᾳ, ῥευματικοῖς τε καὶ πληθωρικοῖς ἁλίσκονται νοσήμασι, καὶ πρὸς τούτοις γε, σηπεδονώδεσι. δέονται τοίνυν γυμνασίων πλεόνων, ἀκριβοῦς τε τῆς ἐν τῇ γαστρὶ πέψεως· ὅσα γὰρ ἐν ταύτῃ διαφθείρεται, νοσημάτων σηπεδονωδῶν ὑπόθεσις γίνεται παντὶ τῷ σώματι, διὸ καὶ πρὸ τροφῆς, δὶς καὶ τρὶς οὗτοι λουόμενοι, καὶ τοῖς αὐ-
C τοφυέσι θερμοῖς ὕδασιν οὗτοι χρώμενοι, μάλιστα ὠφελοῦνται, σκοπὸς γὰρ ἐπ' αὐτῶν ἐστιν αὐτὰ μὲν τὰ μόρια τοῦ ζώου, φυλάττειν ὑγρά, κοινὸν ὂν τοῦτο πάσης κράσεως, εἴ γε καὶ τοὐναντίον αὐτῆς, θᾶττον ἐπὶ τὸ γῆρας ἄγει τὰ σώματα τῶν ζώων ἁπάντων, αὐτό τε τὸ θνητὸν εἶναι τὸ γεννητὸν σῶμα, τὴν αἰτίαν ἔχει· ὡς εἴγε δυνατὸν ἦν, ἀεὶ διαφυλάττειν ὑγρὰν τὴν κρᾶσιν τοῦ σώματος, ὁ τοῦ σοφιστοῦ λόγος, ὃν ἐν ἀρχῇ διῆλθον, ἀθάνατον ἐπαγγελλόμενος ποιήσειν τὸν αὐτῷ πειθόμενον, ἀληθὴς ἦν. ἀλλ' ἐπεὶ τὴν φυσικὴν ὁδὸν, τὴν ἐπὶ τὸ ξηραίνεσθαι τὸ σῶμα, φυγεῖν οὐκ
D ἔστιν, ὡς ἐδείχθη, διὰ τοῦτο γηρᾶν ἀναγκαῖον ἡμῖν ἐστι, καὶ φθείρεσθαι, πολυχρονιώτατος δ' ἂν ὁ ἥκιστα ξηραινόμενος γένοιτο, τὸ δ' ὑγρᾶς διαίτης, περιττώματά τε καὶ πλῆθος χυμῶν γεννώσης, χαλεπὸν γὰρ κρατῆσαι τῆς συμμετρίας, ὡς μήτε νόσοις ἁλίσκεσθαι, μήτε ταχέως γηρᾶν. ὅσον δ' αὖ ἐπὶ τῇ κράσει, πολυχρονιώτατοι πάντων εἰσὶν οἱ ὑγρότατοι, καὶ μέντοι καὶ ὑγιαίνουσιν, ἐπειδὰν κρατυνθῇ τὸ σῶμα τῶν ἄλλων μᾶλλον, ὥσπερ καὶ ἰσχυρότεροι, μέχρι γήρως ἐσχάτου, τῶν τὴν αὐτὴν ἡλικίαν ἐχόντων εἰσί, καὶ κατὰ τοῦτο, ἐπῄνηται, σχεδὸν ὑπὸ πάντων ἰατρῶν τε καὶ φι-
E λοσόφων, ὅσοι τὰ στοιχεῖα τοῦ σώματος ἀκριβῶς ἔγνωσαν, ἡ κρᾶσις αὕτη· καὶ μέντοι καὶ διὰ τοῦτο, μόνη τισὶν ἔδοξε κατὰ φύσιν εἶναι, κρείττων γὰρ ἐν τῷ χρόνῳ τῶν ἄλλων γίγνεται, τό γε κατ' ἀρχάς, οὖσα χείρων, ὥστε καὶ τὸν ἐπιστατοῦντα τῷ τοιούτῳ σώματι, τῶν ἀπορροιῶν, αὐτοῦ προνοεῖσθαι χρή, διά τε γυμνασίων ὡς ἔφην, καὶ λουτρῶν, πρὸ τροφῆς πλεόνων, ἐκκρίσεώς τε τῶν δι' οὔρων καὶ γαστρὸς γιγνομένων. οὐδὲν δὲ κωλύει καὶ ἀποφλεγματισμοῖς ποτε χρῆσθαι, καὶ καθάρσεσιν. εὐχύμοις τε πρὸ πάντων ἐδέσμασιν, οἴνων τε πόσει, τῶν οὔρησιν κινούντων.

F

CAPVT IV.

De regendo corpore frigidiore, quod vel mediocriter se habeat, vel excellat altera contrarietate.

ET de calidis quidem temperamentis abundè dictum est; de frigidis deinceps agendum. Sunt porrò, & horum tres summæ differentiæ. Nam, aut modicè se habent in altera dispo-

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Δ'.

Περὶ προνοίας τοῦ ψυχροτέρου σώματος, εὐκράτου μὲν κατὰ τὴν ἑτέραν ἀντίθεσιν, ἢ δὲ κατά τινα τὴν ἐναντιότητα ἐπικρατοῦντος.

ΠΕρὶ μὲν οὖν τῶν θερμῶν κράσεων, αὐτάρκως εἴρηται. περὶ δὲ τῶν ψυχρῶν, ἐφεξῆς ἂν εἴη λεκτέον. εἰσὶ δὲ καὶ τούτων αἱ μέγισται διαφοραὶ, τρεῖς. ἤτοι γὰρ εὔκρατοι κατὰ

τὴν ἑτέραν ἀντίθεσιν, ὡς μηδὲν μᾶλλον ὑγρὰς ἢ ξηρὰς ὑπάρχειν, ἢ τὸ ὑγρὸν, ἢ τὸ ξηρὸν ἐν αὐταῖς ἐπικρατεῖν. χείριστη δ' εἰκότως ἐστὶν ἡ ξηρὰ κρᾶσις, ὃ γὰρ ἐν τῷ χρόνῳ τοῖς γηρῶσι γίγνεται, τοῦτ' εὐθέως ἐξ ἀρχῆς ὑπάρχει τούτοις. ὑγραίνειν τε οὖν αὐτοὺς χρὴ καὶ θερμαίνειν. ἔσται δὲ τοῦτο γυμνασίοις συμμέτροις καὶ τροφαῖς ὑγραῖς τε καὶ θερμαῖς, οἴνου τε πόσει τῶν θερμοτέρων, ὕπνοις τε πλείοσι, προνοουμένων ἡμῶν, ὅπως τὰ καθ' ἑκάστην ἡμέραν ἐν τῷ σώματι γινόμενα περιττώματα, τῆς τε τροφῆς καὶ τοῦ πόματος, ἐκκενῶται πάντα. περὶ δὲ τῶν ἀφροδισίων, εἴρηται μὲν καὶ πρόσθεν, ὡς ἅπαντας μὲν τοὺς ξηροτέρους τῇ κράσει βλάπτει, νυνὶ δ', ὅτι τούτων αὐτῶν μάλιστα, τοὺς πρὸς τῇ ξηρότητι, καὶ ψυχρούς. ἀβλαβῆ γὰρ ἀφροδίσια μόνοις τοῖς ὑγροῖς καὶ θερμοῖς ἐστι, καὶ ὅσοις φύσει πολυσπέρμοις. περὶ οὖν ἐν ταῖς ἀνωμάλοις κράσεσιν αὐτίκα λεχθήσεται. μοχθηραὶ δὲ καὶ αἱ μεθ' ὑγρότητος ψυχραὶ κράσεις εἰσὶ, καὶ μάλιστα αὗται τοῖς ῥευματικοῖς ἁλίσκονται νοσήμασιν, ὀνίνησι δ' αὐτὰς, ἀλουσία τε, καὶ γυμνάσια, καὶ δίαιται λεπτότεραι, καὶ χρίσματα μετρίως θερμαίνοντα, περὶ ὧν τῆς ἰδέας ἔμπροσθεν εἴρηται, κατὰ τὸν περὶ τῶν κόπων λόγον. ὅσοι δὲ ψυχρότεροι μέν εἰσι φύσει, συμμέτρως δ' ἔχουσι τῆς κατὰ τὸ ξηρόν τε καὶ ὑγρὸν κράσεως, ἧττον οὗτοι τῶν καὶ κατὰ ταῦτα δυσκράτων, εἰσὶ μοχθηροὶ, πρὸς ὑγείαν τε καὶ ῥώμην σώματος. ἐπεγείρειν οὖν αὐτῶν χρὴ καὶ ῥωννύναι τὴν θερμασίαν. ἐν δὲ τῇ καθ' ὑγρότητα καὶ ξηρότητα τῆς ὅλης διαίτης ἰδέᾳ, τὸ μέσον ἐκλέγεσθαι. ταῦτά μοι σύμπαντα, περὶ τῶν ὁμαλὴν τὴν δυσκρασίαν ἐχόντων εἴρηται, τουτέστιν, ὁμοίως ἅπαντα μόρια, πρὸς τὸ θερμότερον, ἢ ψυχρότερον, ἢ ὑγρότερον, ἢ ξηρότερον ἐκτετραμμένα.

A sitione, ita vt nec humidi sint, nec sicci; aut humidũ, vel siccum in ipsis dominatur; pessima tamen meritò sicca temperies est; quippe quod temporis spatio senescentibus accidit, id his statim ab initio contingit. Ergo istos humectare, calefacereque oportebit. Id fiet exercitatione modica, & nutrimento humectante, ac calido, præterea vini calidi potione, & somno liberaliore, illud interim prouidentibus nobis, vt excrementa omnia, quæ, vel ex cibis, vel potu proueniunt, quotidie expellantur. De veneris vsu dictum supra est, eam omnibus qui sicco temperamento sunt, inimicam esse. Nunc verò etiam ex hoc
B numero potissimum aduersa est iis, qui supra siccitaté frigidi quoque sunt. Nam innoxia venus est solis calidis & humidis; tũ verò, iis qui genitura naturaliter abundant; de quibus inter inæqualia temperamenta mox dicetur. Mala verò, & illa frigida temperamenta sunt, quæ cum humiditate coniunguntur, & ea maximè fluxionum morbis tentantur. Succurritur his & balnei abstinentia, & exercitio, & tenuiore victu, & vnctionibus, quæ modicè calefaciant; quarum forma narrata priùs est, vbi de lassitudine egimus. At qui frigidi natura sunt, cæterùm in sicci humi-
C díque temperie modicè se habent, minus ij, vel ad sanitatem, vel ad corporis robur sunt inepti, quàm qui in illis sunt intemperati: horum igitur excitare firmareque calorem expediet. In humiditatis verò siccitatisque specie tota victus ratio media est exhibenda. Atque hæc mihi omnia de iis dicta sunt, quos æqualis intemperies premit, hoc est quibus omnes corporis partes ad calidius vel frigidius, humidius, vel siccius similiter sunt inclinatæ.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ε'.

Περὶ προνοίας τῶν τὴν ἄμεμπτον ἐχόντων κατασκευὴν, βιούντων δὲ βίον δουλικόν.

ΠΕρὶ δὲ τῶν ἀνώμαλον ἐχόντων τὴν κατασκευὴν τοῦ σώματος, οὐκ ἐγχωρεῖ διὰ βραχέων εἰπεῖν. ἐπειδὴ πολλαὶ τῶν τοιούτων παραλλάξεις εἰσὶν, ἄλλων ἄλλο μόριον ἐχόντων δύσκρατον. ἀλλὰ κἂν δύο μόρια δύσκρατα ἔχωσί τινες, παραλλάξεις καὶ τούτων γίγνονται πολλαὶ, καὶ διὰ τοῦτο πρότερον εἰπόντες ὅσα τῷ τε τὴν ἄμεμπτον ἔχοντι κατασκευὴν, βιοῦντι δὲ βίον δουλικὸν, ἢ πραγματευτικὸν, ἢ ὅπως ἄν τις ὀνομάζειν ἐθέλοι, ποιητέον ἐστὶ, καὶ μετὰ ταῦτα, ὅσα τοῖς ὁμαλὴν τὴν δυσκρασίαν ἐν ὁμοίῳ βίῳ, μεταβησόμεθα τηνικαῦτα πρὸς τοὺς ἀνώμαλον ἔχοντας ἐν τοῖς τοῦ σώματος μέρεσι τὴν κατασκευήν. ἄμεμπτον δὲ κατασκευὴν σώματος, ὡς πολλάκις εἴρηται, κατὰ πλάτος νοητέον ἐστὶν, ὥσπερ καὶ αὐτὴν τὴν ὑγείαν. οὔτε γὰρ ὑγιαίνειν τις ἡμῶν δόξειε τὴν γ' ἀκριβῶς ἄμεμπτον ὑγείαν οὐκ ἔχων, οὔτ' ἀμέμπτως κατεσκευάσθαι τὸ σῶμα. λέγουσι δ' ὑγιαίνοντας μὲν, ὅσοι μήτ' ὀδυνῶνταί τι μέρος τοῦ σώματος, εἴς τε τὰς κατὰ τὸν βίον, ἐνεργείας ἀπαραπόδιστοι τυγχάνουσιν ὄντες. οὕτω δὲ καὶ κατασκευὴν σώματος ἄμεμπτον ἔχειν, ὅταν μήτ' ὑπὸ τῶν ἔξωθεν αἰτίων ἑτοίμως εἰς νόσον ἄγηται, μήθ' ὑπὸ τῶν ἐξ αὐτῶν, διορισμένου δηλονότι τοῦ νοσεῖν ἐνίους συνεχῶς, οὐ διὰ τὴν οἰκείαν κατασκευὴν τοῦ σώματος, ἀλλὰ καὶ διὰ μοχθηρὰν δίαιταν,

D

CAPVT V.

De regendis iis qui sunt inculpato corporis statu, & vitam seruilem viuunt.

DE iis verò qui inæqualem corporis constitutionem habent, non potest paucis disseri, propterea quòd numerosæ horum varietates sunt; quum aliis alia pars malè temperata sit. Sed & si duas tantùm quis intemperatas habeat, harum quoque varietates non paucæ sunt, proindeque quum priùs docuero quænam iis exhibenda sint, quibus iuculpatus qui-
E dem est corporis status, viuunt autem vitam seruilem, siue negotiosam, siue quouis modo aliter appellare placet; ab iis verò, quænam iis, qui æqualem intemperiem habent in simili viuendi genere; transibimus dehinc ad eos, qui inæqualem in corporis partibus statum habent. Ergo salubris, & inculpatus corporis status in latitudine (vt sæpe dictum est) intelligi debet; sicuti etiam ipsa sanitas. Nam neque sanus esse quisquam nostrum videri potest, ea saltem, quæ omninò inoffensa inculpatáque sit, sanitate, neque inculpabili esse corporis
F statu. At sanos esse dicunt, qui nec parte aliqua corporis dolent, & ad vitæ munera haudquaquam sunt impediti: pari modo, & corporis statu illæso esse, quum nec ab externis causis facilè incidunt, nec ab internis; Illo nimirum pro re certa prius definito, assiduè ægrotare aliquos non ob proprium corporis statum, sed propter vitiosam victus rationem, dum

dum aut in desidia vitam agunt, aut nimium laborant; aut in ciborum qualitate, quantitatéve, aut tempore, peccant; aut exercitium aliquod noxium exercent; aut in somni modo, aut veneris immodico vsu falluntur, aut etiam ægritudine animi, curísque parum necessariis, se macerant. Quippe non paucos nouimus eiusmodi de causis quotannis ægrotare; quos tamen non dixeris vitioso corporis esse statu, sicut eos, qui, quum in nullo horum, quorum recensui deliquerint, tamen perpetuò ęgrotant. Ergo primum propositus sermoni is esto, qui corporis statum in latitudine inculpatum habet, quíque alteri viuens, toto die ministrat, aut maximo magistratui, aut Monarchæ; cæterum ad extremum diei liber à domino discedit. Quo loco rursus definiendum nobis est, quem finem diei dicimus, quando aliàs lectori sermo noster imponat, nisi certam determinationem assequatur. Si enim dixero secedere tum primum hominem ad corporis sui curam, quum Sol occidit, nec adiecero quo die id velim, circáne solstitium æstiuum, an brumale, an circa ęquinoctia, an alio quopiam tempore, quod intercedit inter ea, quæ dicta sunt, non possunt commoda præcepta tradi. Romæ enim maximi dies, ac noctes, paulo maiores quindecim æquinoctialibus horis sunt; contrà minimi, paulò infra nouem. In magna verò Alexandria maximus dies quatuordecim horarum est, minimus decem. Ergo, qui in breuissimis diebus, & longissimis noctibus à ministerio occidente Sole redit, huic fricari per otium, & lauari, & modicè dormire licet. Porrò nemo est, cui nec in maximis, nec etiam his, non liceat aliquid mediocriter agere; nec ipse profectò quenquam noui tam infœlici vitæ sorte vsum. Antoninus enim qui Imperatorum, quos ipsi vidimus, citissimè ad curam corporis venit, breuissimis diebus Sole occidente in palæstram ingreditur, longissimis autem hora nona, aut ad summum decima. Quare licet iis qui illi in diurnis officiis assistunt, vbi discessere, reliquo diei tempore corporis curam agere ita, vt Sole occidente ad somnum se conuertant. Nā, quum minima nox nouem horas æquinoctiales æquet, abundè his fuerit, si id totum tempus in somno sumpserint. Ergo videndum est, assuetúsne per anteactam vitam exercitationi talis minister fuerit, an citra exercitationem lauari. Nam sunt, qui ne eousque sui curam habeant, vt frictionem quidem sibi adhibeant, sed protinus perfusi oleo, balneum ingrediantur, aut etiam strigili tantùm arrepto, quo sudorem in ipso balneo abstergeant. Ac nonnulli quidem hanc consuetudinem modicè ferunt ita, vt aliqui eorum, nec assiduè ægrotent, vtique quibus libera corporis transpiratio est: eosdem aliqui, tum medicorum, tum gymnastarum, raro corporis habitu homines appellant. Quin dictum & ab Hippocrate est huic generi hominum sanitatem magis constare. Ait enim, *Raritas corporis ad transpirationem, quibus plura per cutim feruntur, salubrior; quibus pauciora, minus salubris.* Hanc corporis naturam ad aliam consuetudinem transferre non oportet, sed nec vllam omninò aliam naturam, nisi quæ longo iam tempore ægrotat.

A ἤτοι γ' ἀργὸν βίον βιοῦντας, ἢ ὑπερπονοῦντας, ἢ περὶ τὰς τῶν σιτίων ποιότητας, ἢ ποσότητας, ἢ καιροὺς ἁμαρτάνοντας, ἢ τινα τῶν ἐπιτηδευμάτων βλαβερῶς ἐπιτηδεύοντας, ἢ περὶ τὴν τῶν ὕπνων ποσότητα σφαλλομένους, ἢ χρῆσιν ἀφροδισίων ἄμετρον, ἢ καὶ συντήκοντας ἑαυτοὺς, ἐν λύπαις, καὶ φροντίσιν οὐκ ἀναγκαίαις. οἶδα γὰρ παμπόλλους, διὰ τοιαύτας αἰτίας, νοσοῦντας καθ' ἕκαστον ἐνιαυτὸν, ἀλλ' οὐ φήσομεν αὐτοὺς κακῶς κατεσκευάσθαι τὸ σῶμα, καθάπερ ἐκείνους, ὅσοι μηδὲν ἁμαρτάνοντες ὧν κατέλεξα, συνεχῶς νοσοῦσιν. ὑποκείσθω τοίνυν ἐν λόγῳ πρῶτος, ὁ τὴν κατὰ πλάτος ἄμεμπτον ἔχων κα-

B τασκευὴν σώματος, ἐν βίῳ δουλικῷ, δι' ὅλης ἡμέρας ὑπηρετῶν, ἤτοι τῶν μεγίστων δυναμένων τισὶν, ἢ μονάρχων. χωριζόμενος δὲ τοῦ δεσπότου, περὶ τὰ πέρατα τῆς ἡμέρας. ἀφορίσαι δὲ πάλιν ἐπὶ τούτου χρὴ τίνα λέγω πέρατα, παρακρούσεται γὰρ ὁ λόγος ἐργάσεται τοῖς ἀναλεγομένοις αὐτὸν, εἰ μὴ τύχοι διορισμοῦ προσήκοντος. ἐὰν γοῦν εἴπω χωρίζεσθαι τηνικαῦτα πρῶτον εἰς τὴν ἐπιμέλειαν τοῦ σώματος, ἡνίκα ὁ ἥλιος δύνῃ, μὴ προσθεὶς ὁποίας ἡμέρας λέγω, πότερον τὰς περὶ τὰς θερινὰς τροπὰς, ἢ χειμερινὰς, ἢ κατά τινα τῶν ἰσημερινῶν, ἢ χρόνον ἑκάτερον ἐν τῷ μεταξὺ τῶν εἰρημένων καιρῶν, ἀδύ-

C νατόν ἐστι συμφερούσας ὑποθήκας ποιήσασθαι. κατὰ γοῦν τὴν Ῥωμαίων πόλιν, αἱ μέγισται μὲν ἡμέραι καὶ νύκτες, βραχὺ μείζους ὡρῶν ἰσημερινῶν, ιε'. γίνονται. καθάπερ γε πάλιν αἱ ἐλάχισται, μικρὸν ἀποδέουσαι τῶν θ'. κατὰ δὲ τὴν μεγάλην Ἀλεξάνδρειαν, ιδ'. μὲν ὡρῶν, αἱ μέγισται, ι'. δὲ, αἱ σμικρόταται. ὁ μὲν οὖν ταῖς σμικροτάταις μὲν ἡμέραις, μεγίσταις δὲ νυξὶν ἀφιστάμενος τῆς ὑπηρεσίας, ἡλίου δυομένου, κατατρίψασθαι κατὰ σχολὴν, καὶ λούσασθαι δύναται, καὶ κοιμηθῆναι συμμέτρως. οὐδεὶς δ' ἐστὶν ὃς οὐδ' ἐν ταῖς μεγίσταις, οὐδ' ἐν τούτοις οἷός τ' ἐστὶ, τὶ πρᾶξαι μετρίως· οὐ μὴν οὐδ' ἔγνων

D τινὰ, τοιαύτῃ δυστυχίᾳ βίου χρησάμενον. ὁ γοῦν, ὧν ἴσμεν αὐτοκρατόρων, ἑτοιμότατα πρὸς τὴν τοῦ σώματος ἐπιμέλειαν ἀφικνούμενος Ἀντωνῖνος, ἐν μὲν ταῖς μικραῖς ἡμέραις ἡλίου δυομένου εἰς τὴν παλαίστραν παρεγίγνετο. κατὰ δὲ τὰς μεγίστας, ὥραν θ'. ἢ τὸ πλεῖστον ι'. ὡς ἔξεστι, τοῖς παραμένουσιν αὐτῷ κατὰ τὰς ἡμερησίας πράξεις, ἀπαλλαγεῖσι, προνοήσασθαι τοῦ σώματος ἐν τῷ λοιπῷ μέρει τῆς ἡμέρας, ὡς ἅμα τῷ δῦναι τὸν ἥλιον εἰς ὕπνον τρέπεσθαι. τῆς γάρ τοι σμικροτάτης νυκτὸς, ἴσης οὔσης, θ'. ταῖς ἰσημεριναῖς ὥραις, αὐτάρκης ὁ τοσοῦτος χρόνος αὐτοῖς ὕπνου τυχεῖν. ἐπισκεπτέον οὖν, εἴτε γυ-

E μνάζεσθαι κατὰ τὸν ἔμπροσθεν βίον ὁ τοιοῦτος ὑπηρέτης ἔθος ἔχει, εἴτ' ἀγύμναστος λούεσθαι. τινὲς γὰρ, οὐδὲ ἄχρι τοῦ τρίψασθαι προνοοῦνται σφῶν αὐτῶν, ἀντικρὺς τ' εἰς τὸ βαλανεῖον εἰσίασιν παραχεόμενοι τὸ ἔλαιον, ἢ καὶ στλεγγίδα μόνον λαβόντες, ὡς κατ' αὐτὸ τὸ βαλανεῖον ἀποστλεγγίζεσθαι τὸν ἱδρῶτα. καὶ μέντοι καὶ μετρίως φέρουσι τὸ τοιοῦτον ἔθος ἔνιοι. ὥστε τινὰς αὐτῶν μήτε νοσεῖν συνεχῶς, ἕτοιμοι ὦσιν εὐδιάπνευστοι, καὶ καλοῦσι γε αὐτοὺς, ἀραιοσυγκρίτους, ἔνιοι τῶν ἰατρῶν τε καὶ γυμναστῶν. εἴρηται δὲ καὶ ὑφ' Ἱπποκράτους ὑγιεινοτέρους μὲν εἶναι τοὺς τοιούτους. ἀραιότης γὰρ, φησὶ, σώματος, ἐς διαπνοὴν

F οἷς πλείω φέρεται, ὑγιεινότεροι, ὅσοις δ' ἐλάσσω, νοσερώτεροι. τὴν μὲν δὴ τοιαύτην φύσιν σώματος, οὐ χρὴ μετάγειν, ἐφ' ἕτερον ἔθος, οὐδ' ὅλως οὐδεμίαν, ἀλλ' ὅσαι διὰ τοῦ πολλοῦ χρόνου νοσοῦσιν.

A

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ϛ'.

Ὅπως προνοεῖσθαι δεῖ τοὺς τὸν δουλικὸν βίον βιοῦντας, τοῖς πάθεσι ῥαδίως ἁλισκομένοις.

Εἰ δὲ συνεχῶς τις νοσοίη, σκεπτέον ἐπ' αὐτῷ τὴν αἰτίαν, εὑρεθήσεται δέ, τὴν ἀρχὴν τῆς ζητήσεως ἡμῶν ἀπὸ τοῦ τῶν νόσων εἴδους ποιησαμένων· ὅσα γὰρ ἐκ τῆς ἐντὸς κακίας νοσεῖ τὸ σῶμα, διττὴν ἔχει τὴν πρόφασιν, ἤτοι πλῆθος, ἢ κακοχυμίαν. εἰ μὲν δὴ πληθωρικὰς νόσους νοσεῖν φαίνοιτο, σκοπὸς ἔστω καθόλου εἰς τὴν ὑγιεινὴν δίαιταν αὐτοῦ, ὅπως συμμέτρως ἕξει τοὺς χυμούς· εἰ δὲ διὰ κακοχυμίαν, ὅπως ἀρίστους. ἡ δὲ κατὰ μέρος πρόνοια τῆς μὲν ἐν ποσότητι συμμετρίας, εἰρήσεται πρότερον, τῆς δ' ἐν ποιότητι, δεύτερον. λέγωμεν οὖν ἤδη περὶ τῆς προτέρας, ἐπ' ἀρχὴν ἀναγαγόντες τὸν λόγον. ὅταν ἐλάττω τὰ διαπνεόμενα τοῦ σώματος ᾖ τῶν λαμβανομένων, αἱ πληθωρικαὶ νόσοι γίγνονται. φυλακτέον οὖν ἐστὶ τὴν συμμετρίαν τῶν ἐσθιομένων τε καὶ πινομένων, πρὸς τὰ κενούμενα, σύμμετρος δὲ ἔσται, σκεπτομένων ἡμῶν ἐν ἑκατέροις τὴν ποσότητα, τοὺς μὲν γὰρ αὐτίκα εἰς τὸ βαλανεῖον εἰσιόντας, ἔπειτα τρίψει τε κελεῦσθαι, καί τοι καὶ βραχὺ κινεῖσθαι πρότερον, ὅσοι δ' ἔφθανον ταῦτα ποιεῖν, ἐπ' ὀλίγον μὲν αὐξῆσαι καὶ αὐτὰ ταῦτα, συμβουλεύσομεν· ἀφαιρεῖν δὲ χρὴ καὶ τῆς τροφῆς, ἤτοι τῆς ποιότητος, ἢ τῆς ποσότητος, ἢ καὶ συναμφοτέρων, τοὺς μὲν γὰρ ταχέως ἀθροίζοντας ἀξιόλογον πλῆθος, ἑκατέρων· ὅσοι δ' οὐ ταχέως, ἢ οὐκ ἀξιόλογον, ἀρκέσει θάτερον, ὃ ἂν αὐτὸς ὁ ἄνθρωπος αἱρῆται. τὸ μὲν οὖν τῆς ποσότητος ἀφελεῖν, γνώριμον, τὸ δὲ τῆς ποιότητος, ἐν τῇ τῶν ὀλιγοτρόφων προσφορᾷ ἐδεσμάτων γίγνεται. πολλοὶ γὰρ ἐπὶ χοιρείοις κρέασι διαιτώμενοι, πλῆθος ἀθροίζουσι τάχιστα, δεομένης τῆς τοιαύτης τροφῆς τρίψεών τε καὶ γυμνασίων ἰσχυρῶν. ἐπὶ λάχανα τοίνυν αὐτοὺς ἀκτέον ἐστὶ καὶ χέδροπα, τὰ μὴ πολύτροφα, καὶ ἰχθῦς ὁμοίως καὶ ὄρνιθας, ὅσοι μὴ πολύτροφοι· τῶν δὲ κακοχυμίαν ἀθροιζόντων, οὐχ ὡσαύτως τοῖς τὸ πλῆθος ἀθροίζουσιν, οὐχ εἷς ἐστὶν ὁ σκοπός, ὅτι μηδὲ τῆς κακοχυμίας ἰδέα μία, τινὲς μὲν γὰρ ψυχροτέραν τε καὶ φλεγματικωτέραν ἀθροίζουσι κακοχυμίαν, τινὲς δὲ θερμοτέραν τε καὶ χολωδεστέραν, ἔνιοι δὲ ὑδατωδεστέραν, ὥσπερ ἄλλοι μελαγχολικωτέραν, ἀφεκτέον οὖν ἐστὶν ἑκάστῳ σιτίων τε καὶ ποτῶν, ὅσα πέφυκε γεννᾶν ἑτοίμως τὸν ἀθροιζόμενον αὐτῷ χυμόν. εἴρηται δὲ περὶ αὐτῶν ἱκανῶς, ἐν τρισὶ μὲν ὑπομνήμασιν, ἃ περὶ τῶν ἐν ταῖς τροφαῖς δυνάμεων ἐπιγέγραπται, καθ' ἕτερον δέ, ἐν ᾧ περὶ εὐχυμίας καὶ κακοχυμίας ἡ διαίρεσις γίγνεται, καὶ τούτων δ' ἔξωθεν ἐστὶ τὸ περὶ τῆς λεπτυνούσης διαίτης, ἥτις ἐπιτήδειος τοῖς τὸν καλούμενον ὠμὸν χυμὸν ἀθροίζουσι, γίγνεται, παχὺν μὲν ὑπάρχοντα πάντως, οὐκ ἀεὶ δὲ καὶ γλίσχρον. ἐπὶ πάντων δὲ τούτων, κοινὸν βοήθημα, γαστρὸς ὑπαγωγή, καὶ μάλιστα ὅσοις ἐστὶ φύσει σκληροτέρα, κοινὸν δὲ καὶ τὸ τῶν ἀφροδισίων σύμμετρον.

CAPVT VI.

Quò pacto prospiciendum sit iis corporibus quæ in seruili vita aliquem morbum facile incurrunt.

QVòd si quis assiduè ęgrotet, disquirere in eo causam conueniet. Ea inuenietur, si initium inquisitionis ab ægritudinis specie cœperimus. Quæcunque enim ab interno vitio corpus patitur, ea duplicē causam habent aut plethoram videlicet aut cacochymiam. Ac si quidem plethoræ morbis teneri videatur, huc vniuersa tendet B victus eius ratio, vt succos ad conuenientem modum reuocet; sin cacochymiæ morbis, vt probos humores efficiat. Prius autem specialiter dicetur, quemadmodum prospiciēdum mediocritati sit, quæ in quantitate spectatur: postea verò ei, quæ in qualitate consistit. Itaque iam de priore agamus, ducto tandem ad principium sermone. Vbi quod ex corpore exhalat, minus est iis quæ accedunt, plethoræ oriri morbi solent. Ergo prospiciendum est, vt eorum, quæ eduntur, ac bibuntur, respectu eorum, quæ expelluntur, conueniens mediocritas seruetur. Sanè is modus C seruabitur, si obseruetur à nobis in vtrisque quantitas. Qui enim balneum statim ingrediuntur, iis postea frictione vti, atque etiam prius paulum dimoueri; qui verò hæc priùs obierint, paululùm etiam hæc ipsa inaugere suadebimus, detrahere verò de nutrimenti, vel quantitate, vel qualitate, vel etiam vtraque. Qui enim celeriter insignem abundantiam congerunt, iis de vtraque; qui non celeriter, aut non insignem, iis de altera demptum esse sat fuerit, vtra videlicet homo ipse potiùs voluerit. Ac quemadmodum de quantitate dematur, notum est. De qualitate D demitur, quum exigui nutrimenti cibus apponitur. Siquidem non pauci suilla nutriti, celerrimè copiam acceruant; quum aliàs requirat id nutrimentum, tum frictiones, tum exercitationes planè vehementes. His igitur olera, & legumina, quæ non multum corpori adiiciant, præterea pisces, & aues, quæ multùm item non nutriant, exhibenda sunt. Qui verò vitiosos congerunt succos, ij non perinde, vt qui redundantiam congerunt; vni tantùm rei sunt intenti; quandoquidem nec vnica est vitiosi succi species. Alij enim magis frigidū, pituitosúmque eiusmodi succum E congeruut, alij magis calidum, ac biliosum; nonnulli magis aquosum; alij rursus magis melancholicum. Horum ergo cuique abstinendum ab iis cibis potibúsque est, qui eum, quem colligunt succum facilè gignant. Porrò dictum abundè de his est in tribus libris, qui de alimentorū facultatibus sunt inscripti; itē in alio, qui de probis prauísque succis inscribitur. Est & præter hos, alius de attenuante victu, vtilis profectò iis, qui crudum congerunt succum, qui crassus quidem omninò est, non tamen perpetuò glutinosus. Sanè omnibus his commune auxilium est alui deiectio; potissimùm verò quibus est naturaliter F adstrictior. Communis porrò est, & veneris commoderatio.

A

CAPVT VII.

De ratione cibandi & exercendi eos, qui vitam negotiis districtam obtinent.

QVibus enim inculpata corporis constitutio est, non debent ij (veluti siccis supra præceptum est) à venere omninò abstinere. Illud tamen considerationem maximè desiderat, seméline die an bis sit iis qui eiusmodi vitam agunt comedisse, ex vsu. Eius considerationis caput, est & corporis ipsorum natura; & ab hac, in victus ratione consuetudo; & tertio ab his, si mutare victus rationem videbitur, quo pacto eius mutationem homo ferat. Atque ab ipsa quidem natura, eius, quod conducet, indicatio datur. Et eorum quidem, quibus biliosus venter est (sicuti dictum nobis in quarto iam est, & nunc nihilo minùs dicetur) primi semper ciborum ac potionum sint, qui aluum deiiciant. Ex vinis quidem dulcia, & quæ mollire ventrem possunt; non enim omnia eius sunt generis. Ex cibis, olera cum oleo & garo. Vitanda verò ex vinis sunt austera; ex cibis, qui adstringunt, nisi firmandi oris ventris causa post totam comestionem exhibeantur. Id autem experientia quoque discernendum est; sunt enim quibus adstringentium vsus non solùm haud ingratus, sed etiam ad aluum deiiciendam conducat, propterea, quòd os ventris roborat; quod euidentissimè in iis, qui imbecillius id obtinent, cernitur. Quicunque verò palæstræ exercitiis ante balneũ sunt vsi, priùs quam implicatæ negotiis vitæ se addicerent, iis vt ab ipsis abstinuisse est incommodissimum, ita vt similiter vtantur, præter incommodũ etiam fieri omninò nequit. Ergo exercitatione, quæ apotherapia dicitur (de qua supra egimus) istis vtendum censeo, & simul de suillæ carnis copia nonnihil demendũ. Quoniam verò (vt ante dixi) sunt, quibus ante balneum esitasse aliquid, est melius, dicendum deinceps est tum de hora, qua facere id debent, tum de quantitate eorum, quæ sument, ac qualitate. Ergo, quod ipse facere consueui diebus iis, quibus propter vel infirmos visitandos, vel ciuilia negotia, putaui me seriùs ad balneum accessurũ, id dicere non grauabor. Ponatur dies, quo id fit, tredecim horas æquinoctiales longus; in decimam verò corporis curandi spem esse. Hoc casu visum mihi est circa quartam horam simplicissimum sumendum esse nutrimẽtum, qui vtique solus est panis. Atque ipse quidẽ ita feci. Quibusdam verò pane solo vesci sine obsonio non placet, sed eum cum palmulis, oliuis, melle, aut sale sumunt; sunt etiam, qui post eum bibunt. Ego verò, nec à tali cibo vnquam bibo, & solum panem comedo. Sit autem cuiusque eorum copia, quę decima hora concocta esse possit; quippe si exercitari cupiant, eo maximè pacto citra noxam se exercitent: siquidem non leue incommodum nonnullis accidit, quum repleti cibo se exercitãt; nõnullis enim & caput impletur vaporibus; & in iecinore, aut ponderis sensus, aut distentionis, aut vtriusque percipitur. Ergo, quum tale quippiam contingit, succurrendum ei quamprimùm est; si iecur obstructum sit, iis quæ in viis eius hærentia expediant; si caput repletum est, ambulationibus, sed potissimùm ante cibum; nihil tamen vetat, quin & post cibum.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ζ.

Περὶ διαίτης τε καὶ γυμνασίων τῶν ἐν ἀσχολίᾳ βιούντων.

ΕΠΙ μὲν γὰρ τῶν ἀμέμπτων κατασκευῶν τοῦ σώματος, οὐ χρὴ παντάπασιν ἀφροδισίων ἀπέχεσθαι, καθάπερ ἐπὶ τῶν ξηρῶν ἔμπροσθεν εἴρηται. σκεπτέον δ' ἐν τοῖς μάλιστα, πότερον ἅπαξ ἢ δὶς ἐσθίειν, τοῖς ἐν τῷ τοιούτῳ βίῳ συμφέρει. τῆς σκέψεως δ' ἐστὶ κεφάλαιον ἥ τε τοῦ σώματος αὐτῶν

B

φύσις, ἥ τ' ἐπὶ ταύτην συνήθεια τῆς διαίτης, καὶ τρίτον ἐπ' αὐτοῖς, ἐάν σοι φανῇ μετακινητέον εἶναι τὸ ἔθος, ὅπως αὐτοῦ φέρει τὴν ὑπαλλαγὴν ὁ ἄνθρωπος. ἀπὸ μὲν οὖν τῆς φύσεως, ἡ τοῦ συμφέροντος ἔνδειξις γίγνεται, τῶν μὲν ἐκχολουμένης τῆς γαστρός; εἴρηται μὲν ἤδη καὶ διὰ τοῦδε γράμματος, εἰρήσεται δὲ καὶ νῦν· ἔστω μὲν ἀεὶ τὰ πρῶτα τῶν ἐσθιομένων τε καὶ πινομένων, ὅσα λαπάττει τὴν γαστέρα, τῶν μὲν οἴνων, οἱ γλυκεῖς καὶ ὑπακτικοί, οὐ γὰρ ἅπαντές εἰσι τοιοῦτοι. ἐδεσμάτων τε τὰ λάχανα δι' ἐλαίου τε καὶ γάρου. φυλακτέον δὲ τῶν οἴνων τοὺς αὐστηρούς, ὥσπερ γε καὶ τῶν ἐδεσμάτων τὰ στύ-

C

φοντα, πλὴν εἰ μετὰ τὴν ἐδωδὴν ἅπασαν ἕνεκα τοῦ τονῶσαι τὸ στόμα τῆς γαστρὸς προσφέροιτο γίγνοιτο. κριτέον δὲ καὶ τοῦτο τῇ πείρᾳ. τισὶ γὰρ οὐ μόνον ἄλυπός ἐστιν ἡ τοιαύτη χρῆσις τῶν στυφόντων, ἀλλὰ καὶ συντελεῖ τι πρὸς ὑπαγωγὴν γαστρός, ἐκ τοῦ τονωθῆναι κατὰ τὸ στόμα τὴν κοιλίαν. ἐναργέστατον δέ, ἐπὶ τῶν ἀτονώτερον ἐχόντων αὐτήν, φαίνεται τοῦτο γιγνόμενον, ὅσοι δὲ τοῖς κατὰ παλαίστραν γυμνασίοις ἐχρῶντο πρὸ τοῦ λουτροῦ, πρὶν ἐμπεσεῖν ἀσχόλῳ βίῳ, τούτοις ἀποστῆναι μὲν αὐτῶν βλαβερώτατον, ὁμοίως δὲ χρῆσθαι, πρὸς τῷ βλαβερῷ καὶ ἀδύνατον. ὅπερ οὖν ἔφην ὀνομάζεσθαι γυμνασίων

D

εἶδος ἀποθεραπευτικόν, τούτῳ χρηστέον αὐτοῖς, ἅμα καὶ τοῦ πλήθους τῶν χοιρείων κρεῶν ἀφαιρετέον. ἐπεὶ δὲ ὡς ἔφην, ἐνίοις ἐσθίειν ἄμεινόν τι πρὸ τοῦ λουτροῦ, περί τε τῆς ὥρας ἐν ᾗ τοῦτο πρακτέον αὐτοῖς ἐστι, καὶ περὶ τῆς ποιότητός τε καὶ ποσότητος, ὧν χρὴ προσφέρεσθαι, λεκτέον ἐφεξῆς. ὅπερ οὖν εἴωθα ποιεῖν, αὐτὸς ἐγὼ καθ' ἣν ἂν ἡμέραν ὀψιαίτερον ἡγήσωμαι λούσασθαι, δι' ἀρρώστων ἐπισκέψεις, ἤ τινα πολιτικὴν πρᾶξιν, εἰπεῖν οὐκ ὀκνήσω. ὑποκείσθω μὲν ἡμέρα, καθ' ἣν τοῦτο γίγνεται ιγ΄. τῶν ἰσημερινῶν ὡρῶν, ἐλπίζεσθαι δὲ περὶ δεκάτην ὥραν ἡ τοῦ σώματος ἐπιμέλεια γενήσεσθαι, κατὰ ταύ-

E

την τὴν ὑπόθεσιν, ἔδοξέ μοι περὶ τετάρτην ὥραν προσφέρεσθαι τροφὴν ἁπλουστάτην, ἥτις ἐστὶν ἄρτος μόνος, ἐγὼ μὲν οὕτως αὐτὸς ἔπραξα, τινὲς δὲ οὐχ ὑπομένουσιν ἄρτον ἐσθίειν μόνον, ὄψων χωρίς, ἀλλ' ἤτοι μετὰ βαλάνων φοινίκων, ἢ ἐλαιῶν, ἢ μέλιτος, ἢ ἁλῶν, ἐσθίουσιν, εἶτα καὶ πίνουσιν ἔνιοι τινὲς αὐτῶν; ἐγὼ δὲ οὐκ ἔπιον ποτε ἐπὶ τοιαύτῃ τροφῇ, καὶ μόνον ἔφαγον τὸν ἄρτον. ἔστω δ' αὐτῶν πλῆθος ἑκάστου τοσοῦτον, ὅσον ἄχρι τῆς δεκάτης ὥρας ἐν τῇ γαστρὶ πεφθῆναι δύναται; καὶ γὰρ εἰ γυμνάζεσθαι βούλοιντο, μάλιστα ἂν οὕτως ἀβλαβῶς γυμνάσαιντο. βλάβη γὰρ ἐνίοις οὐ σμικρὰ γίγνεται

F

γυμναζομένοις ἐν τῷ πλήθει σιτίων; ἐνίοις δέ, καὶ ἡ κεφαλὴ πληροῦται, καὶ κατὰ τὸ ἧπαρ αἴσθησις γίγνεται τάσεως, ἢ βάρους, ἢ ἀμφοῖν, ὅταν οὖν τι τοιοῦτον συμβαίνῃ, θεραπευτέον αὐτὸ παραχρῆμα, τὰς μὲν κατὰ τὸ ἧπαρ ἐμφράξεις, διὰ τῶν ἐκφραττόντων, τὰς δὲ τῆς κεφαλῆς πληρώσεις, διὰ περιπάτων, μάλιστα μὲν πρὸ τροφῆς. οὐδὲν μὴν κωλύει, καὶ μετὰ τὴν τροφήν,

ἀλλὰ τούτοις μὲν, ἐσχάτως βραδεῖς ποιεῖν προσήκει, τοὺς δὲ πρὸ τῆς τροφῆς, συντονωτέρους μὲν τούτων, οὐ μὴν τοιούτους, ὁποίους ἐπειγόμενοι πρός τινα πρᾶξιν ἐνεργοῦμεν. ὅσα δ' ἐκφράττει τὸ ἧπαρ, ἁρμόζει καὶ ταῦτα ταῖς βραδυπεψίαις, ἄριστα δ' αὐτῶν ἐστιν, ὀξύμελί τε, καὶ τὸ διὰ τριῶν πεπέρεων, ἐν ᾧ μηδὲν μέμικται τῶν ἀήθων φαρμάκων, καὶ ἡ λεπτύνουσα δίαιτα, ταῦτα γὰρ βραδυπεψίας ἐπανορθοῦται, καὶ τὰς κατὰ τὸ ἧπαρ ἐμφράξεις ἰᾶται. διαφθορᾶς δὲ τῶν ἐν τῇ γαστρὶ σιτίων γινομένης, οἷς μὲν ὑπέρχεται τὰ διεφθαρμένα, μέγιστον ἐφόδιον εἰς ὑγίειαν ἔχουσιν, οἷς δὲ οὐχ ὑπέρχεται, διὰ τῶν ἀλύπως ὑπαγόντων, ἐρεθιστέον. ἔστι δὲ ταῦτα τό, τε διοσπολιτικὸν ὀνομαζόμενον φάρμακον, ὅταν ἴσον τοῖς ἄλλοις λάβῃ τὸ νίτρον, τό, τε διὰ τῶν ἰσχάδων τε, καὶ τοῦ κνίκου, ὅσα τ' ἄλλα διὰ κνίκου, ἢ ἐπιθύμου συντίθεται, τοῖς δ' οὕτω διακειμένοις ἀνθρώποις, συμφέρουσι καὶ οἱ πρὸ τροφῆς ἔμετοι· ἔμετος δὲ δι' οἴνου πόσεως γλυκέος γινόμενος. συμβουλεύειν δὲ αὐτοῖς χρὴ μηδὲν κνισσῶδες, ἢ βρωμῶδες, ἢ ὅλως εὔφθαρτον ἔδεσμα προσφέρεσθαι, τὰ καλούμενα δὲ ὑπὸ τῶν ἰατρῶν εὔχυμα, ταῦτα ἐκλέγεσθαι. γέγραπται δὲ περὶ αὐτῶν ἑτέρωθι, κατὰ τὸ περὶ τῆς εὐχυμίας τε καὶ κακοχυμίας ὑπόμνημα· γέγραπται δὲ, ὡς ἔφην ἤδη, κἀν τοῖς τρισὶν ἐν οἷς περὶ τῆς ἐν ταῖς τροφαῖς δυνάμεως, ὁ λόγος ἐστίν. ἐπιτήδειον δὲ τοῖς οὕτως ἔχουσιν ἀνθρώποις, ἐκ διαλειμμάτων χρόνου συμμέτρου, τῆς γαστρὸς ὑπαγωγὴ διὰ τῶν μετρίως καθαιρόντων, ὁποῖόν ἐστι δι' ἀλόης πικρὸν, οὕτως γὰρ αὐτὸ καλοῦσι πολλοὶ τῶν ἰατρῶν, ὥσπερ ἔνιοι πικρὰν θηλυκῶς. ἐὰν δ' ἐπιτρέψῃς πολλῷ χρόνῳ τὴν κακοχυμίαν ἀθροίζεσθαι, νόσημά τι χαλεπὸν αὐτοῖς συμβήσεται. καὶ δύνανταί γε τὴν τοιαύτην ἑαυτῶν πρόνοιαν ποιεῖσθαι κατὰ τὰς ἡμέρας ἐκείνας, ἐν αἷς ἑορτή τίς ἐστι δημοτελής, ἐλευθεροῦσα τῆς δουλικῆς ὑπηρεσίας αὐτούς. ἀλλὰ δι' ἀκρασίαν, οὐ μόνον οὐδὲν ποιοῦσιν εἰς ἐπανόρθωσιν, τῶν κατὰ τὸ σῶμα μοχθηρῶς ἠθροισμένων, ἀλλὰ καὶ προσεπιπληροῦσιν αὐτά, κακῶς διαιτώμενοι κατὰ τὰς ἑορτάς. ἁλίσκονται τοιγαροῦν νοσήμασιν, ἐνίοις μὲν αὐτῶν οὕτως χρονίοις, ὡς ἐν ἁπάσῃ τῇ ζωῇ παραμένειν, ὁποῖόν ἐστι καὶ ἥ τε ποδάγρα, καὶ ἡ ἀρθρῖτις, καὶ ἡ νεφρῖτις· ἔνιοι δὲ, ὀξέσι μὲν, ἀλλ' ἐνοχλοῦσιν αὐτοῖς, ἤτοι καθ' ἕκαστον ἔτος, ἢ πάντως γε διὰ δυοῖν, τινὲς δὴ καὶ δὶς οὕτω νοσοῦσιν καθ' ἓν ἔτος.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Η'.

Τὰ τῆς ἰσχνότητός τε καὶ παχύτητος βοηθήματα.

Ἡ δ' ὑγιεινὴ τέχνη, τοὺς πειθομένους αὐτῇ διαφυλάττειν ὑγιαίνοντας ἐπαγγέλλεται, τοῖς δ' ἀπειθοῦσιν, ἐν ἴσῳ καθέστηκεν, ὡς εἰ καὶ μηδόλως ἦν. ἀπειθοῦσι δ', ἔνιοι μὲν ὑπὸ τῆς ἐν τῷ παραχρῆμα νικηθέντες ἡδονῆς, οὓς ἀκρατεῖς τε καὶ ἀκολάστους ὀνομάζομεν, ἔνιοι δὲ ὑπὸ φιλοτιμίας, ἣν ὀνομάζουσιν οἱ Ἕλληνες κενοδοξίαν, ὁποῖος ἦν καὶ ὁ πάντα μᾶλλον ὑπομείνας παθεῖν, ἢ πιττοῦσθαι συνεχῶς ὅλον τὸ σῶμα, συμβουλευόντων αὐτῷ τῶν ἰατρῶν τὸ βοήθημα τοῦτο, διὰ τὴν ἰσχνότητα. γίγνεται δ' αὕτη, τισὶ μὲν, ἐπὶ τῇ καθ' ὅλον τὸ σῶμα δυσκρασίᾳ, κατὰ τὴν ἐπὶ τὸ ξηρόν τε καὶ ψυχρὸν ὑπερβολήν. ἐνίοις δὲ, διὰ τὴν ἀναδοτικὴν δύναμιν, ἢ θρεπτικὴν, ἢ ἀμφοτέρας ἀρρωστοτέρας, οὔσας φύσει:

A Cæterùm has quammaximè lentas esse expedit; illas, quæ ante cibum sunt, his quidem citatiores, non tamen quales festinabundi vsurpamus, opere aliquo vrgente. Quæ verò iecinoris meatus obstructos expediunt, eadem tarditati concoctionis conducunt; horum optima sunt oxymel, & diatrionpipereon, in quo nullum immixtum fit medicamentum non familiare; ad hæc, extenuans victus. Hæc enim tarditatem concoctionis corrigunt, & obstructiones iecinoris liberant. Vbi verò corruptio ciborũ in ventre accidit, quibus id, quod corrũpitur, in aluum descendit, iis maximum id compendium ad sanitatem est; quibus verò non descendit, ij prouocandi iis sunt, quæ leuiter deiiciunt; cuiusmodi sunt diospoliticon, vtique quum pari cum reliquis pondere nitrum immixtum habet, & quod ex ficis, & cnico cōponitur, aliáque, quæ ex cnico, vel epihtymo cōficiuntur. Porrò iis, qui ita sunt affecti, etiã vomitus ante cibũ conducit, vomitus autem vini dulcis potione prouocatus. Consulendum verò his est, ne quid fumidũ, aut male olēs, at denique facilè corruptibile nutrimentum accipiant, sed quæ boni succi vocantur à medicis, ea potius eligant. Scriptum verò de his alibi est in iis quæ de boni malíque succi cibis prodidimus; scriptum verò etiam est, vt iam dixi, in illis tribus quos de alimentorum facultatibus inscripsimus. Percommodum verò iis qui ita se habent hominibus est, & si ex conueniente temporis interuallo aluum subducant per ea quæ modicè purgent, cuiusmodi est dialoës amarum, sic enim plerique medicorum vocant, quemadmodum aliqui in fœminino genere amaram. Si verò longo tempore vitiosum succum augeri sinas, grauis quispiam morbus ipsis continget. Sanè possunt eiusmodi sibi curam impendere iis diebus, quibus publicum aliquod festum celebratur, quo nimirum liberi à seruili ministerio sunt. Verùm multi per intemperantiam adeò nihil agunt, quò quod vitiosum in corpore collectum est corrigant, vt etiam cumulatiua congerant, dum vitioso cibo in ipsis festis vtuntur. Quo fit vt aliis eorum diutini morbi contingant à quibus tota vita explicare se nequeunt, cuius generis mala sunt & podagra, & articularis morbus, & renum inflammatio; aliis acuti, sed qui vel singulis annis infestent, vel certè alternis omninò; aliqui verò etiam bis ita in vno anno laborant.

CAPVT VIII.

Gracilitatis & obesitatis remedia.

ARs verò sanitatis tuendæ iis qui sibi paruerint, constantem sanitatem promittit; qui verò parere recusant, iis perinde est ac si omninò non esset. Recusant autem alij ab ipsa in præsens voluptate victi, quos incontinentes intemperantésque nominant; alij ambitione, quam Græci hodie vanam gloriam vocant; quorum is erat qui quiduis potiùs sustinuisset quàm picem sibi toto corpore continenter illini, suadentibus id medicis pro gracilitatis remedio; hæc enim nonnullis propter totius corporis in sicci frigidíque excessu intemperiem oritur: nonnullis verò propter digerentis in corpus, vel nutrientis, vel etiam ambarum facultatum naturalem imbecillitatem.

Porrò

Porrò omnibus qui ita sunt affecti, auxiliatur vnguẽti genus quod à Græcis hodie dropax dicitur, vtpotè quod & distribuendo in corpus alimento, & nutritioni conducit. Et sanè multos ex iis qui priùs graciles fuere, videre licet hoc remedio obesos redditos, potissimùm quibus digerẽdi facultas infirma erat, nutriendi verò firma, sed quæ per aptæ materiæ penuriam affatim nutrire non potuit, quod ei nimirum ex deducendi in corpus alimenti defectu incommodum accedit. Verùm aliqui per ambitionem (vt dixi) ne, sicut delicati, aut qui formæ plus satis indulgẽt, pice vngi videãtur, refugiunt eiusmodi auxiliũ, atque aliud quippiam sibi à nobis excogitari gracilitatis remediũ iubent; quum tamen nullum sit quod huic possit æquari. Prodesse tamen possunt etiã hæc, si ante balneum manu nec adeo molli, nec rursus aspera corpus perfrices, quoad rubore contrahat, deinde dura frictione nõ multa cutẽ cogens, densam eam durámque efficias: ab his si mediocri exercitatione vsum ad lotũ, citra tamen longam in solio moram, hominẽ abstergeas ad iam dictæ frictionis siccæ formã, mox vngas oleo exiguo, ac cibũ offeras. Quippe studium in his est, vbi bonũ sanguinem in corporis molem attraxeris, vt tum nutricem facultatem firmes: tum ne quod attractũ est, exhalet prospicias. Ac firmatur quidem nutriendi vis excitato in carnibus calore. Nõ exhalabit autẽ qui attractus in has sanguis est, si oleo vnxeris, vtpote quod emplastici medicamenti vim habet. Quod si ætas nõ reclamet, etiã si frigida lauatione vnà cũ prędictis vtetur, magno fruetur cõmodo. Cõtra verò in iis qui immodicè sũt obesi, minuenda digestio est: augenda verò corporis exhalatio. Porrò minuetur digestio assidua ventris deiectione, nempe assuefaciẽtibus nobis nutrimenti instrumenta, quæcunque continent, ea statim pessum impellere. Corporis autẽ exhalatio inaugebitur celeri exercitatione, cuius generis cursus est: prӕterea vnguentis iis quę discutiendi facultatẽ habent fricãdo quamplurimùm. Sanè frictionẽ mollẽ esse conuenit, ac quę rarum corpus efficiat. Ipse namque præpinguẽ quendã paruo tempore ad mediocritatem carnis reduxi, celeri primũ cursu vti cogens, dein sudorẽ linteo vel molli admodnm, vel admodum aspero detergens: ab his, vnguentis discutientibus, quæ hodie acopa medici iuniores vocare solent, largissimè perfricui: ac post eiusmodi frictionem ad balneũ perduxi, à quo non protinus cibũ dedi, sed quiescere interim iussum, aut etiam consuetũ aliquod munus obire, rursus ad balneum secundò egi: postea ciborum multitudinem qui parum nutrirent, apposui, eo cõsilio vt saturarent illi quidem, cæterùm exiguum nutrimenti in totum corpus submitterent. Sed & alias quæ totum occupant corpus intemperies simili ratione corrigere conueniet, primùm eorũ quæ fieri oportebit inuento scopo: mox materiis quæ ea præstare queant. Nam tunc compendio sermo omnis semel peragatur ad eos qui tum frictionum, tum exercitationum, tum balneorũ rationes memoria tenent: ac pręterea ciborum & medicamentorum. Ac de frictionibus exercitationibúsque in hoc opere supra est dictum: de cibis verò alibi, atque etiam de medicamentis. Quippe doctrina quæ methodo traditur, quum communia generaliáque continet, ad multa particularia tum memoratu facilis est, tum verò compendiaria efficitur.

A πάντας δὲ τοὺς οὕτως ἔχοντας ὀνίνησιν, ὁ καλούμενος ὑπὸ τῶν νῦν Ἑλλήνων, δρῶπαξ, καὶ γὰρ ἀναδόσει συντελεῖ, καὶ θρέψει· καὶ πολλούς γε τῶν ἰσχνῶν ἔμπροσθεν, ἐστὶν ἰδεῖν παχυνθέντας ἐπὶ τῷ βοηθήματι, καὶ μάλιστα ὅσοις μὲν ἀναδοτικὴ δύναμις ἄρρωστός ἐστιν, ἡ θρεπτικὴ δὲ, οὐκ ἄρρωστος μὲν, ἀλλὰ δι᾽ ἀπορίαν ὕλης ἐπιτηδείου, τρέφειν αὐτάρκως οὐκ ἐδύνατο, τούτου συμβαίνοντος αὐτῇ δι᾽ ἔνδειαν τῆς ἀναδιδομένης τροφῆς. ἀλλ᾽ ἔνιοι, ὡς ἔφην, ὑπὸ φιλοτιμίας, ἵνα μὴ δόξωσιν ὁμοίως τοῖς τρυφῶσιν ἢ καλλωπιζομένοις, πιττοῦσθαι, φεύγουσι τὴν δι᾽ αὐτῶν βοήθειαν, ἄλλο τι κελεύοντες ἡμᾶς ἐφευρεῖν αὖθις
B βοήθημα τῆς ἰσχνότητος, ἔστι δὲ οὐδὲν μὲν τῷδε δύναμιν ἔχον ἴσην· ὠφελεῖν μέν τοι δύναται καὶ τὰ τοιαῦτα, πρὸ τοῦ λουτροῦ, χερσὶ μὴ πάνυ μαλακαῖς, ὥσπερ αὖ μηδὲ τραχείαις ἀνατρίβειν τὸ σῶμα, μέχρι περ ἂν ἐρυθρὸς γένηται, κἄπειτα τρίψει σκληρᾷ, μὴ πολλῇ, πιλοῦντας τὸ δέρμα, πυκνὸν καὶ σκληρὸν ἐργάζεσθαι, καὶ μετὰ ταῦτα, γυμνασίοις συμμέτροις χρησάμενον, εἶτα λουσάμενον, ἄνευ τοῦ χρονίσαι κατὰ τὸ βαλανεῖον, ἐκμάττεσθαι παραπλησίως τῇ προειρημένῃ ξηροτριβίᾳ, καὶ μετὰ ταῦτα ἐπαλείφεσθαι ἐλαίῳ βραχεῖ, καὶ προσφέρεσθαι τὰ σιτία, σκοπὸς γὰρ τῶν τοιούτων ἐστὶν, εἰς τὸ σαρκῶδες γέ-
C νος ἑλκύσαντας αἷμα χρηστὸν, ἐπιρρῶσαι τὴν ἐν αὐτοῖς θρεπτικὴν δύναμιν, ὅπως μὴ διαφορηθείη τὸ ἑλχθέν. ῥώννυται μὲν οὖν ἡ θρεπτικὴ δύναμις, ἐκ τοῦ θερμαινθῆναι τὰς σάρκας, οὐ διαφορεῖται δὲ τὸ παραγόμενον εἰς αὐτὰς αἷμα, χρισαμένων ἐλαίῳ, δύναμιν ἐμπλαστικὴν ἔχοντι φαρμάκου. εἰ δὲ τὰ τῆς ἡλικίας ἐπιτρέπῃ, καὶ ψυχρολουσίαις ὁ ἄνθρωπος χρώμενος, ἅμα τοῖς εἰρημένοις, ὀνήσεται μεγάλως. ἔμπαλιν δὲ ἐπὶ τῶν ἀμέτρως παχυνθέντων, ἐκλύειν μὲν χρὴ τὴν ἀνάδοσιν, αὐξάνειν δὲ χρὴ τὰς ἀποῤῥοίας τοῦ σώματος· ἡ μὲν οὖν ἀνάδοσις, ἐκλύεται συνεχέσιν ὑπαγωγαῖς γαστρὸς, ἐθιζομέ-
D νων ἡμῶν τὰ τῆς τροφῆς ὄργανα, κάτω ταχέως ὠθεῖν ὅσα περιέχεται κατὰ ταῦτα. τὰς δ᾽ ἀποῤῥοίας τοῦ σώματος αὐξήσομεν, ὀξέσι γυμνασίοις, ὧν ἐστι καὶ δρόμος, ἀλείμμασί τε διαφορητικοῖς τρίβοντες, ἐπὶ πλεῖστον. εἶναι δὲ χρὴ τὴν τρῖψιν δηλονότι μαλακήν τε καὶ ἀραιωτικήν. ἐγὼ γοῦν τινα παχὺν ἱκανῶς, ὀλίγῳ χρόνῳ συμμέτρως εὔσαρκον εἰργασάμην, ὀξεῖ δρόμῳ χρῆσθαι καταναγκάζων, εἶτ᾽ ἀπομάττων μὲν τὸν ἱδρῶτα σινδόσιν, ἤτοι λίαν μαλακαῖς, ἢ λίαν τραχείαις· ἐφεξῆς δὲ τρίβων ἐπὶ πλεῖστον, ἀλείμμασι διαφορητικοῖς, ἃ καλοῦσιν ἤδη συνήθως οἱ νεώτεροι τῶν ἰατρῶν, ἄκοπα· καὶ μετὰ τὴν τοι-
E αύτην τρῖψιν ἐπὶ τὸ λουτρὸν ἄγων, ἐφ᾽ ᾧ λουτρῷ, τροφὴν μὲν εὐθέως οὐ προσέφερον, ἡσυχάζειν δὲ μεταξὺ κελεύων, ἢ καί τι τῶν συνήθων αὐτῷ πράττειν, αὖθις ἐπὶ τὸ δεύτερον ἦγον λουτρὸν, εἶτ᾽ ὄγκους ἐδεσμάτων ὀλιγοτρόφους ἐδίδουν, ὡς ἐμπιπλᾶσθαι μὲν, ὀλίγον δ᾽ ἐξ αὐτῶν εἰς ὅλον ἀναδίδοσθαι τὸ σῶμα. καὶ τὰς ἄλλας δὲ δυσκρασίας, ἐν ὅλῳ τῷ σώματι γινομένας, ὁμοίως ἐπανορθοῦσθαι χρή. πρῶτον μὲν ὧν προσήκει πράττειν, εὑρίσκοντα τὸν σκοπὸν, εἶτα τὰς δυναμένας αὐτὰ δρᾶν ὕλας. διὸ καὶ σύντομος ὁ νῦν λόγος ἅπαξ γίνεται, πρὸς τοὺς μεμνημένους τῶν τε τρίψεων, καὶ τῶν γυμνασίων, καὶ τῶν λουτρῶν τὰς
F διαγωγάς, ἔτι τε πρὸς τούτοις, ἐδεσμάτων τε, καὶ φαρμάκων. περὶ μὲν οὖν τρίψεών τε καὶ γυμνασίων, ἐν τῇδε τῇ πραγματείᾳ πρόσθεν εἴρηται, περὶ δὲ τῶν τροφῶν, ἑτέρωθι· καθάπερ γε καὶ περὶ τῶν φαρμάκων. ἡ γάρ τοι κατὰ μέθοδον διδασκαλία, τὰ κοινὰ, καὶ καθόλου, περιλαμβάνουσα, εἰς πολλὰ τῶν κατὰ μέρος, εὐμνημόνευτός τε καὶ σύντομος γίγνεται.

ἐγὼ δὲ, οὐ μόνα τὰ καθόλου λέγω, ἀλλὰ καὶ τὰ παραδείγματα τῶν κατὰ μέρος αὐτοῖς προστιθεὶς, τελεωτάτην ἡγοῦμαι ποιεῖσθαι τὴν διδασκαλίαν.

A Ego verò quum non tantum vniuersa ponam, sed etiam particularium exempla his apponam, absolutissimam me arbitror tradere doctrinam.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Θ.

Ποσαπλοῖ αἱ ἀνώμαλοι κατασκευαὶ τοῦ σώματός τε· καὶ πῶς δεῖ αὐτὰς, ὅταν ἐν τῇ κεφαλῇ γίνωνται, κατορθοῦσθαι.

Καιρὸς οὖν ἤδη μεταβαίνειν ἐπὶ τὰς ἀνωμάλους κατασκευὰς τῶν σωμάτων, αἳ δὴ καὶ νοσώδεις πάντως εἰσίν. ἀνώμαλοι δὲ κατασκευαὶ γίγνονται τριτταὶ, διότι καὶ ἡ τοῦ σώματος ἡμῶν σύνθεσίς ἐστι τριττή. μία μὲν ἡ ἐκ τῶν πρώτων στοιχείων, ἐξ ὧν γέγονε τὰ καλούμενα παρὰ Ἀριστοτέλει ὁμοιομερῆ. δευτέρα δὲ, ἡ ἐκ τούτων αὐτῶν τῶν ὁμοιομερῶν, ἃ δὴ καὶ αὐτὰ στοιχεῖα πάλιν ἐστὶν αἰσθητὰ τῶν ἀνομοιομερῶν, ὅθεν ἡ τῶν ὀργανικῶν γίγνεται σύνθεσις. ἐπ' αὐτοῖς, ἡ τρίτη τοῦ παντὸς σώματος ἐκ τῶν ὀργανικῶν. εὐκολωτέρα μὲν οὖν ἐστιν ἡ τρίτη λεγομένη, καὶ διαγνωσθῆναι, καὶ προνοίας τυχεῖν, δυσχερεστέρα δὲ, ἡ δευτέρα, χαλεπωτέρα δὲ ἡ πρώτη. βέλτιον οὖν ἀπὸ τῆς τρίτης ἄρξασθαι, ῥᾴονα τήν τε διάγνωσιν ἐχούσης, καὶ τὴν πρόνοιαν, εὐθέως ἐπὶ τῆς κεφαλῆς, (οὐδὲν γὰρ χεῖρον ἐντεῦθεν ἄρξασθαι) δυσκράτου φύσει γινομένης, ὡς πολλὰ γεννᾶν περιττώματα, ἐξ ὧν αἱ βλάβαι γίνονται τοῖς ὑποκειμένοις ὀργάνοις, ἐφ' ὅ, τι ἂν αὐτῶν τράπηται τὸ περιττόν. ἑτοιμοτάτη μὲν οὖν ἡ εἰς τὸ στόμα καὶ τὰς ῥῖνας φορὰ, παραγίγνεται δὲ καὶ εἰς ὀφθαλμοὺς, ἐνίοις δὲ καὶ εἰς ὦτα. τὴν δὲ εἰς τὸ στόμα φορὰν τῶν περιττωμάτων, ὑποδέχεται στόμαχός τε καὶ ἡ τραχεῖα ἀρτηρία· καλοῦσι δὲ αὐτὴν καὶ βρόγχον, ἧς τὸ συνάπτον τῷ στόματι πέρας ὑψηλὸν, (ὀνομάζεται δὲ λάρυγξ) ὄργανον φωνῆς ὑπάρχει, ὡς ἐν τῷ περὶ φωνῆς ὑπομνήματι δέδεικται. οὕτως τε οὖν αὐτὸς ὁ λάρυγξ ὑπὸ τῶν εἰς αὐτὸν ἐκ τῆς κεφαλῆς καταρρεόντων ὑγραινόμενος, ἐν ἀρχῇ μὲν, βραγχώδη τινὰ φωνὴν ἐργάζεται, προϊόντος δὲ τοῦ χρόνου, μικράν· ἢν δ' ἐπὶ πλέον ἥκῃ τὸ κακὸν, ἀπόλλυται πᾶσα, συνδιαβρέχεται γὰρ τῷ λάρυγγι καὶ ἡ ἀρτηρία. δριμέος δὲ τοῦ ῥεύματος ὄντος, οὐκ εἰς φωνὴν μόνην ἡ βλάβη τοῖς εἰρημένοις μορίοις, ἀλλὰ καὶ χαλεπωτάτη τις ἀνάβρωσις προσέρχεται, τοιαύτη τὴν φύσιν, οἵας καὶ κατὰ τὸ δέρμα βλέπομεν βλαπτομένου, γιγνομένας πολλάκις, ἄνευ τῆς ἔξωθεν αἰτίας. οὕτως δὲ καὶ πνεύμων αὐτοῖς ἑλκοῦται, καὶ φθόη καλεῖται τὸ πάθος. ἐὰν δὲ εἰς στόμαχόν τε καὶ γαστέρα τρέπηται τὸ ῥεῦμα, ψυχρὸν μὲν ὑπάρχον, εἰς δυσκρασίαν ψυχρὰν ἄγει τὰ σώματα· θερμὸν δὲ, εἰς θερμήν, ἑλκοῖ δὲ τῷ χρόνῳ· κατ' ἀρχὰς δὲ τάς τε ὀρέξεις βλάπτει, καὶ τὰς πέψεις. ἐὰν μὲν οὖν ψυχρὸν ᾖ τὸ ῥεῦμα, βραδυπεψίας τε καὶ ἀπεψίας, καὶ ὀξυρεγμίας ἐργάζεται. ἐὰν δὲ καὶ διεφθαρμένον, εἰς διαφθορὰν ἄγει τὴν τροφὴν, ἤτοι κνισώδεις, ἢ ὀξώδεις ἐρυγὰς ἀναπέμπουσαν, ἢ τινος ἑτέρας ἀρρήτου τε καὶ ῥητῆς ποιότητος. ὑποκαταβαίνουσα δὲ, ἡ βλάβη, καὶ τὴν νῆστιν ἀδικεῖ, καὶ τὸ κῶλον. ἅπτεται δὲ καὶ τῶν κατὰ τὸ μεσεντέριον ἀγγείων, δι' ὧν εἰς ἧπαρ ἡ ἀνάδοσις γίγνεται, καί τισι μὲν ἀνορεξίαι παρακολουθοῦσιν. ἐνίοις δὲ, ὀρέξεις παρὰ φύσιν, ἃς ὀνομάζουσι κυνώδεις, ἢ καὶ μοχθηρῶν ἐδεσμάτων ἐπιθυμία, καθάπερ ταῖς κιττώσαις. εὔδηλον δὲ, ὅτι καὶ σταφυλὴ, καὶ παρίσθμια, καὶ παρουλίδες, ἀντιάδες τε, καὶ βρώσεις ὀδόντων, ἑλκώσεις τε, καὶ σηπεδόνες ἐν τῷ στόματι,

CAPVT IX.

Quotuplices sint inæquales corporis status; ac qua ratione quum in capite fuerint debeant emendari.

IAm ad inæquales corporum constitutiones transire intempestiuum videtur, hæ porrò B etiam morbosæ omninò sunt. Sanè inæquales constitutiones trifariam fiunt, prout compositio corporis nostri triplex est, vna ex primis elementis ex quibus constant ea, quæ Aristoteles similares partes nominat. Secunda ex his ipsis similaribus quæ ipsa quoque rursus sensibilia dissimilarium partium elementa sunt; ex quibus instrumentalium cõpositio consistit. Tertia ab his totius corporis compositio ex ipsis instrumentalibus est; ac facillima quidem tum ad discernendum, tum verò ad curandum tertia est; difficilior secunda; maxime lubrica prima est. C Commodiùs ergo à tertia incipitur, quæ faciliorem se & ad cognoscendum præbet, & ad custodiam; vt statim in capite (neque enim alienum est ab eo cœpisse,) quod intemperatæ naturæ sit adeò, vt multa excrementa gignat, vnde lædi subiecta membra contingat, in quodcunque excrementa procubuerint. Ac promptissimè quidem in os & nares impetum excrementa faciunt; decidunt verò & in oculos; nonnullis etiam in aures. Sed excrementi in os decursum tum gula exeipit, tum aspera arteria; appellant hanc & βρόγχον, cuius summa pars quæ ori coniungitur, (larynx au- D tem dicitur) instrumentum est vocis, vt in libro de voce est indicatum. Sic ergo is larynx ab iis quę decidunt è capite madefactus, principio quidem raucam vocem facit, procedente verò tempore paruam. Si verò longiùs etiam procedit malum, totam adimit. Quippe cum larynge arteria quoque ipsa vnà humectatur. Quòd si acris fluxio sit, non solùm ad vocem ineptæ prædictæ partes fiunt, sed etiam grauissima quædam erosio his accedit, quæ talis est naturæ qualis sunt quas subinde in cute citra externam causam læ- E sa factas videmus. Sic verò & pulmo his exulceratur, & morbus tabes dicitur. At si in gulam & ventriculum fluxio feratur, quæ quidem frigida est, in frigidam intemperiem corpora mutat; quæ calida, in calidam; hæc verò etiam exulcerat spatio; inter initia verò appetentiam & concoctionem labefactat. At frigida quidem fluxio tarditatem concoctionis, & cruditatem, & acidos ructus creat; quòd si etiam corrupta sit, alimentum quoque in corruptelam vertit, quæ vel fumidos, vel acidos, vel alterius cuiusquam manifestæ, aut abditæ quali- F tatis ructus emittat. Si verò inferius se noxa recipiat, & ieiunum, & colon affligit. Quin etiam vasa quæ sunt in mesenterio, & per quæ fit in iecur cibi distributio tangit. Ac nonnullos quidem abolitio appetitus excipit; alios appetentiæ à natura alienæ, quas caninas appellant, aut etiam vitiosi cibi cupiditas, qualis grauidis accidit. Sanè non latet, vuam quoque & paristhmia, & parulides, & antiades, & dentium erosiones, & vlcera, & putredines in ore, saniem hanc

quæ à capite in ipsa decidit, consequi. Ac pleraque medicorum pars, aut columellam incidunt, aut medicamenta quibus id expuatur, quod in pulmonem per asperam arteriam defluxit, exhibent. Alij ventri prospiciunt, alij dentibus & ori, aut etiam iis quæ in naribus constitere, prouident; vt de oculis auribúsque taceam, qui ipsi quoque in non paucis læduntur; quum satius (arbitror) esset ipsum mali ceu fontem tollere, caput ipsum firmando; aut si hoc præ magnitudine naturalis intemperantiæ non liceret, saltem illi prospicere, ab ipsa scilicet vitij specie, prouidentiæ indicatione semper accepta. Nec committere vt quod nonnulli medicorum faciunt qui omni capiti medicamentum quod ex thapsia & sinapi componitur, applicant, id ipsi quoque faciant; quandoquidem si ex calida intemperie caput malè habet, talia medicamenta noceant. Expedit igitur hos frequenti balneo potabilis aquæ fouere, quo & calidos vapores qui in capite sunt euocemus, & totum capitis temperamentum melius reddamus. Calidarum autem quæ sponte nascuntur, noxius his vsus est; siquidem quæ ex his sulphurosæ bituminosæve sunt, eæ propterea quod calefaciunt, inimicissimæ calido naturaliter capiti sunt; aluminosæ verò, quoniam angustos habitus meatus claudunt. Solis autem iis sponte natis citra noxam vtantur (si tamen ipsis vtendum) quæ vtique dulces sunt, sic enim tutò dixeris; nam quòd vtile etiam aliquid ex ipsis proueniat, id verò non perinde tutò dixeris; quandoquidem nec calidæ fortasse forent si omnis calefacientis medicamentosæ virtutis essent expertes. Satius autem sit eiusmodi aquas experientia discernere; nam etiam raræ inuentu sunt; apud nos stadiis ab vrbe paulò plus centum, in Prusa minus decem. Ergo quæ apud nos, est in Allianis (ita enim locum appellant) vnius tota rationis est atque ex vno fonte manans; quæ verò in Prusa est, diuersæ. Item diuersus medicamentosæ aquæ fons, æquè vt apud nos, in Lycetis. Quibus verò caput vehemēter calidum æstuánsque est, iis præstat æstatis tempore rosaceo perungi, quod ex rosis tantum, ac fine frondibus sit confectum. Atque in hoc ipso genere illud præstantius est, quod ex omphacino, quod & crudum oleum nominatur iniectis rosis componitur; quod longè etiam melius est si salis omninò sit expers. Sunt capita quæ propter arteriarum temperamentum in vertigines, & capitis dolores incidunt; in quibus etiam arterias incidere solemus. Sed hoc genus propositæ artis limites egreditur.

CAPVT X.

De inæquali statu ventriculi curando, siue aliunde, siue in seipso causam contineat.

QVi tamen ob exquisitiorem neruorum sensum assiduè dolent, qui à capite orti plurima sui parte os ventris texunt, pars etiam ad reliquum ventrem descendit, his sanè mederi propositæ iam artis officium est; potiùs tamen consilium est id agere, quò minùs hæc vllo modo contingant, cauendo ne aut biliosus humor in ventrem prorsus confluat,

A τοῖς ἐκ τῆς κεφαλῆς εἰς αὐτὰ καταρρέουσιν ἰχῶρσιν ἕπονται. καὶ τό γε πολὺ πλῆθος τῶν ἰατρῶν, ἢ τὸν γαργαρεῶνα τέμνουσιν, ἢ φάρμακα διδόασιν, ὅπως ἀναπτύῃ τὰ διὰ τῆς τραχείας ἀρτηρίας εἰς τὸν πνεύμονα κατενεχθέντα. τῆς γαστρὸς δὲ ἄλλοι προνοοῦνται, καθάπερ ἄλλοι, τῶν ὀδόντων τε καὶ τοῦ στόματος, ἢ καὶ τῶν ἐν τῇ ῥινὶ στηρισαμένων· ἵνα τοὺς ὀφθαλμοὺς ἢ τὰ ὦτα παραλίπω, βλαπτομένων οὐκ ὀλίγων εἰς αὐτά. βέλτιον δ' ἦν, οἶμαι, τὴν οἷον πηγὴν τῶν κακῶν ἐκκόψαι, ῥώσαντα τὴν κεφαλήν, ἢ εἴπερ ἀδύνατον εἴη τοῦτο, διὰ τὴν σφο-
B δρότητα τῆς φυσικῆς δυσκρασίας, προνοεῖσθαι γοῦν αὐτῆς διὰ παντός, τὴν ἔνδειξιν τῆς προνοίας ἀπὸ τῆς κατ' αὐτὴν ἰδέας ποιούμενον, οὐχ ὡς ἔνιοι τῶν ἰατρῶν, ἁπάσαις ἀεὶ ταῖς κεφαλαῖς, τὰ διὰ θαψίας καὶ νάπυος προσφέρουσιν, οὕτως δὲ καὶ αὐτοὶ πράττοντες. εἰ γὰρ ὑπὸ θερμῆς δυσκρασίας ἡ κεφαλὴ κακὸν ἴσχει, βλαβερὰ τὰ τοιαῦτα φάρμακα, χρὴ τοίνυν αὐτοὺς λουτροῖς πολλοῖς ποτίμων ὑδάτων παρηγορεῖν, διαφοροῦντάς τε ἅμα τοὺς ἐν τῇ κεφαλῇ θλιβομένους ἀτμοὺς θερμούς, καὶ τὴν κρᾶσιν ὅλην ἐργαζομένους βελτίω. βλαβερὰ δὲ τούτοις, ἡ τῶν αὐτο-
C φυῶν θερμῶν ὑδάτων χρῆσις. ὅσα μὲν γὰρ αὐτῶν θειώδη τέ ἐστι καὶ ἀσφαλτώδη, τῷ θερμαίνειν ἐναντιώτατα ταῖς φύσει θερμαῖς κεφαλαῖς. ὅσα δὲ στυπτηριώδη, τῷ στεγνοῦν. μόνοις δ' ἄν, εἴπερ ἄρα, τοῖς γλυκέσι τῶν αὐτοφυῶν ὑδάτων, ἀβλαβῶς χρῷντο. τοῦτο γὰρ ἀσφαλὲς εἰπεῖν· ὡς τά γέ τι καὶ ὠφελεῖσθαι πρὸς αὐτῶν, οὐχ ὁμοίως ἀσφαλές. οὐ γὰρ ἂν ἦν ἴσως θερμά, μὴ μετέχοντά τινος δυνάμεως φαρμακώδους θερμῆς. ἄμεινον δὲ τῇ πείρᾳ κρίνειν τὰ τοιαῦτα τῶν ὑδάτων, καὶ γὰρ καὶ σπανίως εὑρίσκεται· παρ' ἡμῖν, ἀπὸ σταδίων τῆς πόλεως πολὺ πλειόνων ρʹ. ἐν Πρού-
D σῃ δέ, ἐλαττόνων ἢ δέκα. τὸ μὲν οὖν παρ' ἡμῖν ἐν Ἀλλιανοῖς, οὕτως γὰρ ὀνομάζεται τὸ χωρίον, ἑνὸς εἴδους ἐστὶν ὅλον, ἐκ μιᾶς πηγῆς ἀνίσχον. ἐν δὲ τῷ τῆς Προύσης, ἑτέρου, καὶ ἄλλη πηγὴ φαρμακώδους ὕδατος, ὥσπερ παρ' ἡμῖν ἐν Λυκέτοις. ὅσοι δὲ σφόδρα θερμὴν καὶ διακαῆ ἔχουσι κεφαλήν, ἄμεινον αὐτοῖς ὥρᾳ θέρους ἀλείφεσθαι ῥοδίνῳ, χωρὶς στυμμάτων, ἐκ μόνων ῥόδων γεγονότι, καὶ τούτου γε αὐτοῦ, βέλτιόν ἐστι τὸ καλούμενον ὀμφάκινόν τε καὶ ὠμοτριβὲς ἔλαιον, ἐμβεβλημένων τῶν ῥόδων, καὶ πολύ γε βέλτιον, εἰ καὶ χωρὶς ἁλῶν ἐσκευασμένον εἴη. τινὲς δὲ κεφα-
E λαί, διὰ τὴν τῶν ἀρτηριῶν κρᾶσιν ἐν συμπτώμασι γίγνονται σκοτωματικοῖς τε, καὶ κεφαλαλγικοῖς, ἐφ' ὧν καὶ ταῖς ἀρτηριοτομίαις χρώμεθα, τῆς ὑγιεινῆς πραγματείας ἐκπεπτωκυίαις.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ι'.

Περὶ τῆς ἐπανορθώσεως τῆς ἀνωμάλου κατασκευῆς τῆς γαστρός, εἴτε δι' ἑαυτὴν νοσεῖ, εἴ δι' ἄλλο τι.

F ΤΑς μέντοι συνεχῶς ὀδυνωμένας διὰ τὴν τῶν νεύρων εὐαισθησίαν, ὅσα τῆς κεφαλῆς ἐκφυόμενα, τῷ πλείστῳ μὲν ἑαυτῶν μέρει τὸ τῆς γαστρὸς στόμα διαπλέκει, φέρεται δέ τις αὐτῶν μοῖρα, καὶ πρὸς τὴν λοιπὴν γαστέρα, τῆς ὑγιεινῆς τέχνης ἔργον ἰάσασθαι· μᾶλλον δ' ὅπως μηδ' ὅλως γίγνηται ταῦτα, παρασκευάζειν, ἀρίστη προφυλακὴ προνοουμένων ἡμῶν, τὸν χολώδη χυμόν, ἤτοι μηδ' ὅλως συῤῥεῖν εἰς τὴν κοιλίαν,

ἢ ὅτι τάχιστα κενοῦσθαι. τοῦ μὲν οὖν μηδ' ὅλως συῤῥεῖν, ἡ A
πρόνοια γίγνεται, διὰ τοῦ θᾶττον ἐσθίειν. ὅταν μὲν γὰρ,
ἡ μὲν ὅλου τοῦ σώματος κρᾶσις ᾖ χολωδεστέρα, τὰ δὲ κα-
τὰ κοιλίαν, ἀτονώτερα, στηρίζεσθαι δεῖται διὰ τῆς εὐ-
στομάχου. μὴ γινομένου δὲ τούτου, καταῤῥέουσιν ἰχῶρες εἰς
αὐτὴν, οὓς ἀθροίζει τὸ σῶμα περιττούς. ἐκ δὲ τῆς τού-
των ἀναθυμιάσεως, οὐ μόνον αἱ κεφαλαλγίαι γίνονταί τι-
σιν, ἀλλὰ καὶ τὰ τῶν ὑποχεομένων συμπτώματα, καί
τισιν αὐτῶν ἐπιληπτικοὶ σπασμοί. τούτοις οὖν ἅπασιν, ἡ μὲν
ὅλη δίαιτα πρὸς τὸ ψυχρότερον μᾶλλον καὶ ὑγρότερον ὑπαλ-
λαχθείη. κενούσθω δὲ τὰ συῤῥέοντα, δι' ἐμέτων τε, καὶ B
γαστρὸς ὑπαγωγῆς. ῥωννύσθω δ' ὁ στόμαχος, ἐδέσμασι
μὲν, ἑκάστης ἡμέρας, πρὶν ἐκχολωθῆναι, φαρμάκοις
δ', ἐκ διαλειμμάτων μακροτέρων, ἀψινθίου τε κόμης,
καὶ τῆς διὰ τῆς ἀλόης, ἣν καλοῦσι πικράν. ἐκκαθαίρει γὰρ
τοῦτο καὶ τὸ διὰ βάθος χολῶδες ἐν τοῖς χιτῶσι τῆς γαστρὸς,
οὐ πάνυ τι τοῦ ἀψινθίου δυναμένου ποιεῖν τοῦτο. ῥυπτικαὶ τε
γὰρ αὐτοῦ, καὶ στυπτικαὶ δυνάμεις εἰσὶ μόναι, ὥστε τὸν
μὲν, ὡς ἂν εἴποι τις ῥύπον, τῶν χιτώνων τῆς γαστρὸς ἀπο-
σπᾶν, οὐ μὴν εἴ τι κατὰ βάθος αὐτῶν ἐστιν, ἕλκειν ἔξω τοῦ- C
το, καὶ κενοῦν, ὥσπερ ἡ ἀλόη. τὰ δ' ἔξωθεν τοῦ σώματος
χρίσματα τῆς γαστρὸς, ἐπὶ ταύτην, ἔστω μετρίως στύφον-
τα. μήλινον δέ ἐστι, καὶ μαστίχινον, καὶ νάρδινον, καὶ τὰ
τοιαῦτα. θέρους μὲν τὸ μήλινον μᾶλλον· ἐν χειμῶνι δὲ, ἡ
νάρδος· ἦρος δὲ, τὸ μαστίχινον· ἐν τῷ μέσῳ γὰρ τοῦτό ἐστι,
μηλίνου τε καὶ ναρδίνου μύρου· θερμαίνοντος μὲν τοῦ ναρ-
δίνου, καὶ μάλισθ' ὅταν ἀμώμου πλέον ἔχῃ, ψύχοντος δὲ
τοῦ μηλίνου. ταῖς δὲ πλουσίαις γυναιξὶν ὑπάρχει νάρ-
δου κρεῖττον χρίσμα, φουλιάτον τε καὶ τὰ καλούμενα σπι-
κάτα, θερμαίνοντα καὶ ῥωννύντα τὴν γαστέρα. ἐὰν δὲ μὴ D
μόνον ἡ κεφαλὴ θερμοὺς ἰχῶρας ἐπιπέμπῃ τοῖς κατὰ γαστέρα
χωρίοις, ἀλλὰ καὶ αὐτὴ τύχῃ θερμὴν δυσκρασίαν ἔχειν,
τοῖς ἐμψύχουσιν, ἐδέσμασί τε καὶ πόμασιν ἀεὶ χρῆσθαι προσ-
ήκει, τὸ μᾶλλόν τε καὶ ἧττον ἐν αὐτοῖς ὑπαλλάττοντας
κατὰ τὰς ὥρας τοῦ ἔτους, οὐ πρὸς τοὐναντίον ἀφικνου-
μένοις, ὥσπερ ἐπὶ τῶν εὐκράτων ἐργαζόμεθα. χειμῶνος
μὲν θερμαίνοντες, θέρους δὲ ψύχοντες, ὡσαύτως δὲ, εἰ
καὶ ἀμφότερα τὰ μόρια, τὴν ψυχρὰν ἔχει δυσκρασίαν. ἀεὶ
μὲν χρῆσθαι τοῖς θερμοῖς ἐδέσμασί τε, καὶ πόμασι, καὶ χρί-
σμασιν. ὑπαλλάττειν δὲ αὐτὰ κατὰ τὴν ὥραν, ἐπιτείνοντας E
καὶ ἀνιέντας. χαλεπὴ δὲ γίνεται μίξις, ὅταν ἤτοι γε εἰς
θερμὴν γαστέρα καταῤῥέωσιν ἐκ τῆς κεφαλῆς οἱ ψυχροὶ,
καὶ φλεγματώδεις ἰχῶρες, εἰς τὴν ψυχρὰν δὲ, οἱ θερμοί·
καὶ τούτων γ' ἀμφοτέρων ἐπειράθην ἀεὶ δυσμεταχειριστο-
τέρας οὔσης τῆς ἑτέρας, καθ' ἣν, εἰς θερμὴν κοιλίαν αἱ
φλεγματώδεις τε καὶ ψυχροὶ καταφέρονται χυμοί, χείριστον δὲ,
ὅταν οὕτως ἔχῃ κατασκευῆς τε καὶ φύσεως ὁ ἄνθρωπος, ὡς
μήτ' εὔλυτον ἔχειν γαστέρα, μήτ' ἐμεῖν ἑτοίμως. διαφθεί-
ρονται γὰρ οἱ φλεγματώδεις χυμοὶ, κατὰ τὴν γαστέρα χρο- F
νίζοντες, ὡς δάκνειν ταύτην, ἀναπέμπειν τε πρὸς τὴν
κεφαλὴν ἀτμοὺς, ἔστιν ὅτε μοχθηρούς. ὡς ἐάν γε φλεγματώ-
δεις χυμοὶ, ἐκ τῆς κεφαλῆς εἰς ψυχρὰν φύσει γαστέρα κα-
ταῤῥέωσι, ῥᾷστα τοῖς τοιούτοις βοήθεια γίγνεται, λαμβάνου-
σιν ἕωθεν τοῦ διὰ τριῶν πεπέρεων ἁπλοῦ φαρμάκου. καὶ
πέπερι δὲ μόνον, ἀκριβῶς λεῖον, ὕδατι μίξαντα πίνειν ἐγχω-
ρεῖ. κάλλιον δ' ἐστὶ, καὶ εὐστομαχώτερον εἰς αὐτὰ, τὸ λευκόν.

aut quàm celerrimè inde expellatur. Atque vt ne prorsus quidem confluat, consulueris si citiùs cibum exhibeas. Vbi enim totius corporis biliosius temperamentum est, venter autem imbecillus, vtique cibo qui ventrem roboret firmari postulat. Vbi enim ita prospicitur, defluunt in eum quos corpus superuacuos congerit ichores. Ex quorum vapore non solùm capitis dolores nonnullis oboriuntur; sed etiam suffusorum symptomata, aliquibus verò & comitialis conuulsio. Horum itaque omnium vniuersa victus ratio ad frigidius potius humidiúsque mutanda est. Quod autem in ventrem confluit, id vomitione ac ventris solutione expellendum est. Stomachus verò cibis quidem quotidie priùs quàm bilem contrahat firmandus; purgetur verò medicamentis ex maiore interuallo, absynthij coma, & compositione ex aloë, quam picram vocant; quippe hæc quòd altiùs in tunicas biliosi vêtris se receperit, expurgat; absynthio parum id præstare valente. Est enim absynthio facultas tantùm detergendi, adstringendíque, ac talis quæ (vt sic dicam) sordes tunicarum ventris detergeat, non si quid altius in eo imbibitum est, foràs extrahat atque expellat sicut aloë. Quæ autem post hanc ventri extrinsecus admouentur vnctiones, eæ modicè adstringentes sunto, vt melinum, mastichinum, & nardinum, & alia id genus. Ac æstate quidem potius melinum; hyeme nardinum; vere mastichinum; nam id medium est inter melinum & vnguentum nardinum; hoc enim calefacit, potissimùm quum amomum liberalius immixtum habet; illud refrigerat. Est autem opulentis mulieribus, & quod præstantius nardino vnguentum sit, nempe foliatum; præterea quæ spicata vocant, quæ ventrem & roborare possunt, & calefacere. Si verò non modò caput calidam saniem ventris partibus transmittit, sed etiam venter ipse calidam intemperiẽ habeat, vtique qui frigefaciant, tum cibo tum potu semper vti conueniet, atque eam qualitatem in his pro temporum anni ratione intendere variè ac remittere, nusquam tamen ad contrariam peruenire; id quod in iis qui medij temperamenti erant, fecimus; hyeme calefacientes, æstate refrigerantes. Ad eundem modum si vtraque pars frigida intemperie sit affecta, semper calefacientibus tum cibis, tum potione, tum vnctione vtendum est; variè tamen ea pro temporum ratione intendenda, remittendáque sunt. Porrò difficilis connexio est, quoties vel id calidum ventrem frigida & pituitosa sanies ex capite defluit, vel in frigidum calida. Atque harum duarum alteram semper expertus sum magis ad curandum rebellem, nempe in qua frigidi pituitosíque succi in calidum decidunt ventrem. Pessimus verò is status est quum homo ea compositione naturáque est, vt nec ventrem facilè solubilem habeat, nec vomere ex facili possit. Corrumpuntur enim pituitosi humores si diu sint in ventre morati, adeo vt & ipsum erodant, & simul vitiosos interim halitus ad caput submittant. Nam si pituitosus succus à capite in frigidum natura ventrem decurrat, facilè his succurritur si manè aliquid simplicis medicamenti sumpserint, quod diatrionpipereon dicitur. Sed & piper solùm ad exactum contritum læuorem aquæ mixtum bibere his licet; ad quem vsum melius, stomachóque aptius album piper est.

Porrò

A Porrò absynthij potio his est aduersissima, vt quę pituitosum succum ipsorum ventri affigat, quum detergendi vim nō habeat, quæ adeo sit æstimanda. Sed nec aloë valdè his conducit; quum ei biliosi trahendi humoris facultas sit; eóque excogitata salubriter est compositio quam picrā vocant, quæ acrimonia caloréque eorum quæ in se habet, crassos & lentos succos incidit ac deterget, cuius generis cinnanomum est, verùm assiduè vti hoc medicamento non licet, sicut diatrionpipereon, aut diacalaminthes; quibus etiam si quotidie vtatur qui frigidum habet ventrem, nihil incommodi ex his sentiet. In totum ergo ad aloës drachmas centum, reliquorum cuiusque coniiciuntur drachmæ sex, quæ ipsa quoque sex
B sunt. Atque hæc est picra quam Romæ omnes præparant. Ego verò etiam alias duas compono, atque in altera, eorum quæ calefaciunt, plus; in altera minus coniicio. At plus quidem reliquorum immiscebimus, si de aloës solius pondere detrahemus, sic vt in illius drachmas octuaginta reliquorum cuiusque addamus sex. Minùs verò quum aloës modum augebimus, viginti drachmis adiectis sic vt centū viginti eius drachmis cęterorum cuiusque adiiciamus sex. Minimè verò latet & quòd in penuria cinnamomi ponen-
C dum pro eo sit optimæ casiæ duplum, quam aliàs ea esse virtute nonnulli putant, vt nihil ab inualido cinnamomo absit; nam à generoso etiam talis casia longè superatur. Verùm sicuti in boni panis inopia, vel vilissimo vescimur, sic in cinnamomi penuria exquisitissima vtemur casia. Ac in quibus quidē venter aut frigidus est, aut etiam temperatus, cæterùm ad frigus propensior, iis aptum medicamentū est quod diaspoliticon vocant. Quod ipsum quoque dupliciter componere cōsueui, iis qui aluo sunt adstricta, nitro, quod Berenicarium vocant, cū cumino, ruta & pipere, pari pondere admixto; pro iis qui soluta sunt, di-
D midio. Conuenit namque inter omnes ab hoc medicamento & pituitam extenuari, & spiritum flatulentū expelli; grauis autem nec facilè tractabilis complexio est ventris qui intemperanter calidus sit, cum frigido capite; quę enim in ventrem defluit pituita, diatrionpipereon, ac diacalaminthes eget, etiam cuius modò mentionem fecimus diospolitici. Os autem ventris ab iis quæ calorem accendunt, offenditur. Ergo in iis qui ita sunt affecti, id agendum vt pituitam incidas detergeásque iis quæ haudquaquam calefaciunt, quod genus oxymeli esse nouimus. Iam lubrica
E atque ad curationem difficilis connexio est, vbi tales partiū affectus coierint, in quibus os ventris (quem stomachum vocant) imbecillum est, ac nauseabundum, venter autē ipse retinetur. Quippe quæ hunc proritant, stomachum omnia subuertunt ita, vt in summo eius cibi natent, & nauseam subinde excitent. His necessariò contingit vt cibum parum bellè concoquant. Quòd si contrà illis ea quæ stomachum firmant exhibueris, etiam in tertium quartúmque diem ipsis venter
F sistitur. Huiuscemodi igitur hominibus vnicam victus rationem conuenire animaduerti, nempe vt primo loco olera cū oleo & garo, aliáque quæ ventrem mollire solent, sumerent; post iustum autem cibi modum, aliquod eorum quæ stomachum roborent, accipere. Ea sunt mala cotonea, & pyra & punica. Quippe aliqua sunt horum generum quæ citra acorem adstringant.

A ἀψινθίου δὲ πόσις ἐναντιωτάτη τοῖς οὕτω διακειμένοις. ἐμπλάττει γὰρ αὐτῶν τῇ γαστρὶ τὸν φλεγματώδη χυμὸν, ὡς ἂν οὐκ ἔχον ἀξιόλογον ἐν ἑαυτῷ δύναμιν ῥυπτικήν. οὐ μὴν οὐδ᾽ ἀλόη τούτοις ὀνίνησιν, ἑλκτικὴν δύναμιν ἔχουσα χολώδους χυμοῦ. καὶ διὰ τοῦτ᾽ ἐπενοήθη καλῶς ἡ καλουμένη πικρὰ, τῇ τῶν μιγνυμένων δριμύτητι, καὶ θερμότητι, τέμνουσα καὶ ῥύπτουσα τοὺς παχεῖς καὶ γλίσχρους χυμοὺς, ὁποῖόν ἐστι τὸ κιννάμωμον, ἀλλ᾽ οὐχ οἷόν τε τοιούτῳ φαρμάκῳ χρῆσθαι συνεχῶς, ὥσπερ τῷ διὰ τριῶν πεπέρεων, ἢ τῷ διὰ τῆς καλαμίνθης. εἰ γὰρ καὶ καθ᾽ ἑκάστην ἡμέραν χρῷτο τούτοις ὁ τὴν ψυχρὰν ἔχων γαστέρα, βλά-
B βης οὐδεμιᾶς πειραθήσεται. τοὐπίπαν μὲν οὖν εἰς ρ΄ δραχμὰς τῆς ἀλόης, ἓξ ἑκάστου τῶν ἄλλων μίγνυται, ὄντων καὶ αὐτῶν ἕξ. καὶ αὕτη γ᾽ ἐστὶν ἣν ἅπαντες ἐν Ῥώμῃ σκευάζουσι πικράν. ἐγὼ δὲ καὶ δύο ἄλλας συντίθημι, κατὰ μὲν τὴν ἑτέραν αὐτῶν, πλέονα μιγνὺς τὰ θερμαίνοντα, κατὰ δὲ τὴν ἑτέραν, ἐλάττονα. πλέονα μὲν οὖν τἄλλα ἐμβληθήσεται, τῆς ἀλόης μόνης ἀφελόντων ἡμῶν τοῦ πλήθους, ὡς εἰς π΄. ἀλόης δραχμὰς, ἐμβάλλεσθαι τῶν ἄλλων ἑκάστου τὰς ἕξ. ἐλάττονα δὲ, τῆς ἀλόης τὸ πλῆθος αὐξησάντων, κ΄. δραχμαῖς, καὶ εἰς ρ΄. καὶ κ΄. τῆς ἀλόης ἑκάστου τῶν ἄλλων ἐμβάλ-
C λειν ἕξ. εὔδηλον δὲ ὅτι κινναμώμου τις ἀπορῶν, ἐμβαλεῖ κασίας τῆς ἀρίστης τὸ διπλάσιον, ἔνιοι γὰρ εἰς τοσοῦτον ἥκουσι τῆς κασίας τῆς ἀρετῆς, ὡς μηδὲν ἀποδεῖν ἀτόνου κινναμώμου, τοῖς γὰρ εὐτόνου, καὶ ἡ τοιαύτη κασία, πολλῷ λείπεται. ἀλλ᾽ ὥσπερ, ὅταν ἀπορῶμεν ἄρτου καλοῦ, τὸν φαυλότατον ἐσθίομεν, οὕτω καὶ κασίας τῇ καλλίστῃ χρησόμεθα, κατὰ τὴν ἀπορίαν τοῦ κινναμώμου. ἐφ᾽ ὧν μὲν οὖν συμβαίνει, ἥ τε γαστὴρ ἐστὶ ψυχρὰ, ἤτοι γ᾽ εὔκρατος μὲν, ἀλλ᾽ ἐπὶ τὸ ψυχρότερον ῥέπουσα, ἐπιτήδειόν ἐστι τὸ διοσπολιτικὸν καλούμενον φάρμακον. ὃ καὶ αὐτὸ διττῶς εἴωθα συντιθέναι. τοῖς μὲν ἐπεχομένοις
D τὴν γαστέρα, νίτρου τοῦ Βερενικαρίου καλουμένου, μιγνὺς ἴσον τῷ τε κυμίνῳ καὶ τῷ πηγάνῳ, καὶ τῷ πεπέρει. τοῖς δ᾽ εὔλυτον ἔχουσιν, ἥμισυ. συμπεφώνηται γὰρ, ὑπὸ τούτου τοῦ φαρμάκου, λεπτύνεσθαι μὲν τὸ φλέγμα, καὶ φυσώδη πνεύματα ἐκκενοῦσθαι, χαλεπὴ δ᾽ ἐστὶ, καὶ δυσμεταχείριστος ἡ ἐπιπλοκὴ τῆς δυσκράτου κατὰ θερμότητα γαστρὸς, τῇ ψυχρᾷ κεφαλῇ. τὸ μὲν γὰρ φλέγμα, τὸ καταρρέον εἰς τὴν γαστέρα, χρήζει τοῦ διὰ τῶν τριῶν πεπέρεών τε καὶ καλαμίνθης, ὥσπερ γε καὶ τοῦ προειρημένου διοσπολιτικοῦ. τὸ δὲ στόμα τῆς γαστρὸς, ὑπὸ τῶν ἐκπυρούντων βλάπτεται. τέμνειν οὖν τῶν οὕτω
E διακειμένων καὶ ἀπορρύπτειν τὸ φλέγμα, πειρᾶσθαι χρὴ διὰ τῶν μὴ θερμαινόντων, ὁποῖόν ἐστι καὶ ὀξύμελι. χαλεπὴ δὲ καὶ δυσθεράπευτος ἐστὶν ἐπιπλοκὴ, καὶ ἡ τῶν τοιούτων κατασκευῶν τοῦ σώματος, ἐν αἷς ἄτονον μὲν ἐστι, καὶ ναυτιῶδες τὸ στόμα τῆς κοιλίας, ὃ δὴ καὶ στόμαχον ὀνομάζουσιν, ἴσχεται δὲ ἡ γαστήρ. ὅσα γὰρ αὐτὴν προτρέπει, πάντα εὐθέως ἀνατρέπει τὸν στόμαχον, ὡς ἐπιπολάζειν τε αὐτῷ τὰ σιτία, καὶ ναυτίαν ἐργάζεσθαι πολλάκις. οἷς δὲ ἐξ ἀνάγκης ἕπεται, τὸ μὴ πέττεσθαι καλῶς
F τὴν τροφήν. ἐὰν δὲ πάλιν εὐστόμαχα διδῷς αὐτοῖς ἐδέσματα, καὶ τρίτης καὶ τετάρτης ἡμέρας ἡ γαστὴρ ἐπέχεται, τοῖς τοιούτοις οὖν ἓν εἶδος εὗρον διαίτης ἁρμόττειν, ἐν ἀρχῇ προσφερομένοις λάχανά τε δι᾽ ἐλαίου, καὶ γάρου, καὶ τἄλλα ὅσα μαλάττειν εἴωθε τὴν γαστέρα, μετὰ δὲ τὴν αὐτάρκη τροφὴν, ἐπιλαμβάνουσί τι τῶν τονούντων τὸν στόμαχον. ἔστι δὲ δὴ μῆλόν τε καὶ ἄπιον, καὶ ῥοιά. ἔνια γὰρ ἐστὶ τοιαῦτα τούτων, χωρὶς ὀξύτητος στύφοντα.

αὐτὸς δὲ ὁ ἄνθρωπος, ἁπάντων αὐτῶν ἐν μέρει πειραθέντων· ὅπερ ἂν ἀβλαβέστατόν τε, καὶ ἥδιστον εὑρίσκῃ, τούτῳ χρήσθω. μὴ πάνυ δὲ τούτων ἑκάστου λαμβανέτω, ἀλλ᾽ ὅσον, ὡς ἔφην, ἰάσασθαι τὴν ἀτονίαν τοῦ στομάχου· τῆς γὰρ τοιαύτης αὐτῶν χρήσεως ἐπειράθην, εὔλυτον ἐργαζομένης τὴν κοιλίαν. καὶ μᾶλλόν γε τοὐπίπαν οἱ οὕτω διακείμενοι διαχωροῦσιν, ἐπιφαγόντες τι τῶν στυφόντων, ἢ εἰ μηδ᾽ ὅλως ἐχρήσαντο. τονωθὲν γὰρ αὐτῶν τὸ στόμα τῆς κοιλίας, ὠθεῖ κάτω τὰ ἐπιπολάζοντα, καὶ σὺν αὐτοῖς τὰ καθ᾽ ὅλην τὴν ἄνω γαστέρα· καὶ τήν γε φορὰν τῶν σιτίων ὑποδεχόμενα, τὰ ἔντερα διαφυλάττει, προωθοῦντα καὶ αὐτὰ τὸ B προσγινόμενον ἐκ τῶν ὑπερκειμένων εἰς αὐτά. φαίνεται γὰρ ἡ προωστική τε καὶ ἀποκριτικὴ δύναμις, κἂν ἐκ τῶν κατὰ τὴν ἕδραν χωρίων ὁρμήσῃ τι πρὸς τὴν ἄνω φορὰν, ἄχρι πλείστου διαφυλάττουσα· καί τοι παρὰ φύσιν οὔσης ἐν ζώῳ τῆς τοιαύτης ὁδοῦ. ὅτι δὲ ἀληθές ἐστιν ὃ λέγω, πάρεστι μαθεῖν ἑκάστῳ, τῶν πολλάκις ἡμῖν συμβαινόντων ἀναμνησθέντι. δακνώδης γὰρ οὖν ἐνίοτε χυμὸς, εἰς τὰ κατὰ τὴν ἕδραν χωρία παραγενόμενος, ἐρεθίζει μὲν ἡμᾶς ἐπὶ τὴν ἔκκρισιν αὐτοῦ· κατασχεῖν δὲ αὐτὸν ἀναγκασθέντες, ἐπειδὰν ἐν πολιτικαῖς ὦμεν πράξεσιν, ἀπαλλαγέντες αὐτῶν, οὐκέτ᾽ ἀποκρινόμεν, C αἰσθανόμεθά τε πολλάκις, ἐκ τούτου τῆς κεφαλῆς ὀδυνηρᾶς γινομένης, ἀναφερομένου. εὐλόγως οὖν, εἰ καὶ τοῖς ὑπακτικοῖς σιτίοις ἐπιπολαζόντων τοῦ στομάχου, τὰ στύφοντα ληφθέντα, τόνον ἐποιήσατο τοῖς ἄνω μέρεσι τῆς γαστρὸς, ἀρχὴν τῆς κάτω φορᾶς ἐργάζεται τοῖς ἐν αὐτῇ περιεχομένοις, ἣν διαδεχόμενα τὰ ἔντερα μέχρι τοῦ κάτω πέρατος εἴωθε φυλάττειν.

A Ipse autem qui affligitur, omnibus seorsum vsu exploratis, quod minimè noxium iucundissimúmque inuenerit, eo vtitor. Non multum autem de horum singulis est sumendum, sed quantum (vt dixi) imbecillitatem stomachi reficiat; nam eiusmodi horum vsum ventrem soluere experientia comperi. Atque in totum magis, qui ita sunt affecti deiiciunt; si quid adstringens post cibum sumpserint, quàm si eo prorsus caruerint, propterea quòd os ventris iam roboratum & trudit deorsum quæ in summo natant, & cum his vnà quæ in toto superiore sunt ventre; ac ciborum quoque copiam intestina B quoque excipientia seruant, ipsa quoque impellentia, quæ à superioribus acceperunt. Videtur enim ipsa tum impellendi tum expellendi vis, etiamsi à sede ipsa aliquid sursum impulerit, ipsum motum longissimè tueri, quamuis præter naturam sit eiusmodi in animalis corpore transitus. Cæterùm ita se habere quod dico, intelligere licet vnicuique si quod sæpè nobis accidit, in memoriam reuocet. Nam mordax interim humor in locum aliquem sedi vicinum receptus, ad expulsionem sui nos irritat: quem tamen cohibere propter ciuilia ne- C gotia coacti, nec ab his expediti eum expellimus, & facta conuersione eius, caput inde dolore sæpenumero sentimus. Meritò igitur, tametsi lubricantes cibi fluctuent in stomacho, austera sumpta, vbi superioribus ventris partibus robur addiderint, principium deorsum ferendi iis quæ in eo continentur, suppeditant, Id ferendi principium intestina tum excipere, tum ad imum vsque exitum seruare solent.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΑ'.

D

Περὶ προνοίας τῶν κατὰ τοὺς νεφροὺς λιθιώντων τε καὶ τῶν ἀρθριτικῶν.

Αὐτάρκως οὖν εἰρημένων τούτων, ὥρα μεταβαίνειν ἐπ᾽ ἄλλην κατασκευὴν ἀνώμαλον, οὐδεμιᾶς τῶν προειρημένων ἀπολειπομένην τῇ κακίᾳ, καθ᾽ ἣν οἱ μὲν νεφροὶ, λίθους, ἢ πώρους, ἢ ὅπως οὖν ὀνομάζειν ἐθέλεις, γεννῶσιν· ἡ δὲ τοῦ σώματος ἅπαντος φύσις ἰσχνὴ τετύχηκεν οὖσα. χρῄζουσι μὲν γὰρ οὗτοι φαρμάκων καὶ διαιτημάτων λεπτυνόντων, ἐναντιώτατα δ᾽ ἐστὶ ταῦτα τοῖς ἰσχνοῖς σώμασιν, ὥστε τις τῶν χρωμένων αὐτοῖς διὰ τοὺς νεφροὺς, δυσκινήτων τε, καὶ δυσαισθήτων, καὶ ὥσπερ E ψοφούντων τι καπυρὸν, ὡς αὐτὸς ὠνόμαζεν, αἰσθανόμενος τῶν δακτύλων, ἐκοινώσατο μὲν τὰ πρῶτα τοῖς κατὰ τὴν Καμπανίαν ἰατροῖς, ἔνθα διέτριβεν, οἱ δὲ, ὡς καταφερομένου αὐτοῦ ἐπὶ διάθεσιν παράλυσιν ἀπειλοῦσαν, τοῖς διὰ εὐφορβίου καὶ λιμνήσεως, ἣν ἀδάρκην τε, καὶ ἄδαρκον ὀνομάζουσιν, ἐχρῶντο φαρμάκοις. ὡς δὲ πολὺ χείρων ἡ διάθεσις ἐγένετο, καὶ προσανέβαινεν ἀεὶ τὰ συμπτώματα, τοῖς ὑπερκειμένοις μέρεσι, μετὰ τοῦ σφόδρα ὀδυνᾶσθαι, κατά τινα τύχην ἐπιδημήσαντί μοι τὴν Καμπανίαν, δηλώσας ὁ κάμνων τὰ συμβαίνοντα, παρεκάλει βοηθεῖν. ἐγὼ δὲ, ὅτι μὲν ἐκ τῶν φαρμάκων, ὧν εἶπεν, ὑπεξηρανθεὶς, εἰς F τοιαύτην ἧκε διάθεσιν, συνῆκα· ζητῶν δὲ τίνα ἄν τις αὐτῷ δίαιταν εὕροι, καθ᾽ ἣν ἄνευ τοῦ βλάπτεσθαι τοὺς νεφροὺς ἰάσεται τῆς ξηρότητος, πτισάνης τε χυλὸν ἐπενόησα, καὶ τῶν ἰχθύων τοὺς πετραίους τε καὶ πελαγίους, ὅσοι τε ἄλλοι μηδὲν ἔχουσι γλίσχρον. οὕτω δὲ, καὶ τῶν πτηνῶν ζώων, ὅσα παραπλήσιον ἔχει τὴν σάρκα.

CAPVT XI.

De conseruandis iis qui vel renum calculo, vel articulorum vitiis laborare solent.

Atque quum satis de his hactenus sit dictum, ad aliam inæqualem constitutionẽ transire par est quæ nulli dictarum in malitia cedit, vtique in qua renes calculum gignunt, aut tophos, aut quomodocunque aliter vocare volueris; totus verò corporis habitus gracilis est; hi namque medicamenta & victum quæ extenuare possint, requirunt. At ea gracili corpori sunt inimicissima; adeo vt quidam qui propter renum vitium E vsus his fuerat, vbi digitos deteriùs moueri sentiréque percepit, & vt ipse loquutus est, veluti cauum quiddam sonantes, communicauit rem medicis, primùm in Campania vbi ipse agebat. Hi tanquam eo affectu laboraret qui paralysin minaretur, medicamentis quæ ex euphorbio & lymnesi quam etiam adarcen vel adarcum vocant vtebantur. Vt autem affectus ei in deterius cessit, & symptomata cum vehementi dolore ad superiores partes semper ascenderent, mihi qui id temporis in Campania fortè eram, rem indicauit opémque rogauit. Ego verò eum ex F iis medicamentis quæ memorauit, siccatum in hunc affectum venisse intellexi; quærentíque qua maximè victus ratione siccitati suæ citra renum noxam mederi quis posset, ptissanæ cremorem excogitaui, & pisces tum saxatiles, tum qui in alto mari degunt, aliósque in quibus nihil esset glutinosum. Simili modo & ex volatilibus quæcunque similem carnem habent.

Porrò

Porrò multæ ex montanis vocatis volucribus tali sunt temperamento; quas namque in vrbibus conclusas caupones humido ac copioso nutrimento impinguant, aduersissimæ his sunt. Optima verò iis qui ita sunt affecti caro est, vt ex auibus perdicum; proxima attagenarum, & sturnorum, merularũ, & turdorũ. Quòd si montanarũ auiũ copia non est, de iis quæ in agro victitant, & gregalibus columbis qui in turribus nidificant, sumere licebit; itémque passerculos qui similiter in turribus nidificant, quos Pyrgitas vocant; sunto autem in editis locis eiusmodi turres. Ita namque & gallis, & gallinis qui in villis aluntur, vti licet. Lac verò sic affectis reliquorum quidem animalium est prohibendum, vnum verò asininum concedendum, propterea quòd cæteris omnibus est tenuius. Ac vno verbo dicam, mediam esse conuenit inter extenuantem impinguantémque victus eorum rationem. Particularem verò quæ his conueniat materiam tum in iis libris scripsimus qui sunt de alimentorum facultatibus, tum in eo in quo de euchymia & cacochymia præcepimus. Itaque superuacuum est hoc loco pluribus morari, quum id tantum dixisse sit satis de toto horum corpore nutriendo curam habendam per eam quam supra comprehendi victus rationem, vbi de eo sermonem feci qui quidvis potius sufferre voluit, quàm pice illini. At si obesus sit quem calculus infestat, audacter huic tenuem victum iniungito. Eadem verò existima & de iis qui articulorum vitiis laborant. Quippe ipsi quoque medicamentis arthriticis podagricísque ebibitis, si carnosi & crassi & pingues sunt, nullum sentiunt incommodum; sin graciles, non modò totum corpus, sed etiam pedes ipsos, interdum verò & manus, si hæ quoque priùs malè habebant, in grauissimum statum siccando perducunt. Scire tamen licet podagricas has antidotos multùm à nephriticis distare, non in eo modo quòd crassos glutinosósque succos attenuent, verùm etiam quòd calefaciant & siccent; nam calculosis quæ in principio valde calefaciãt, dare nullo modo conuenit. Quoniam verò dictum abundè de talibus omnibus est in opere de medendi ratione, ac in libris de medicamentis, (qui & ipsi duplices sunt, qui priores ordine sunt, de medicamentis simplicibus; qui posteriores, de compositis) profectò nec omnino nihil, nec prolixiùs meminisse de his conueniebat, propterea quòd eiusmodi corpora inter ea quæ exactam sanitatem habent & quæ iam ægrotant, medium statum obtinent: siquidem ea pars artis quæ prophylacticè dicitur affectis ad hunc modum corporibus consulit. Nemini ex iis qui corporis habitum inculpatum habent, aut medicamenta bibenda, aut attenuante victu vtendum censemus. Sed qui pro naturali imbecillitate, aut corporis totius, aut partium quarundam ex leui causa læduntur, hos ad dictam prophylactices partis victum traducendos censemus, atque à suspecto submouendos, quem tamen nemini esse noxium videmus eorum qui naturali corporis bono sunt habitu, & modicè laborare non grauantur.

A πολλὰ δὲ ἐστὶ τῶν ὀρείων ὀνομαζομένων ὀρνίθων, τοιαῦτα ταῖς κράσεσιν· ὅσα γὰρ ἐν ταῖς πόλεσι κατακλείσαντες, ὑγραῖς καὶ πολλαῖς τροφαῖς πιαίνουσιν οἱ τὰ τοιαῦτα καπηλεύοντες, ἐναντιώτατα τούτοις ἐστί. ἀρίστη δὲ σὰρξ εἰς τὰς τοιαύτας διαθέσεις ἐστίν, ὡς τῶν ὀρνίθων περδίκων, ἐπ' αὐταῖς δὲ τῶν ἀτταγήνων, καὶ ψαρῶν, καὶ κοσσύφων, καὶ κιχλῶν. ἐὰν δὲ ἀπορῶμεν ὀρείων ὀρνίθων, ἐκ τῶν ἐν τοῖς ἀγροῖς τρεφομένων, καὶ τῶν κατὰ τοὺς πύργους περιστερῶν νομάδων λαμβάνειν προσήκει· καθάπερ γε καὶ τῶν ἐν τοῖς πύργοις νεοττευόντων στρουθίων, οὓς ὀνομάζουσι πυργίτας· ἔστωσαν δὲ ἐν ὑψηλοῖς B χωρίοις οἱ τοιοῦτοι τῶν πύργων· οὕτω γὰρ καὶ ταῖς ἀλεκτορίσι, καὶ τοῖς ἀλεκτρυόσι τοῖς κατὰ τὰς ἐπαύλεις τρεφομένοις, ἔνεστι χρῆσθαι. γάλακτος δὲ, τοῦ μὲν τῶν ἄλλων ζώων, εἴργειν τοὺς οὕτω διακειμένους, μόνου δ' ἐπιτρέπειν χρῆσθαι τοῦ τῶν ὄνων, ἐπειδὴ λεπτομερέστερόν ἐστι τοῦτο τῶν ἄλλων. καὶ συνελόντι φάναι, μεταξὺ τῆς τε λεπτυνούσης διαίτης, καὶ τῆς παχυνούσης, εἶναι χρή. τὴν δὲ τούτοις ἁρμόττουσαν τὴν κατὰ μέρος ὕλην, ἐν τοῖς περὶ τῶν τροφῆς δυνάμεων ὑπομνήμασιν ἔγραψα, καὶ προσέτι ἐν τῷ περὶ τῆς εὐχυμίας τε καὶ κακοχυμίας. διὸ καὶ μηκύνειν ἐν τῷ παρόντι, περιττόν, C ἀρκεῖ γὰρ τοῦτο μόνον εἰπεῖν, ὡς κατὰ τῆς τοῦ ὅλου σώματος ἀναθρέψεως, ἐπὶ τῶν τοιούτων προνοεῖσθαι χρὴ δι' ἧς ἔμπροσθεν εἶπον ἀγωγῆς, ἡνίκα ἐμνημόνευσα τοῦ πάντα μᾶλλον ὑπομένοντος παθεῖν, ἢ πιττώσασθαι. παχέος δὲ ὄντος τοῦ λιθιῶντος ἀνθρώπου, θαῤῥῶν ἂν προσφέροιτο τῇ λεπτυνούσῃ διαίτῃ. τὰ δ' αὐτὰ νόμιζε καὶ περὶ τῶν ἀρθριτικῶν προσιέναι. πίνοντες γὰρ κἀκεῖνοι τὰς ἀρθριτικάς τε καὶ ποδαγρικὰς ἀντιδότους, οἱ μὲν εὔσαρκοι, καὶ παχεῖς, καὶ πιμελώδεις, οὐδὲν βλάπτονται· λεπτοὶ δὲ ὑπάρχοντες, ὅλον τε τὸ σῶμα ξηραίνοντες, καὶ πόδας αὐτούς, ἐνίοτε καὶ D τὰς χεῖρας, εἰ πρότερον ἐπεπονήκεσαν, εἰς χαλεπωτάτην ἄγουσι διάθεσιν. εἰδέναι μέν τοι χρὴ τὰς ποδαγρικὰς ταύτας ἀντιδότους, πολλῷ τῶν νεφριτικῶν διαλλάττειν, οὐ μόνον τῷ λεπτύνειν τοὺς παχεῖς καὶ γλίσχρους χυμούς, ἀλλὰ καὶ τῷ θερμαίνειν τε καὶ ξηραίνειν· ἐπεὶ γάρ τοι τῶν νεφριτικῶν, οὐδὲ τὴν ἀρχὴν ὅσα θερμήνειε σφοδρῶς, διδόναι χρή. λέλεκται δὲ τελέως δηλονότι περὶ τῶν τοιούτων ἁπάντων, ἐν τῇ τῆς θεραπευτικῆς μεθόδου πραγματείᾳ, κἂν ταῖς περὶ τῶν φαρμάκων, διτταῖς οὔσαις καὶ ταύταις, προτέρας μὲν τῇ τάξει, τῆς τῶν ἁπλῶν, δευτέρας δὲ, τῆς τῶν E συνθέτων· οὔτε μηδ' ὅλως, οὔτ' ἐπὶ πλέον μεμνῆσθαι προσήκει, διότι, καὶ τὰ τοιαῦτα σώματα μεταξὺ τῶν τε ἀκριβῶς ὑγιαινόντων, καὶ τῶν ἤδη νοσούντων ἐστί. τὸ γάρ τοι προφυλακτικὸν ὀνομαζόμενον μέρος τῆς ἰατρικῆς, τῶν οὕτω διακειμένων προνοεῖται σωμάτων. οὐδένα γοῦν τῶν ἄμεμπτον ἐχόντων τὴν τοῦ σώματος ἕξιν, οὔτ' ἀξιοῦμεν φάρμακα πίνειν, οὔτε λεπτυνούσῃ διαίτῃ χρῆσθαι. τοὺς δὲ διὰ φυσικὴν ἀσθένειαν, ἤτοι τοῦ σώματος ἅπαντος, ἢ μορίων τινῶν ἑτοίμως βλαπτομένους, εἰς τὴν προφυλακτικὴν ὀνομαζομένην ἀγωγὴν ἀξιοῦμεν ἕλκεσθαι, τῆς ὑπόπτου F διαίτης ἀφισταμένους, ὑφ' ἧς οὐδὲν ὁρῶμεν βλαπτομένους, ὅσοι καλῶς κατεσκευασμένοι τὰ σώματα φύσει διαπονεῖν οὐκ ὀκνοῦσι τὰ μέτρια.

A

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΒ'.

Περὶ καταρρόου καὶ τῶν ἐκ τῆς κεφαλῆς περιττωμάτων εἰς τὰ ὑποκείμενα ταύτῃ μόρια φερομένων.

Τοῖς μέν τοι ῥᾳδίως πάσχουσιν, ὡς καὶ τοῖς μεγάλοις νοσήμασιν ἐμπίπτειν συνεχῶς, οἷον τοῖς ἐπιληπτικοῖς τε, καὶ σκοτωματικοῖς, καὶ κεφαλαλγικοῖς· ἔτι τε τοῖς ἄλλοις, ἐφ' ὧν ἡ κεφαλὴ τοῖς ὑποκειμένοις μορίοις αἰτία γίγνεται τῶν συμπτωμάτων, ἐν οἷς εἰσιν ὀδόντες, οὖλά τε, καὶ κίων, καὶ συλλήβδην εἰπεῖν, ἅπαντα τὰ κατὰ τὸ στόμα, καὶ τὴν φάρυγγα μόρια· καὶ πρὸς αὐτοῖς ὦτα, καὶ ὀφθαλμοί, καὶ στόμαχος, καὶ B κοιλία, καὶ τὰ πνευματικὰ μόρια, λάρυγξ, καὶ τραχεῖα ἀρτηρία, καὶ πνεύμων, καὶ θώραξ· ὁ σκοπὸς τῶν διαιτημάτων κοινός, αὐτὴν μέν, καὶ πρώτην· καὶ μάλιστα τὴν κεφαλὴν ἐργάζεσθαι δυσπαθῆ· μετὰ ταῦτα δὲ καὶ τῶν βλαπτομένων μορίων προνοεῖσθαι, γινώσκοντας, ὡς καὶ τοῦτ' αὐτὸ πάλιν ἑτέρου δεῖται διορισμοῦ, λέγω δέ, τοῦ μὴ πάντα ῥωννύναι τὰ βλαπτόμενα μόρια. ἄριστος δὲ διορισμός, ὁ εἰς τὴν χρείαν αὐτῶν ἀναγόμενος· ὀφθαλμῶν μὲν γάρ, καὶ ὤτων, ἡ χρεία μεγάλη, καὶ διὰ τοῦτο προσήκει, τῶν ἐκ τῆς κεφαλῆς περιττωμάτων εἰς αὐτὰ φερομένων, τὴν ὑφ' Ἱπποκράτους C ὀνομαζομένην παροχέτευσιν ἐργάζεσθαι· μάλιστα μὲν ἐπὶ ῥῖνα παριόντα τὸ φερόμενον ἐπ' αὐτά. ταύτης δ' οὐχ ὑπακουούσης, εἰς τὸ στόμα, διὰ τῶν ἀποφλεγματιζόντων φαρμάκων, ὥσπερ γε καὶ ἐπὶ τὴν ῥῖνα, διὰ τῶν πταρμοὺς κινούντων, ὅσα τε πρὸς τὰς ἐμφράξεις αὐτῶν ἁρμόττει. ὀφθαλμοὺς δὲ τονώσεις, τῷ διὰ τοῦ Φρυγίου λίθου χρώμενος ξηρῷ κολλυρίῳ, τοῖς βλεφάροις ἐπάγων τὴν μήλην, χωρὶς τοῦ προσάπτεσθαι τοῦ κατὰ τὸν ὀφθαλμὸν ἔνδον ὑμένος. οὕτως γοῦν πράττουσιν ὁσημέραι, καὶ αἱ στιμμιζόμεναι γυναῖκες. εἰς δὲ τὴν τῶν ὤτων ῥώμην, ἀπόχρη μὲν καὶ τὸ γλαύκιον μόνον, ἀποτριβόμενον ἐπ' ἀκόνης D σὺν ὄξει, κἄπειτα διὰ μήλης ἐγχεόμενον, ἀπόβρεγμα χλιαρόν, ἢ διὰ τούτου δὴ τοῦ συνήθους ὀργάνου, καλουμένου δὲ ὑπὸ πάντων ὠτεγχύτου· κἄπειδὰν ἤδη σοι δοκῇ τονοῦσθαι καλῶς, ὡς μηδὲν ἐπιρρεῖν αὐτοῖς, συνεχῶς ἐνστάζειν τι ναρδίνου μύρου τοῦ ἀρίστου· πρότερον μὲν ἐν Λαοδικείᾳ μόνῃ τῆς Ἀσίας σκευαζομένου καλλίστου, νυνὶ δὲ καὶ κατ' ἄλλας πόλεις. ἔτι δὲ μᾶλλον, τὸ διὰ γλαυκίου καλούμενον κολλύριον, ὀνήσει τε καὶ ῥώσει τὰ ὦτα, καὶ τὸ διὰ ῥόδων, καὶ τὸ κροκῶδες, καὶ τὸ νάρδινον, καὶ τὸ δι' οἴνου, καὶ τῶν μύρων τὰ ἐν Ῥώμῃ σκευαζόμενα E ταῖς πλουσίαις γυναιξίν, ἃ φυλλίατά τε καὶ σπικᾶτα προσαγορεύουσιν. εἰ δὲ πολύ, συνεχῶς ἐπὶ τὰ ὦτα φέροιτο τὸ ἀπὸ τῆς κεφαλῆς ῥεῦμα, καὶ πύον, καὶ ἕλκωσις ἤδη γεγονυῖα τύχοι, τὴν μὲν ἕλκωσιν διά τε τοῦ Ἀνδρωνίου φαρμάκου, καὶ τῶν ὁμοίων ἐκθεραπευτέον. ἐν δὲ τῷ ταῦτα πράττειν, ἀντισπαστέον ἐπὶ ῥῖνά τε καὶ στόμα, καὶ μετὰ ταῦτα τοῖς εἰρημένοις χρηστέον.

CAPVT XII.

De defluxione & excrementis quæ à capite in subiectas ei partes feruntur.

Verùm qui ex leui causa malè afficiuntur, vt magnis morbis assiduè vexentur, veluti comitiali vertigine, capitis doloribus; item aliis in quibus caput subiectis partibus symptomatum occasio est, quarum sunt dentes, gingiuæ, columella, vno verbo omnes quæ in ore, & faucibus sunt partes; ad hæc aures, & oculi, & stomachus, & venter, & spirandi partes, nempe larynx, & aspera arteria, & pulmo, & thorax; his victus communis scopus est, caput ipsum ante omnia & quàm accuratissimè minus opportunum ad vitia reddere; mox etiam affectis partibus prospicere, modò tamen non ignoretur, hoc ipsum quoque alia distinctione egere, vtique hac, Non omnes quæ læsæ sunt partes esse roborandas. Optima verò distinctio est quæ ex vsu earum petitur; quippe oculorum & aurium permagnus est vsus, ac idcirco decumbentibus in has à capite excrementis, quæ ab Hippocrate deriuatio dicitur, molienda est, ac ad nasum potissimùm trahenda quæ in has partes feruntur. Sin ad nasum non sequuntur, in os ipsum, vtique per ea quæ pituitam eliciunt, sicuti ad nasum, tum per ea quæ per sternutamenta mouent, tum quæ eius obstructiones aperiunt. Oculis verò ipsis robur adiicies, si sicco collyrio quod ex phrygio lapide componitur, vtare, ac sic palpebris specillo inducas ne oculi membranam intus contingas; ita namque mulieres quotidie faciunt, quum stibio oculis gratiam conciliant. Ad aurium verò robur sufficit, vel glaucium solum super cote tritum cum aceto, mox tepidum per specillum blandè infusum, aut etiam per instrumentum illud quod publicè in vsu est, & dictos clysteres auriculares; vbi verò satis firmatæ sunt ita vt nihil in has confluat, assiduè instillandum optimi nardini vnguenti aliquid: id olim duntaxat Laodiceæ in Asia præstantissimum fiebat, nunc verò & in aliis fit vrbibus. Robur autem auribus vel magis afferet, iisdémque proficiet collyrium quod diaglaucium propterea quòd glaucium recipit, vocant; præterea diarhodon, & crocodes, & nardinum, & quod ex vino dicitur; præterea ex vnguentis ea quæ Romæ opulentis mulieribus conficiuntur, quæ foliata & spicata vocant. Quòd si larga fluxio & sanies assiduè in aures à capite feratur, & exulceratio iam facta sit, sanè exulcerationi Andronis medicamento, & similibus medeberis. Inter autem id agendum auertere materiam ad nasum & os debebis quo facto iam comprehensis vteris.

F

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΓ'.

Περὶ κοινῆς ἐπισχέσεως τοῦ ῥεύματος.

Ὥσπερ δὲ ὑπὸ τῶν ἐκ τῆς κεφαλῆς καταρρεόντων, βλάπτεται πολλάκις πολλὰ τῶν ὑποκειμένων, οὕτως καὶ δι' ἧπαρ, ἢ νεφρούς, ἢ σπλῆνα, νόσοι συμβαίνουσιν ἑτέροις,

CAPVT XIII.

De communi ratione fluxionis sedandæ.

Qvemadmodũ autem ex iis quæ à capite defluunt nonnunquã læduntur aliqua eorum quæ illi subiecta sũt, sic ex iecinore & renibus vel liene, in alias partes, quæ ipsis sunt imbecilliores, morbi

morbi incidunt. Siquidem demonstratum in iis commentariis est qui sunt de naturalibus facultatibus inscripti, singulas partes trahendi facultatem habere proprij sibi ac conuenientis succi: quem alterantes assimilantésque, eo vtuntur ad nutrimentum. Rursus aliam facultatem habere, qua quod superuacuum est, expellere in vicinum desiderent. Ac si quidem ipsa quæ affecta pars est, corporis habitum firmum habeat, quod sibi obtruditur vtique non admittit, facítque vt in ipsa solùm quæ primùm affecta pars est, dolor vsque subsistat. Sin imbecillior sit quàm illa vnde excrementum mittitur, admittit illa quidem, cæterùm ipsa quoque ad imbecilliorem quampiam à se rursus transmittit, atque hæc rursus ad aliam, donec in eam procumbat qua imbecillior nulla sit reliqua. Atque ad hunc quidem modum, quorum nulla victus sui cura est, alius alia parte assiduè vexatur. Qui nihil colligunt superuacui, iis manent imbecillæ partes semper in tuto. Cuius rei euidentissimum argumentum est, quòd aliqui sex mensibus pluribúsve infirmis partibus laborant: si enim sola imbecillitas in ipsa id efficeret, perpetuò laboraret infirma pars, ceu cui ægrotationis causa nunquã abesset. Nunc quoniam perpetuò nõ laborat, manifestum est aliud quippiam interuenire quod eius affectus gignendi sit occasio. Quod certè aliud non est quàm quod vel quantitate, vel qualitate redundat. Atque hoc ipsum quod redundat, aut per totũ colligitur corpus, vocántque eiusmodi affectum plethoram: aut in parte aliqua principe, sed quæ alioqui naturâ sit imbecillior. Id verò aut in ipsa manens, aut se in imbecilliorem quampiam naturâ recipiens, noxã ingerit. Illud ergo ante omnia considerandum definiendúmque est, an à seipsa perpetuò pars laboret, an propter aliã, priùs ipsã affectam. Atque extrinsecus quidem nonnunquã imbecillæ parti noxa incidit ex eo quòd refrigerata, aut contusa, aut vulnerata, aut lassata est; plurimùm tamen ex victus ratione quæ redundantiam vitiosúmve succum cõtrahit. Attendere itaque magnitudini naturalis infirmitatis mẽbri conueniet, hac prius distinctione vsum; ac tenuiorem quidẽ homini victum quàm priùs exhibere: tum idoneã exercitationem iniungere; cauere verò ne quid ab externis causis noxæ incidat. Postea si ab his nec ipse gracilis fiat, nec imbecilla eius pars affligatur, insistendum eidem victus rationi est. Sin autem aut omnibus partibus fiat gracilis, aut aliquo afficiatur, quod cõstitutionis sit vitiosæ, mutare talem victus rationẽ debebis: vtique si afficiatur duorum alterum faciens, aut victum hominis in tenuiorem mutans, aut certo anni tempore purgatione vtẽs. Ac aliis quidem vna quotannis purgatio verè incipiente satisfacit, aliis altera quoque post hanc autumno est opus. Ac si sanguinis quidem abundantiam corpus congessit, mittendus is est; sin vitiosum succum, vacuandus hic medicamento est quod superantem humorem purget. Quòd si ex tenui victu pars afflicta leuetur, sed corpus emacietur, picatione vtendum, sicut antea est comprehensum ad extenuati habitus refectionem.

A μορίοις ἀσθενεστέροις αὐτῶν. ἐδείχθη γὰρ ἐν τοῖς τῶν φυσικῶν δυνάμεων ὑπομνήμασιν, ἕκαστον μόριον, ἑλκτικὴν τῶν οἰκείων αὐτοῦ χυμῶν ἔχον δύναμιν, οἷς ἀλλοιοῦσί τε κἀξομοιοῦσιν εἰς τὴν τροφὴν καταχρῆται. καί τινι πάλιν ἑτέρᾳ δυνάμει τὸ περιττὸν ἀποκρίνειν ἐφιέμενον, εἴς τι τῶν πλησίον. ἂν μὲν οὖν αὐτὸ τὸ πεπονθὸς εὔρωστον ἔχῃ τὴν ἕξιν τοῦ σώματος, οὐ δέχεται τὸ πεμπόμενον, ὥστ' ἐν τῷ πρώτῳ παθόντι μόνον ἐκείνῳ τῷ μορίῳ, συνεχῶς πάσχοντα τὸν ἄνθρωπον, ἀπέδειξεν. ἐὰν δ' ἀσθενέστερον ᾖ κατά τι τοῦ πέμποντος, ἐδέξατο μέν, αὖθις δὲ ὠθεῖ πρός τι καὶ αὐτὸ τῶν
B ἀσθενεστέρων, κἀκεῖνο πάλιν εἰς ἄλλο, μέχρις ἂν εἴς τι τῶν οὐδὲν ἐχόντων ἀσθενέστερον ἑαυτῶν κατασκήψῃ τὸ περιττόν. κατὰ τοῦτον μὲν οὖν τὸν λόγον, ἄλλῳ μέρει συνεχῶς ἐνοχλεῖσθαι, τῶν ἀμελῶς διαιτωμένων. τοῖς δὲ μηδὲν ἀθροίζουσι περιττόν, ἀβλαβὲς ἀεὶ μένει τὸ ἀσθενές. ἀπόδειξις δὲ τούτου σαφεστάτη, τὸ δι' ἓξ μηνῶν ἢ πλεόνων, ἐνίους ἐνοχλεῖσθαι τοῖς ἀσθενέσι μορίοις. εἰ γὰρ αὐτὴ μόνη ἡ ἀσθένεια, τὴν βλάβην διὰ παντὸς ἂν ἔπασχε τὸ ἄρρωστον μόριον, ὡς ἄν γε διὰ παντὸς ἔχον ἐν αὐτῷ συνυπάρχουσαν τὴν τοῦ πάσχειν αἰτίαν. ἐπεὶ τοίνυν οὐ πάσχει διὰ παντός, εὔδηλόν ἐστι, καὶ
C ἄλλο τι προσέρχεσθαι τὸ συμπληροῦν τοῦ παθήματος αὐτοῦ τὴν γένεσιν. ὅπερ οὐδὲν ἕτερόν ἐστι τοῦ περιττεύοντος, ἢ κατὰ τὸ πλῆθος, ἢ κατὰ ποιότητα. καὶ τοῦτό γε αὐτὸ τὸ περιττεῦον, ἢ καθ' ὅλον ἀθροίζεται τὸ σῶμα καὶ καλοῦσι πληθώραν τὴν τοιαύτην διάθεσιν, ἢ ἔν τινι τῶν κυρίων μέν, ἀσθενῶν δὲ φύσει μορίων. ὅπερ ἤτοι γε ἐν αὐτῷ μένον, ἢ πρός τι τῶν ἀσθενεστέρων φύσει μορίων ἀποχωροῦν, τὴν βλάβην ἐργάζεται. σκεπτέον οὖν ἐστι, καὶ διοριστέον αὐτὸ τοῦτο πρῶτον, εἴτε δι' ἑαυτοῦ συνεχῶς νοσεῖ τὸ μόριον, εἴτε δι' ἄλλο τι πρότερον αὐτοῦ πάσχον. ἐνίοτε μὲν οὖν ἔξω-
D θεν ἡ βλάβη τοῖς ἀσθενέσι γίνεται μορίοις, ἤτοι ψυχθεῖσιν, ἢ θλασθεῖσιν, ἢ πληγεῖσιν, ἢ κοπωθεῖσιν, ὡς τὰ πολλὰ δέ, ἐπὶ τοῖς διαιτήμασι πλῆθος ἢ κακοχυμίαν ἀθροίζουσι. προσέχειν οὖν χρὴ τῷ μεγέθει τῆς φυσικῆς ἀσθενείας τοῦ μορίου, διορισμῷ χρώμενον τοιῷδε. λεπτότερον χρὴ διαιτῆσαι τὸν ἄνθρωπον, ἢ πρόσθεν, ἅμα τῷ δηλονότι καὶ τὰ προσήκοντα γυμνάσια γυμνάζεσθαι. φυλάττεσθαι δὲ καὶ τὴν ἀπὸ τῶν ἔξωθεν αἰτίων βλάβην. εἶτ' ἐὰν μὲν ἐπὶ τούτοις, μήτ' ἰσχνὸς γίγνηται, μήτε διοχλεῖται τὸ ἄρρωστον αὐτοῦ μόριον, ἐπιμένειν τοῖς διαιτήμασιν. ἐὰν δ' ἤτοι λεπτύ-
E νηται πᾶσι τοῖς μέρεσιν, ἢ καί τι πάσχῃ τὸ φαύλως κατεσκευασμένον, ὑπαλλάττειν τὴν τοιαύτην δίαιταν. ἐὰν μὲν πάσχῃ, δυοῖν θάτερον ἐργαζομένους, ἢ τὴν δίαιταν ἐπὶ τὸ λεπτότερον ἄγοντας, ἢ κενώσεσιν ὡραίαις χρωμένους. ἐνίοις μὲν οὖν, ἦρος εἰσβάλλοντος αὐτάρκης κένωσις μία καθ' ἕκαστον ἔτος γιγνομένη, τισὶ δ' ἐπὶ τῇδε, καὶ δευτέρας, φθινοπωρινῆς γὰρ χρεία. πλῆθος μὲν οὖν ἀθροίζοντος τοῦ σώματος, αἵματος ἀφαιρέσει κενοῦν· κακοχυμίαν δέ, διὰ καθαίροντος φαρμάκου τὸν ἐπικρατοῦντα χυμόν. ἐὰν δὲ ἐπὶ τῇ προσηκούσῃ διαίτῃ μηδὲν πάσχῃ τὸ μόριον, ἰσχναίνη-
F ται δὲ τὸ σῶμα, τῇ πιττώσει χρηστέον, ὡς ἔμπροσθεν εἴπομεν εἰς ἀνάθρεψιν ἕξεως λεπτυνούσης.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΔʹ.

Περὶ τῶν τὸ σπέρμα πολὺ γεννώντων τε, καὶ ἀποκρινόντων.

Μοχθηροτάτη δὲ σώματος ἐστὶ καὶ ἡ τοιάδε· σπέρμα πολὺ, καὶ θερμὸν ἔνιοι γεννῶσιν, ἐπείγει γὰρ αὐτοὺς εἰς ἀπόκρισιν, οἳ μετὰ τὴν ἔκκρισιν, ἔκλυτοί τε γίγνονται τῷ στόματι τῆς κοιλίας, ὃ καὶ αὐτὸ καλεῖται στόμαχος, οὐ μόνον ὑπὸ τῶν ἰατρῶν, ἀλλὰ καὶ ὑπὸ τῶν ἄλλων ἀνθρώπων, ὥσπερ ὑπὸ τῶν παλαιῶν ἐκαλεῖτο καρδία, καὶ τῷ σώματι δὲ παντὶ καταλύονταί τε, καὶ ἀσθενεῖς γίγνονται, καὶ ξηροὶ, καὶ λεπτοὶ, καὶ ὠχροὶ, καὶ κοιλοφθαλμιῶντες, οἱ οὕτω διακείμενοι. εἰ δὲ ἐκ τοῦ ταῦτα πάσχειν ἐπὶ ταῖς συνουσίαις ἀπέχοιντο μίξεως ἀφροδισίων, δύσφοροι μὲν τὴν κεφαλὴν, δύσφοροι δὲ καὶ τῷ στομάχῳ, καὶ ἀσώδεις. οὐδὲν δὲ μέγα διὰ τῆς ἐγκρατείας ὠφελοῦνται· συμβαίνει γὰρ αὐτοῖς ἐξονειρώττουσι παραπλησίας γίνεσθαι βλάβας, ἃς ἔπασχον ἐπὶ ταῖς συνουσίαις. ὡς δέ τις ἐξ αὐτῶν ἔφη μοι, δακνῶδές τε, καὶ θερμοῦ πάνυ τοῦ σπέρματος αἰσθάνεσθαι κατὰ τὴν ἀπόκρισιν, οὐ μόνον ἑαυτὸν, ἀλλὰ καὶ τὰς γυναῖκας αἷς ἂν ὁμιλήσῃ. τούτῳ τοίνυν ἐγὼ συνεβούλευσα, βρωμάτων μὲν ἀπέχεσθαι τῶν γεννητικῶν σπέρματος, προσφέρεσθαι δὲ, οὐ βρώματα μόνον, ἀλλὰ καὶ φάρμακα τὰ τούτου σβεστικά. λέλεκται δὲ αὐτῶν ἡ ὕλη κατὰ τὰ περὶ τροφῶν, καὶ τὰ τῶν ἁπλῶν φαρμάκων ὑπομνήματα. γυμνάζεσθαι δὲ γυμνάσια, τὰ διὰ τῶν ἄνω μορίων μᾶλλον, ὁποῖόν ἐστι τό, τε διὰ τῆς σμικρᾶς σφαίρας, καὶ τὸ διὰ τῆς μεγάλης, καὶ τὸ διὰ τῶν ἁλτήρων· μετὰ δὲ τὸ λουτρὸν, ὅλην τὴν ὀσφὺν ἀλείφεσθαι τῶν ψυχόντων τινὶ χρισμάτων. ἔστι δὲ τὰ τοιαῦτα, τό, τε καλούμενον ὠμοτριβὲς, καὶ ὀμφάκινον ἔλαιον, ῥόδινόν τε, καὶ μήλινον ἐκ τοιούτου γεγονὸς ἐλαίου. συνέθηκα δ' αὐτὸς ἐνίοις, καὶ παχύτερα τῇ συστάσει χρίσματα, πρὸς τὸ μὴ ῥᾳδίως ἀπορρεῖν. ἡ δὲ σύνθεσις αὐτῶν ἐστι διά τε κηροῦ, καί τινος ἄλλου τῶν ψυχόντων γιγνομένη. τὸ πρῶτον δέ, τὸ καλούμενον ὑπὸ τῶν ἰατρῶν κηρέλαιον ποιήσας, εἶτ' ἐν θυίᾳ μαλάξας ταῖς χερσὶν ἱκανῶς, ἐπίχει τὸν ψύχοντα χυλὸν ἐπὶ πλεῖστον, ὡς ἑνωθῆναι. τὴν δ' ὕλην τῶν τοιούτων χυλῶν, ἐν τῇ τῶν ἁπλῶν φαρμάκων πραγματείᾳ γεγραμμένην ἔχετε. προχειρόταται δὲ αὐτῶν εἰσι καὶ ῥᾷσται πορισθῆναι, αἵ τε τῶν ἀειζώων, καὶ τοῦ στρύχνου, κοτυληδόνος τε καὶ ψυλλίου, καὶ πολυγόνου, καὶ τριβόλου, καὶ ἀνδράχνης· οὐκ ἀνίησι δὲ αὕτη χυλὸν, ἐὰν μὴ κοπτομένης ἐν ὅλμῳ παρεγχέηταί τις ἄλλου ὑγροῦ, καὶ λεπτοῦ, καὶ ὑδατώδους τῆς συστάσεως, μὴ γλίσχρου καὶ πάχεος, ὥσπερ ὁ τῆς ὄμφακός τε καὶ τῶν ῥόδων, ἀλλ' οὗτοι μὲν, ἐν τῷ θέρει, τῶν δ' ἄλλων πολλοὶ, καὶ κατὰ τὰς ἄλλας ὥρας εἰσὶν ὥσπερ ὁ τῆς θριδακίνης, τῶν ψυχόντων καὶ αὐτὸς ὑπάρχων. ἀλλὰ καὶ τὸ λινόσπερμον ἑψόμενον ἐν ὕδατι, ψύχοντα χυλὸν ἐργάζεται. γυμναστῶν δέ τινα τῶν ἀθληταῖς ἐπιστατούντων ἐθεασάμην, μολυβδίνην λεπίδα ταῖς ψόαις ὑποβάλλοντα τοῦ ἀθλητοῦ, πρὸς τὸ μὴ ἐξονειρώττειν αὐτὸν, καί τινι τῶν οὕτω πασχόντων ἰδιωτῶν, ἐδήλωσα, καὶ χάριν ἔγνω τῇ χρήσει τοῦ δηλωθέντος. ἕτερος δέ τις, ἀσθενεστέραν ἔχων τὴν φύσιν τῆς σαρκὸς, οὐκ ἠνέσχετο τῆς τοῦ μολίβδου σκληρότητος, ᾧ συνεβούλευσα, τῶν εἰρημένων ἄρτι βοτανῶν ὑποστρώννυσθαί τινας, ἀναμιγνύναι δὲ αὐταῖς, καὶ ἄγνου κλῶνας ἁπαλοὺς, καὶ πηγάνου, ᾔσθετό τε παραχρῆμα τῆς ἐξ αὐτῶν ὠφελείας, ὡς χρῆσθαι τοῦ λοιποῦ διαπαντός. ἀλλὰ καὶ συνεχῶς ἐσθίειν τὸ σπέρμα τοῦ ἄγνου συμβουλεύσαντός μου, καὶ τούτου χάριν ᾔδει ἐμοὶ, καθάπερ καὶ τοῦ πηγάνου.

CAPVT XIV.

De iis qui plurimum seminis colligunt & excernunt.

SAnè pessimus corporis *status* est & ille. Sũt.n. qui genitale semen copiosum calidúmque gignunt, quod eos ad expulsionem sui proritat, post quã & ventris os illis resoluitur, quod & stomachus non à medicis modò, sed etiam aliis hominibus vocatur quemadmodũ à veteribus cor dicebatur, & qui sic affecti sunt, ipsi toto corpore non solũ dissoluuntur imbecillíque fiunt, sed etiã sicci, graciles, pallidi, cauísque oculis cernuntur. Quòd si propterea quod ex coitu sic vexatur abstineant à venereo concubitu, non modò capitis molestiã, sed etiam stomachi offensionem fastidiáque sentiunt. Sed nec ex continentia magnopere iuuantur; accidunt enim ipsis ab insomniis venereorũ nõ minora incommoda iis, quæ à cõcubitu senserunt. Horum quum quidam mordax præcalidúmque semen inter emittendum sentire non solùm se, sed etiam mulieres cũ quibus rem haberet, referret; suasi homini vt abstineret à cibis qui semen genitale augerent, sumeret etiã nõ cibos modò, verùm etiã medicamẽta, quæ id extinguerent; quorũ tradita nobis materia est in iis libris quos de alimentis, itémque quos de simplicibus medicamentis cõscripsimus; tũ verò exercitationibus vteretur quæ supernas partes potiùs exercerent, cuiusmodi est quæ paruã pilã, & quæ magnã pilã fit, & quæ per halteres, à balneo verò lumbos totos vngeret vnctione quapiã frigida. Talia sunt & crudum oleum, & omphacinum, & rosaceum, & melinum, vtique quod ex eiusmodi fit oleo. Ipse verò crassioris substantiæ vnctiones nonnullis compono, ne facilè à corpore defluant. Est autem compositio earum ex cera & aliquo eorum quæ refrigerent. Primum autẽ vbi quod à medicis ceratum dicitur feceris, dein in mortario manibus affatim subegeris, infundes refrigerantem succum, quem etiam, quàm maximè cũ cera sic permiscebis, vt vniantur. Succorum verò id genus descriptam materiam habes in simplicium medicamentorum libris. Quorum obuij maximè facillimèque parabiles sunt, & semperuiui, & solani, & vmbilici veneris, & psyllij, & polygoni, & tribuli, & portulacæ; hæc verò succum non remittit, nisi dum in mortario tunditur, affusum sit humoris quippiam, qui tenuis aquosǽque, non lentæ & crassæ substantiæ sit, qualis vuæ immaturæ est, & rosarum. Verùm hi æstate, reliquorum non pauci etiam aliis temporibus habentur, veluti lactucæ, qui ipse quoque ex refrigerantibus est. Quin etiam lini semen in aqua coquas, refrigerantem cremorem efficit. Porrò gymnastarum quempiam vidimus ex iis qui athletis præfuerat, qui athletæ cuiusdam renibus plumbi laminam superposuit, quò nocturnis veneris imaginibus careret. Idque quum è plebe cuidam qui sic esset affectus, indicarem, adiutus gratias egit. Alter verò cui carnis naturã imbecillior erat, non tulit plumbi duritiem, huic ergo suasi earum quas supra dixi herbarum aliquas substernere, ac cum ipsis molles amerinæ frondes, & rutæ, sensitque illicò ex his fructum; itaque vsus deinceps assiduè est. Quin vbi amerinæ semine assiduè vesci suasi, etiam ob id gratias egit, sicuti etiã pro ruta.

Ac

Ac talium quidem materia tum in opere de simplicibus medicamentis, tum in libris de alimentorum facultatibus tradita est. Nunc illud visum est sermoni necessariò adiiciendum, cauendas esse vnctiones frigidas, quęcunque ex papauere mandragoráve fiunt. Neque enim horum quippiam admouendum, neq; quum in summo vigore consistunt herbæ, quemadmodum prędictis, ita etiam istis substratis est vtendum, vehementes enim refrigerationes quæ fiunt ab iis, quæ lumborum regionibus imponuntur, renes ipsos lædunt. Quin rosas experiri cuidam suasi, sensitque ex his substratis leuamen citra vllam renum noxam. Sed & aliud excogitaui iis qui ita sunt affecti non insalubre, veluti ex ipso vsu comperi. Quippe experientia normæ vice semper habenda eorum est quæ excogitaueris, nec scribēdum pro vtili quicquam est, quod non sis expertus, nisi tamen hoc ipsum testeris non esse tibi adhuc expertum. Quid ergo est quod à me excogitatum magnæ esse vtilitatis sum præfatus? Dicam; obseruare dixi oportere eos, qui hoc corporis vitio vrgentur, quando maximè genitalis seminis abūdantiam, quod excerni postulet, collegerint, ac die quopiam, postquam boni succi cibis in cœna se modicè impleuerint, ad somnum conuersos, concumbere; postero die quum satis dormierint ac surrexerint, linteo fricari quoad rubor per cutim appareat; mox aliqua ex oleo frictione modicè vti; tum exiguo interposito tempore panis aliquid benè fermentati, & in clibano cocti ac puri, ex vino mixto gustare, atque ita ad opus consuetum redire; medio tamen tempore frictionis ex oleo, & exhibitionis ipsius panis, si quis locus in vicino sit in eo ambulare, excepto si hybernum frigus sit, tum enim intus manere satiùs duco. Non dissimilem roborandi per cibum stomachi rationem & grammatico cuidam qui epileptica conuulsione assiduè corripiebatur suasi, ac mirificè contulit. Maximè verò in fiduciam veni hominis iuuandi, vbi ab ipso didici tum conuulsiones incidere quum diutiùs à cibo abstinuisset; magisque si dolor interdum iráve interuenisset. Quin etiam habitum corporis eius contuebar gracilem; sciscitantique de hac ipsa re, stomachum assiduè bile vrgeri est fassus. Omnibus verò qui hæc legent, communiter illud suasum velim, præsertim qui tametsi medicinæ artis sunt ignari, cogitationem tamen habent exercitatam. ne veluti vulgus, ita ipsi quoque pecorum ritu victus ratione vtantur; quin potiùs vsu explorent quinam ipsis cibus potúsve sit noxius, qui præterea quantique motus. Pari modo & de venere obseruent, num noxia sibi innoxiáve sit; tum ex quanto interuallo vtentibus noxia innoxiáve sit. Nam sicut retuli, nonnulli immodicè læduntur; alij citra noxam vsu eius ad senium vsque sufficiunt. Verùm hæc ambo genera rara, nempe eorum qui magnopere læduntur, & qui nullum sentiunt incommodum. Totum verò quod in medio est, id cum maioris minorisque discrimine ad magnum hominum numerum se extendit; quorum qui non rudes sunt, (non enim quorumlibet est hæc nosse) iis suadeo obseruent ex quibus lædi se iuuari ve sentiant; ita enim fiet vt in paucissimis medicorum opera indigeant quousque in sanitate fuerint.

A τῶν μὲν οὖν τοιούτων ἡ ὕλη, κατά γε τά τε τῶν ἁπλῶν φαρμάκων ὑπομνήματα, καὶ τὰ ἐν τοῖς περὶ τῶν τροφῶν δυνάμεως εἴρηται. νυνὶ δή ἀναγκαῖον εἶναί μοι δοκεῖ προσθεῖναι τῷ λόγῳ, φυλάττεσθαι τὰ σφοδρῶς ψύχοντα, καθάπερ ὅσα διά μήκωνός τε καὶ μανδραγόρου γίνεται χρίσματα. μήτε γὰρ τούτων τι προσφέρειν, μήτε ὅταν ἀκμάζῃ τὰ φυτά, καθάπερ τοῖς προειρημένοις, οὕτω καὶ τούτοις ἐστὶν ὑποστρώμασι χρῆσθαι· αἱ γὰρ σφοδραὶ ψύξεις τῶν ἐπιτιθεμένων τοῖς κατὰ τὴν ὀσφὺν χωρίοις, ἀδικοῦσι τοὺς νεφρούς. καὶ ῥόδων ἠξίωσά τινα πειραθῆναι, καὶ ὠνήσατο δὲ σαφῶς, ὑποστρωννὺς αὐτά, χωρὶς βλαβῆναί τι κατὰ

B τοὺς νεφρούς. ἐπενόησα δέ τι καὶ ἄλλο τοῖς οὕτω διακειμένοις χρήσιμον, ὡς ἐκ τῆς πείρας ἐμαρτυρήθη. ταύτην γὰρ ἀεὶ κριτήριον ἔχειν τῶν ἐπινοηθέντων, καὶ μηδὲν γράφειν, ὡς χρήσιμον, ὅταν τις αὐτὸ οὐκ ἐπειράθη, πλὴν εἰ παραγράφοιτο τοῦτο αὐτό, πεπειρᾶσθαι μηδέπω. τί οὖν ἐστιν ὃ ἔφην ἐπινοήσαντός μου μεγάλης ὠφελείας; φράσω, παραφυλάττειν ἔφην χρῆναι τοὺς τοιαύτῃ κατασκευῇ σώματος ἐνοχλουμένους, ἡνίκα μάλιστα φαίνονται πλῆθος ἠθροικέναι σπέρματος ἀποκρίσεως δεόμενον, ἐν ἡμέρᾳ τινὶ διαιτηθέντας, εὐχύμως τε καὶ μετρίως, χρῆσθαι μὲν ἐπὶ τῷ δείπνῳ, τρεπομένους εἰς ὕπνον, τῇ συνουσίᾳ· κατὰ δὲ

C τὴν ἑξῆς ἡμέραν, ὅταν αὐτάρκως ἔχωσιν ὕπνου, διαναστάντας ἀνατρίψασθαι σινδόνι, μέχρις ἂν ἐρυθρόν τι γένηται τὸ δέρμα· κἄπειτά τινι δι' ἐλαίου τρίψει συμμέτρως χρησαμένους, εἶτα μὴ πολὺ διαλείποντας, ἄρτον εὔζυμον, κλιβανίτην, καθαρόν, ἐξ οἴνου κεκραμένου προσενεγκαμένους, οὕτως ἐπὶ τὰς συνήθεις ἔρχεσθαι πράξεις· ἐν τῷ μεταξὺ τοῦ τε δι' ἐλαίου τρίψεως, καὶ τοῦ δι' ἄρτου προσφορᾶς, εἰ χωρίον ἔχει τι πλησίον, ἐμπεριπατῆσαι τούτῳ, πλὴν εἰ κρύος εἴη χειμέριον, ἄμεινον γὰρ ἔνδον μένειν τηνικαῦτα. ταύτην μέντοι τὴν διὰ τῆς ἐδωδῆς ῥῶσιν τοῦ στομάχου, καὶ γραμματικῷ τινι συνεχῶς ἁλισκομένῳ σπασμοῖς

D ἐπιληπτικοῖς συνεβούλευσα, καὶ μεγάλως ὤνητο. μάλιστα δὲ αὐτὸν ὠφελῆσαι ἤλπισα, πυθόμενος παρ' αὐτοῦ τὸ τῶν σπασμῶν σύμπτωμα, τότε περιπίπτειν, ὅταν ἐπὶ πλέον ἄσιτος διαμείνῃ, καὶ μᾶλλον ἐπιμιγέντων μεταξὺ λύπης, ἢ θυμοῦ. καὶ μέντοι καὶ τὴν ἕξιν αὐτοῦ τοῦ σώματος ἰσχνὴν ἑώρων, ἐρωτώμενός τε συνεχῶς ἐκχολοῦσθαι τὸν στόμαχον ὡμολόγει. κοινὴν δὲ τινα συμβουλὴν ἅπασι τοῖς ταῦτα ἀναγνωσομένοις, ἰδιώταις μὲν τῆς ἰατρικῆς, οὐκ ἀγυμνάστοις δὲ τὸν λογισμὸν ὑποτίθεμαι τήνδε. μὴ καθάπερ οἱ πολλοὶ τῶν ἀνθρώπων, ὡς ἄλογα ζῷα διαιτῶνται, καὶ αὐτοὺς οὕτως ἔχειν, ἀλλὰ καὶ διὰ τῆς πείρας

E κρίνειν, τίνα μὲν αὐτοὺς ἐδέσματά τε καὶ πόματα βλάπτει· τίνες δὲ καὶ πόσαι κινήσεις. ὁμοίως δὲ καὶ περὶ χρήσεως ἀφροδισίων ἐπιτηρεῖν, εἴτε ἀβλαβής ἐστιν αὐτοῖς, εἴτε βλαβερά, καὶ διὰ πόσων ἡμερῶν χρωμένοις, ἀβλαβής τε καὶ βλαβερὰ γίνεται. καθάπερ γὰρ ἱστόρησα μεγάλως βλαπτομένους ἐνίους, οὕτως ἑτέρους ἀβλαβεῖς διαμένοντας, μέχρι γήρως ἐπὶ ταῖς χρήσεσιν αὐτῶν. οὗτοι μὲν οὖν σπάνιοι καθ' ἑκάτερον τὸ γένος, οἵ τε μεγάλως βλαπτόμενοι, καὶ οἱ μηδὲν ἀδικούμενοι. τὸ δὲ μεταξὺ πᾶν, ἐν τῷ μᾶλλόν τε καὶ ἧττον, εἰς τὸ πολὺ τῶν ἀνθρώπων ἐκτέταται πλῆθος. ὧν τοῖς πεπαιδευμένοις, οὐ γὰρ οἱ τυχόντες γε

F ταῦτα γνώσονται, συμβουλεύω παραφυλάττειν ὑπὸ τίνων ὠφελοῦνται, καὶ βλάπτονται· συμβήσεται γὰρ οὕτως αὐτοῖς εἰς ὀλίγα δεῖσθαι τῶν ἰατρῶν, μέχρις ἂν ὑγιαίνωσιν.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΕ΄.

Περὶ φαρμάκου τοῦ διὰ τῶν κυδωνίων μήλων χυλοῦ.

ΤΟύτων ἤδη γεγραμμένων, ἀναγνούς τις τῶν ἑταίρων ὅλον τὸ βιβλίον, ἕν τι τῶν πρόσθεν ἀναληφθέντων, ὕστερον δὲ ῥηθησομένων παραλελεῖφθαί μοι τελέως ἔφη τὸ διὰ χυλοῦ τῶν μήλων φάρμακον, ἐπιτήδειον εἴς τε τὰς ὀρέξεις τοῖς ἀνορέκτοις, καὶ τὰς πέψεις τοῖς μὴ καλῶς πέττουσι, καὶ συνελόντι φάναι, τὴν γαστέρα ῥωμαλεωτέραν ἐργαζόμενον. ἐπαινέσας οὖν αὐτὸν ἀναμνήσαντα, προσάπτω τῷ λόγῳ τὴν σκευασίαν αὐτοῦ, τοιαύτην οὖσαν. τῶν κυδωνίων μήλων τὰ μείζω τε καὶ ἡδίω, καὶ ἧττον στρυφνά, ἃ στρούθια καλοῦσιν οἱ κατὰ τὴν ἡμετέραν Ἀσίαν Ἕλληνες, ἐκ τούτων τοῦ χυλοῦ λαβόντας ξέστας Ῥωμαϊκοὺς δύο, χρὴ μῖξαι μέλιτος ὅ, τι καλλίστου τὸ ἴσον μέτρον, ὄξους δέ, ξέστην α΄. καὶ ἡμίσειαν. καὶ ταῦτα ἐπ᾽ ἀνθράκων διακεκαυμένων προεψήσαντα μετρίως, καὶ προαφρίσαντα, μῖξαι ζιγγιβέρεως. Ϛο. γ΄. πεπέρεως δὲ τοῦ λευκοῦ δύο, καὶ οὕτως πάλιν ἐπὶ τῶν ὁμοίως διακεκαυμένων ἀνθράκων, ἑψῆσαι μέχρι μελιτώδους συστάσεως, ἐν οἵᾳ καὶ τὰ στομαχικὰ τῶν φαρμάκων σκευάζεται. τοῦτο τὸ φάρμακον ἐν τοῖς ἄτονον ἔχουσι τὸ ἧπαρ, ὠφελιμώτατόν ἐστιν. εὔδηλον δὲ ὅτι μάλιστα μὲν αὐτὸ νῆστιν ὄντα προσφέρεσθαι χρὴ πλῆθος, ὅσον ἂν ᾖ μύστρου συμμέτρου τῷ μεγέθει. βλάπτει δὲ οὐδέν, οὐδὲ ἐὰν μετὰ τροφήν τις αὐτὸ λαμβάνῃ. καλῶς δ᾽ ἂν προσφέροιτο καὶ εἰ προηριστικώς τις εἴη, εἶτα δειπνεῖν μέλλων, προσλάβοι. κάλλιστος δὲ καιρός, ὁ πρὸ δυοῖν, ἢ τριῶν ὡρῶν τῆς τροφῆς. εἰ δὲ στυπτικώτερον αὐτὸ βούλοιο ποιῆσαι, καὶ διὰ τοῦ χυλοῦ τῶν κυδωνίων μήλων σκεύαζε. τοῖς μέντοι δύσκρατον ἔχουσι κατὰ θερμότητα τὴν γαστέρα, καὶ τοῖς ὁπωσοῦν πληρουμένοις χολῆς, ἀφελὼν τό τε ζιγγίβερι καὶ τὸ πέπερι, τὸν χυλὸν τῶν μήλων δίδου, μετ᾽ ὄξους τε καὶ μέλιτος ἑψήσας μόνον, ἐν τῇ προγεγραμμένῃ συμμετρίᾳ. ὅσαι δὲ μέσαι πώς εἰσι κατὰ τὴν κρᾶσιν γαστέρες, ὡς μήτε χολῶδες ἀθροίζειν περίττωμα, μήτε φλεγματῶδες, ἥμισυ τῆς προειρημένης συμμετρίας τοῦ τε ζιγγιβέρεως καὶ πεπέρεως ἐμβάλλειν, ὡς εἶναι τοῦ πεπέρεως μέν. Ϛο. α΄. ζιγγιβέρεως δέ, μίαν καὶ ἡμίσειαν. ὅσαι δὲ δυσκρασίαι κατὰ ψυχρότητα, τέτταρας μὲν τοῦ ζιγγιβέρεως οὐγγίας, τοῦ πεπέρεως δὲ τρεῖς, ἢ δύο καὶ ἡμίσειαν. ἔξεστι δέ σοι καὶ κατὰ τὴν μέσην συμμετρίαν σκευάζοντι, προσβάλλειν ἐπὶ τῆς χρήσεως, τοῦ πεπέρεώς τι. οὕτω μὲν οὖν προνοητέον ἐστὶ τῶν ἐν διαφέρουσι μορίοις τοῦ σώματος ἐναντίας ἐχόντων κράσεις. ὅσοι δὲ καθ᾽ ἓν ὁτιοῦν, ἤτοι γε ὁμοιομερές, ἢ ὀργανικόν, ἀνώμαλον ἔχουσι κρᾶσιν, ἕτερος ἐπ᾽ αὐτοῖς εἰρήσεται λόγος.

CAPVT XV.

De medicamento ex malorum cotoneorum ſucco.

HIs iam ſcriptis, amicorum quidam quum totum hoc opus relegiſſet, vnum omninò reſtare dicebat quod ſuperius à me relictum pòſt erat dicendum, nempe medicamentum quòd ex malorum cotoneorum ſucco conficitur, quod tum ad appetentiam excitandam iis quibus ea languet, eſt vtile; tum ad concoctionem iis qui parum feliciter cibos concoquunt, & in ſumma ventri robur conciliat. Laudato igitur homine quòd admonuerit, appoſui & compoſitionem ipſius quæ ad hunc modum ſe habet. Accipies ſucci malorum cotoneorum quæ dulciora maioráque ſunt, ac minùs acerba, quæcunque noſtrates in Aſia Græci ſtruthia vocant, ſextarios Romanos duos, quibus mellis optimi tantundem miſcebis, aceti ſextarium vnum & ſemiſſem; hæc quum ſuper prunas modicè coxeris & ſpumam detraxeris, immittes zingiberis vncias tres, piperis albi duas; dein rurſus in ſimili igne recoques donec mellis craſſitudo exiſtat, qua vtique craſſitudine ſtomachica medicamenta præparari ſolent. Hoc verò medicamentum etiam iis quibus inualidum iecur eſt, ſalutare in primis eſt. Illud verò latere non debet ieiunis id maximè dandum eſſe, mediocris myſtri modo; quanquam nec ſi à cibo ſit ſumptum, quicquam lædit. Commodè quoque dabitur etiam ſi priùs pranſus quiſpiam ante cœnam id ſumpſerit. Maximè tamen tempeſtiuè id duabus, aut tribus horis ante cibum obtuleris. Quòd ſi adſtringere magis voles, etiam ex cotoneorum ſucco conficias. Cæterùm ſicui venter intemperie caloris laborat, aut etiam bile quouis modo abundat, huic auferri & piper & zingiber debebit, ac ſuccus malorum cum aceto & melle tantùm ad præſcriptam craſſitudinem coctus dari. Qui verò medio temperamento ventres habent ita vt nec billioſum excrementum, nec pituitoſum congerant, iis piperis & zingiberis dimidium eius qui prædictus eſt modi, ſat erit; ita nimirum vt ſit piperis vncia vna, & zingiberis vna & ſemis. At quibus frigiditas temperiem vitiat, iis quatuor zingiberis, piperis tres aut duas & ſemis vncias inicies; licebit autem quum ad medium modum præparaueris in ipſo vſu piper addere. Atque ad hunc modum iis quibus in diuerſis membris pugnantia temperamenta ſunt, conſulendum cenſemus. Quibus verò in vna qualibet ſimilari inſtrumentaliue parte imparitas temperamenti viſitur, de his alio opore agetur.

Triplex mystrum fuit, magnum videlicet, parvum et mediocre. magnum mystrum mensura erat drachmarum trium et scrupuli unius. parvum drachmas duas cum dimidia, ut nonnulli tradunt, continet. Mediocre drachmas duas et totidem scrupulos. aliter vocatur iustissimum mystrum.



ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ ΠΕΡΙ ΑΕΡΩΝ, ΥΔΑΤΩΝ, ΤΟΠΩΝ ΒΙΒΛΙΟΝ, ΚΑΙ ΕΙΣ ΑΥΤΟ ΤΑ ΤΟΥ ΓΑΛΗΝΟΥ ΥΠΟΜΝΗΜΑΤΑ ΤΡΙΑ. ΠΡΩΤΟΝ.

HIPPOCRATIS DE AERE, LOCIS ET AQVIS, LIBER, ET IN EVM GALENI COMMENTARII TRES. PRIMVS.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΤΩΝ ΕΝ ΤΩι ΒΙΒΛΙΩι.

Οκόσας τὰς δυνάμιας ἡ τοῦ περιέχοντος ἠέρος τε, καὶ τῶν ὑδάτων, καὶ τῶν χωρέων ποικιλία πρὸς τὴν τῆς φύσιος ἀνθρώπου μεταβολήν τε, καὶ τὴν σχημάτισιν τῶν ἠθέων, καὶ τὴν τῶν διαθέσεων κίνησιν ἔχει.

ARGVMENTVM LIBRI.

Quas vires ambientis aëris, aquarum, & regionum varietas ad naturam hominis immutandam, mores formandos, & affectus concitandos consequatur.

ARGVMENTVM COMMENTARII PRIMI.

Agit de aëris ac locorum differentiis, quæ ex diuerso ad quatuor mundi partes situ, & ventorum flatibus eliciuntur.

CAPVT PRIMVM.

Nonnulla quæ ad morborum dignotionem, & præsagitionem summè conferunt.

Anni tempestates Medico aduertendas esse.

1. MEDICINAM *quicunque vult rectè consequi, eum hæc agere oportet: primùm quidem anni tempestates animaduertere, quid harum quæque possit efficere. Non enim quicquam habent simile; sed & multum à se ipsis differunt, & in mutationibus.*

Κ ΦΑΛΑΙΟΝ Δ'.

Ενια τὰ πρὸς τὴν τῶν νόσων διάγνωσίν τε, καὶ πρόγνωσιν ἐσχάτως συμφέροντα.

Χρὴ τὸν Ιητρὸν ἐνθυμέεσθαι τὰς τοῦ ἔτεος ὥρας.

α'. ΙΗΤΡΙΚΗΝ, ὅστις βούλεται ὀρθῶς ζητεῖν, τάδε χρὴ ποιέειν. πρῶτον μὲν ἐνθυμέεσθαι τὰς ὥρας τοῦ ἔτεος, ὅ, τι δύναται ἀπεργάζεσθαι ἑκάστη. οὐ γὰρ ἐοίκασιν οὐδὲν, ἀλλὰ πολὺ διαφέρουσιν αὐταί τε ἑωυτῶν, καὶ ἐν τῇσι μεταβολῇσιν.

Voluit Hippocrates hoc in loco aëri nos ambienti corpora comparari. Hæc nanq; (vt par est) calida sicca Æstate, frigida humida Hyeme, frigida sicca Autumno, calida humida Vere, existunt. Anni siquidem (vt Hippocrates ait) si propria tempora secundum æqualitatis, ac temperamenti eorum dispositionem seruauerint, morbi qui in eis contingunt, similes æqualésque, non autem oppositi, ac diuersi existunt. Contraria enim tempora, quæ multum à proprio temperamento recedunt, qui in illis fiunt morbi, inæquales incongruíque sunt, ac difficulter soluuntur. Nos verò frigidam humidam hyemem; calidam siccam æstatem, ea ratione dicimus, vt singulę hæ qualitates, iuxtà propriam redundantiam, vel defectum, validius imbecilliúsque temperamentum efficiant; nec tanta eiusmodi redundantia, vel defectus extiterit, vt tempora propriam naturam egrediantur, quemadmodum oppositis diuersisq; euenit temporibus. Verùm hyems aliquando solito frigidior erit, humiditate in debita dispositione manente; nonnunquam verò æstas calidior, remanente siccitate, vel calidior simul, & siccior: siquidem Hippocrates ait, tempora in propriis permutationibus differre; per hoc autem intelligit, consentaneum fore, vt tempora, in quibus sumus, animaduertamus, in quo nimirum differant, à præterito tempore, & in quo à futuro, in subsequenti anno, hac enim permutatione, diuersitatéque magnum afferunt tempora corporibus nocumentum.

Χρὴ τὸν ἰητρὸν ἐνθυμέεσθαι τὰ πνεύματα.

β'. Ἔπειτα δὲ τὰ πνεύματα, τὰ θερμά τε, καὶ τὰ ψυχρὰ, μάλιστα μὲν τὰ κοινὰ πᾶσιν ἀνθρώποισιν, ἔπειτα δὲ, καὶ ἐν ἑκάστῃ χώρῃ ἐπιχώρια ἐόντα.

Ventos Medico inſpiciendos eſſe.

2. *Deinde verò ventos tum calidos, tum frigidos, maximè quidem omnibus hominibus communes, ac deinceps eos qui vnicuique regioni ſunt vernaculi.*

Ventorum calidorum, frigidorúmque, quidam ſunt principales, corpora immutantes, qui aut ex elatioribus locis, aut ex lacubus maribus, ſtagníſque attolluntur. Sunt autem quatuor, ab oriente vnus; à meridie alter; tertius ab occidente; quartus verò à ſeptentrionibus ſpirat; in rectò quidem horizonte hi communes exiſtunt. Peculiares autem, qui aliis ex horizontibus perflant palam eſt quo ex loco vnuſquiſque eorum ſpiret; atque ex iis alij venti erumpunt, inter ſe diſſidentes.

Χρὴ τὸν ἰητρὸν ἐνθυμέεσθαι τῶν ὑδάτων τὰς δυνάμιάς τε, καὶ τὴν θέσιν τῶν πόλεων διαφροντίσαι.

γ'. Δεῖ δὲ καὶ τῶν ὑδάτων ἐνθυμέεσθαι τὰς δυνάμιας. ὥσπερ γὰρ ἐν τῷ στόματι διαφέρουσιν καὶ ἐν τῷ σταθμῷ, οὕτω καὶ ἡ δύναμις διαφέρει πολὺ ἑκάστου. ὥστε ἐς πόλιν ἐπειδὰν ἀφίκηταί τις, ἧς ἄπειρός ἐστι, διαφροντίσαι χρὴ τὴν θέσιν αὐτέης, ὅκως κέεται, καὶ πρὸς τὰ πνεύματα, καὶ πρὸς τὰς ἀνατολὰς τοῦ ἡλίου. οὐ γὰρ τωὐτὸ δύναται, ἥτις πρὸς βορέην κέεται, καὶ ἥτις πρὸς νότον· οὐδ' ἥτις πρὸς ἥλιον ἀνίσχοντα, οὐδ' ἥτις πρὸς δύνοντα.

Medicum aquarum facultates, & vrbium ſitum aduertere oportet.

3. *Oportet autem & aquarum facultates conſiderare; Quemadmodum enim guſtu ac pondere differunt: ita & facultas cuiuſque multùm diſcrepat. Quare quum quis ad vrbem ſibi ignotam peruenerit, hunc eius ſitum conſiderare oportet, quomodo & ad ventos, & ad Solis ortum iaceat. Non enim idem poteſt quæ ad ſeptentrionem, & quæ ad auſtrum; neque quæ ad exorientem ſolem, & quæ ad occidentem ſita eſt.*

Per vrbium ſitum, eminentia loca, in montium ſummitatibus ſita intellexit: depreſſa nanque diuerſos ſortiuntur terminos ab iis qui ſunt commemorati. Domus enim quæ in eis extiterit, alterum ex quatuor mundi cardinibus neceſſariò declinabit. At balneæ hunc in modum ſe habere debent, ſiquidem fabricator ea ratione eas diſponat oportet, vt nonnullæ feneſtræ ad octauam, aliquæ ad nonam, aliæ ad ſeptimam horam inclinent, ac omnibus his modis, donec Sol omnes balnei feneſtras luſtrauerit, nec aliquem ex eius parietibus declinet.

Χρὴ τὸν ἰητρὸν ἐνθυμέεσθαι τὴν τῶν ὑδάτων χρείαν τε, καὶ τὰς διαφοράς.

δ'. Ταῦτα δὲ ἐνθυμέεσθαι, ὡς κάλλιστα, καὶ τῶν ὑδάτων πέρι, ὡς ἔχουσιν, καὶ πότερον ἑλώδεσι χρέονται καὶ μαλακοῖσιν, ἢ σκληροῖσί τε καὶ ἐκ μετεώρων, καὶ ἐκ πετρωδέων, εἴτε ἁλυκοῖσι, καὶ ἀτεράμνοισιν.

Aquarum vſum ac differentias ſcrutetur Medicus.

4. *Hæc autem quàm optimè animaduertenda ſunt, & quomodo ex aquis ſe habeant, num paluſtribus vtantur ac mollibus; an duris & ex ſublimibus, & ſaxetis ſcaturientibus; & an ſalſis & indomitis.*

Paluſtres aquas, molles; ex ſublimibus ac petroſis locis profluentes, duras; Salſas verò indomitas Hippocrates appellat. Per duras eas intelligere debemus, quæ linguam epotæ mordicant, nec non etiam corpus, ſi cum illis abluatur. Molles ſunt, quæ contrario modo ſe habent. Indomitæ, quæ tardè alterantur. Citò verò alterabiles, iam in Aphoriſmis docuit Hippocrates inquiens; *Aqua quæ citò calet, citóque refrigeratur, leuiſſima eſt; contra verò, quæ oppoſito modo ſe habet.* Inſuper indomitæ aquæ dicuntur, quæ longo tempore in ventre reſident, eúmque aggrauant. Leues ſunt, quæ citò venas permanant, ídque duplici ratione, tum quia citò deſcendunt, tum etiam quia inteſtina citò egrediuntur.

Χρὴ ἐνθυμέεσθαι ὁκοία ἐστὶν ἥ γῆ τε, καὶ ἡ δίαιτα.

ε'. Καὶ τὴν γῆν πότερον ψιλή τε καὶ ἄνυδρος, ἢ δασεῖα καὶ ἔφυδρος, καὶ εἴτε ἐν κοίλῳ ἐστὶ καὶ πνιγηρὴ, εἴτε μετέωρος, καὶ ψυχρή. καὶ τὴν δίαιταν τῶν ἀνθρώπων ὁκοίῃ ἥδονται· πότερον φιλοπόται, καὶ ἀριστηταὶ, καὶ ἀταλαίπωροι, ἢ φιλογυμνασταί τε καὶ φιλόπονοι, καὶ ἐδωδοὶ καὶ ἄποτοι. καὶ ἀπὸ τουτέων χρὴ ἐνθυμέεσθαι ἕκαστα. εἰ γὰρ ταῦτα εἰδείη τις καλῶς, μάλιστα μὲν πάντα. εἰ δὲ μὴ, τά γε πλεῖστα, οὐκ ἂν αὐτὸν λανθάνοι ἐς πόλιν ἀφικνεόμενον, ἧς ἂν ἄπειρος ᾖ, οὔτε νοσήματα ἐπιχώρια, οὔτε τῶν κοινῶν ἡ φύσις ὁκοίη τίς ἐστιν, ὥστε μὴ ἀπορέεσθαι ἐν τῇ θεραπείῃ τῶν νούσων, μηδὲ διαμαρτάνειν· ἃ εἰκός ἐστι γίγνεσθαι, ἢν μή τις ταῦτα πρότερον εἰδὼς προφροντίσῃ. περὶ ἑκάστου δὲ χρόνου προϊόντος, καὶ τοῦ ἐνιαυτοῦ, λέγοι ἂν ὁκόσα τε νοσήματα μέλλει πάγκοινα τὴν πόλιν καταλήψεσθαι, ἢ θέρεος, ἢ χειμῶνος· ὁκόσα τε ἴδια ἑκάστῳ κίνδυνος γίγνεσθαι ἐκ μεταβολῆς τῆς διαίτης.

Quæ terra & quæ diæta ſit, inſpiciendum.

5. *Terra etiam inſpicienda, nudáne ſit & aquis careat, an denſa & irrigua; & an cauo in loco ſita ſit & æſtuoſa; an verò ſublimis & frigida. Hominum quoq; victus ratio, quânam maximè delectentur, inſpicienda, an potatores, lurcones, & otio dediti; an exercitationibus & laboribus gaudeant: & an edaces ſint & à potu ſibi temperent. Et ex his ſingula conſiderare oportet. Hæc enim præcipuè quidem omnia, aut certè plurima probè ſi quis agnouerit, quum ad vrbem ſibi ignotam peruenerit, eum neque morbi regioni familiares, neque communium quæ ſit natura latere poterit, vt neque in morborum curatione hæſitare, neq; aberrare poſſit (quæ contingere par eſt ſi quis hæc priùs, ſedulus non nouerit.) Qui verò nouerit, is cuiuſque temporis impendentis & anni ſtatum prædicet, tum quoſcunque morbos communes, tã æſtate quàm hyeme vrbẽ inuaſuros; tũ omnes proprios cuiq; ex victus mutatione periculosè orientes.*

Quæ

Communes morbi, ab aquis, Ventis, Aëre, Vrbium situ; peculiares verò ex cibis vniuscuiusque hominis mensura, proueniunt. Morbi siquidem (vt Hippocrates ait) qui ab aëris putredine non proficiscuntur; non vniuersim, sed particulatim illius regionis homines inuadunt.

Astronomiam Medico vtilem esse.

6. *Qui enim temporum mutationes; astrorúmq; ortus & occasus, quo pacto horum quæq; eueniant, obseruauerit, is vtique futurum anni statum præuidere poterit. Hac ratione inuestigando qui temporum occasiones prænouerit, is maximè cuiusque naturam cognouerit, & plerumque sanitas illi succedet, minimúmque in arte à recta via aberrauerit. Quòd si cui ista ad rerum sublimium speculationem pertinere videantur, is si à sententia discesserit facilè intelliget ad artē medicā Astronomiā ipsam non minimū, sed plurimū potius conferre; quippe quum vnà cum anni tēporibus hominū ventriculi mutationem accipiant. Quonā autē pacto quæ diximus singula considerāda & explorāda sint, deinceps aperiā.*

Ὅτι ἡ Ἀστρονομίη πάνυ πλεῖστον ξυμβάλλεται εἰς τὴν ἰητρικήν.

ϛ′. Εἰδὼς γὰρ τῶν ὡρέων τὰς μεταβολὰς, καὶ τῶν ἄστρων ἐπιτολάς τε καὶ δύσιας, καθότι ἕκαστον τουτέων γίγνεται, προειδείη ἂν τὸ ἔτος, ὁκοῖόν τι μέλλει γίγνεσθαι. οὕτως ἄν τις ἐρευνώμενος, καὶ προγινώσκων τοὺς καιροὺς, μάλιστ' ἂν εἰδείη περὶ ἑκάστου, καὶ τὰ πλεῖστα τυγχάνοι τῆς ὑγιείης, καὶ κατ' ὀρθὸν φέροιτο οὐκ ἐλάχιστα ἐν τῇ τέχνῃ. εἰ δὲ δοκέοι τις ταῦτα μετεωρόλογα εἶναι, εἰ μεταστάίη τῆς γνώμης, μάθοι ἂν ὅτι οὐκ ἐλάχιστον μέρος συμβάλλεται ἀστρονομίη ἐς ἰητρικὴν, ἀλλὰ πάνυ πλεῖστον. ἅμα γὰρ τῇσιν ὥρῃσιν, καὶ αἱ κοιλίαι μεταβάλλουσιν τοῖσιν ἀνθρώποισιν: ὅκως δὲ χρὴ ἕκαστα τῶν προειρημένων σκοπεῖν καὶ βασανίζειν, ἐγὼ φράσω σαφέως.

Astronomiæ scientia adiutus in temporum cognitionem deueni, quippe nonnullorum astrorum ortus, mutationísque causa, quandoque temporum mutationes fiunt, & hac de causa multùm confert in arte medica astronomia. Cæterùm per hominum ventres ea loca intellexit Hippocrates quæ alimenti sunt receptacula; Alij verò per ventres omnem corporis exilem cauitatem intelligunt.

CAPVT II.

De ciuitatum natura pro ratione Situs & ventorum quibus ipsæ perflantur.

De situ ciuitatis ad ventos, ac de eius aquis.

7. *Quæ ciuitas ventis calidis est exposita, ijs videlicet qui inter brumalē solem orientē & occidentem perflant, eique sunt peculiares; à septentrionalibus autē ventis tecta existit; huic ciuitati copiosas aquas & subsalsas, eásque sublimes, admodū æstate quidem calidas, hyeme verò frigidas esse necesse est. Et vrbes quidem quæ soli & ventis probè sunt expositæ & aquis probis vtuntur, eæ quidem huiusmodi mutationes minus sentiunt. Quæ verò aquis palustribus ac lacustribus vtuntur, neque probè ventis ac soli sunt expositæ, eæ magis. Ac si quidem æstas sicca fuerit, morbi celeriùs desinunt; sin verò pluuiosa, diuturni sunt, phagedænásque ex quauis causa. In vlceribus suboriri est consentaneum. Hyeme verò frigida,*

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Β′.

Περὶ τῆς τῶν πόλεων φύσιος κατὰ τὴν θέσιν τε, καὶ τὰ πρὸς ἃ κεῖνται, πνεύματα.

Περὶ θέσεως τῆς πρὸς τὰ πνεύματα πόλιος, καὶ περὶ τῶν ὑδάτων αὐτῆς,

ζ′. Ἥτις μὲν πόλις πρὸς τὰ πνεύματα κεῖται τὰ θερμά· ταῦτα δ' ἐστὶ μεταξὺ τῆς τε χειμερινῆς ἀνατολῆς τοῦ ἡλίου, καὶ τῶν δυσμέων τῶν χειμερινῶν. καὶ αὐτέῃ ταῦτα τὰ πνεύματά ἐστι ξυνόνομα. τῶν δὲ ἀπὸ τῶν ἄρκτων πνευμάτων σκέπη, ἐν ταύτῃ τῇ πόλει ἐστὶ, τά τε ὕδατα πολλὰ καὶ ὕφαλα, καὶ ἀνάγκη εἶναι κάρτα μετέωρα, τοῦ μὲν θέρεος, θερμά· τοῦ δὲ χειμῶνος, ψυχρά. καὶ ὁκόσαι μὲν τῶν πόλεων, κέονταί γε καλῶς τοῦ ἡλίου, καὶ τῶν πνευμάτων, ὕδασί τε χρῶνται ἀγαθοῖσιν, αὗται μὲν ἧσσον αἰσθάνονται τῶν τοιουτέων μεταβολέων. ὁκόσαι δὲ ὕδασί τε ἑλείοισι χρέονται καὶ λιμνώδεσιν, κεῖνταί τε μὴ καλῶς τῶν πνευμάτων καὶ τοῦ ἡλίου, αὗται δὲ μᾶλλον. κἢν μὲν τὸ θέρος αὐχμηρὸν γένηται, θᾶσσον παύονται αἱ νοῦσοι· ἢν δὲ ἔπομβρον, πολυχρόνιοι γίνονται, καὶ φαγεδαίνας κοινῶς ἐγγίνεσθαι ἀπὸ πάσης προφάσιος, ἢν ἕλκος ἐγγένηται. τοῦ δὲ χειμῶνος ψυχρόν,

Aquæ ad orientem sitæ, ex calidi venti perflatione, subsalsæ gignuntur; temperatæ autem ex moderato calore. Sublimes aquæ sunt, quæ edito in loco existunt, terræque humiditas ab exuperante calore attrahitur, & hac de causa, æstate calidæ, hyeme frigidæ sunt, terræ quam ambiunt, naturam referentes. Quæ verò in profunda terra generantur, æstate frigidæ, hyeme calidæ, contraria de causa existunt.

Vnde pituitosi.

8. *Et homines qui hanc incolunt ciuitatem, capita humida, & pituitosa habere par est, Ventrésque ipsorum crebrò exturbari, pituita à capite defluente.*

Πόθεν οἱ φλεγματώδεες.

η′. Τούς τε ἀνθρώπους τὴν αὐτὴν πόλιν οἰκοῦντας, τὰς κεφαλὰς ὑγρὰς ἔχειν καὶ φλεγματώδεας, τάς τε κοιλίας αὐτέων πυκνὰ ἐκταράσσεσθαι, ἀπὸ τῆς κεφαλῆς τοῦ φλέγματος ἐπικαταρρέοντος.

Huius sermonis veritas, ex hoc potissimum apparebit: siquidem, si aquæ salsæ extiterint, necessariò huius ciuitatis homines, capita pituitosa habebunt; eorum enim habitationes ad eos ventos sitæ sunt, qui ex locis æquatori subiectis spirant; communíque nomine meridionales appellantur; & calidi omnes, humidíque existunt; capita plena, corpora dissoluta, humentia, reddunt: capitis, auditúsque grauitatem, & ventris exturbationes inducunt; insuper caput illis humectatur, ex cibis pituitosis; prima namque causa ex cibis prouenit. Par autem est, vt pituita exuberet. Ventriculus namque non rectè cibum concoquit; pari etiam ratione vnumquodque membrum proprium alimentum minimè conficit. Quare ventres ipsorum frequenter exturbantur,

pituita à capite defluente. Dictum est autem in aphorismis, Septentrionales ventos corpora adstringere, roborare, sanare, leuiora ad motum efficere; quæ sunt opposita eis, quæ de meridionalibus retulimus.

Τὴν πρὸς τὸν Νότον θέσιν, ἀτονώτερα ἀπεργάζεσθαι τὰ σώματα.

Australem situm imbecillia efficere corpora.

θ'. Τά τε εἴδεα ἐπὶ τὸ πλῆθος αὐτέων ἀτονώτερα εἶναι.

9. Et ipsorũ corpora vtplurimùm imbecilliora esse.

Mollia corpora debiliora, lentáque sunt, ad Austrum spectantia; siquidem capitis imbecillitatem, auditus grauitatem, visúsque obscuritatem adipiscuntur. Ad hæc in pigritiam, segnitiem, suffocationem, languorem, lassitudinémque deducuntur.

Τὰ τῶν πρὸς Νότον οἰκεόντων ἐπιχώρια νοσεύματα.

Australis situs affectus vernaculi.

ι'. Ἐσθίειν δ' οὐκ ἀγαθοὺς εἶναι, οὐδὲ πίνειν. ὁκόσοι μὲν γὰρ κεφαλὰς ἀσθενέας ἔχουσιν, οὐκ ἂν εἴησαν ἀγαθοὶ πίνειν. ἡ γὰρ κραιπάλη μᾶλλον πιέζει. οἱ ταύτης πόλιος ἄνθρωποι μὴ πολὺν χρόνον βιᾶν δύνανται. νοσήματά τε τάδε ἐπιχώρια εἶναι. πρῶτον μὲν τὰς γυναῖκας νοσερὰς καὶ ῥοώδεας εἶναι. ἔπειτα πολλὰς ἀτόκους ὑπὸ νόσου, καὶ οὐ φύσει, ἐκτιτρώσκεσθαί τε πυκνά.

10. Neque ad edendum, aut bibendum idoneos esse, nam qui capita debilia habent, haud strenui sunt potores, crapula namque magis eos vexat. Huius ciuitatis homines diu viuere nõ possunt. Morbi verò hi ipsis vernaculi sunt, primũ quidẽ mulieres morbis, & fluxionibus obnoxiæ sunt, deinde multæ ex morbo, non natura, sunt steriles, & frequenter abortiunt.

Dixit multas steriles esse; fœtus enim formatio, ob affectuum ipsarum impressionem, nec non ex propria vteri intemperie non perficitur; quum virile semen vterus minimè recipiat, & hac ratione nunquam concipiunt. Idem quoque retulit in aphorismis, inquiens; *Mulieres, quæ frigidos, ac densos habent vteros, fœtus formatio in earum vtero non efficitur.* Nec non etiam dum ait: *Quæcunque mediocri corporis habitu præditæ, secundo & tertio mensibus sine causa abortiunt manifesta, iis vteri acetabula pituitoso, crudo, lentóque humore plena sunt:* Id siquidem morborum genus existit; fluxionibus insuper sunt obnoxiæ, pituita à capite in ventriculum, atque ex eo in intestina descendente, è quibus per venas in vniuersum corpus defertur, hinc fit, vt mulierum vteri multo redundent humore; Venæ namque melius per hunc locum, quàm per reliquum corpus expurgantur, quum per eam partem singulo mense corpus expurgari sit solitum.

Τὰ τῶν παιδίων νοσεύματα.

Pueriles morbi.

ια'. Τοῖσί τε παιδίοισιν, ἐπιπίπτειν σπασμοὺς, καὶ ἄσθματα ἃ νομίζουσιν τὸ παιδίον ποιέειν, καὶ ἱερὴν νοῦσον εἶναι.

11. Pueris verò accidunt conuulsiones, anhelationes, qui morbi puerorum, & sacri esse existimantur.

Si pituita à capite in pulmones descendat, suspiriosa anhelatio; Si in capite manserit; dementia quæ epilepsia appellatur, ab ea exoritur. Hanc veteres puerilem morbum, eò quod puerulis, ac recens natis, vt plurimum contingat, vocarunt: Alij nonnulli (vt Zeuxis) morbum sacrum; Alij verò, Herculeum, eò quòd magnum validúmque morbum Herculeum nominant.

Αἵτινες τοῖσιν ἀνδράσιν ἐκ τῆς πρὸς τὸν Νότον θέσεώς τε καὶ φλέγματος ἐγγίνονται νοῦσοι.

Qui ex situ ad austrum & pituita viris oboriantur morbi.

ιβ'. Τοῖσι δὲ ἀνδράσιν, δυσεντερίας, καὶ διαῤῥοίας, καὶ ἠπιάλους, καὶ πυρετοὺς πολυχρονίους, χειμερινοὺς, νυκτερινοὺς, καὶ ἐπινυκτίδας πολλὰς, καὶ αἱμοῤῥοΐδας ἐν τῇ ἕδρῃ.

12. Viris autem dysenteriæ, & diarrhææ, & epialæ, & febres diuturnæ, hybernæ, & epinyctides multæ, nocturnæ, & hæmorroides in sede.

Pituita à capite descendens, si vel salsa, vel acris mordáxve, vel acuta extiterit, dysenteriam generabit. Circa epialæ verò cognitionem multi adinuicem digladiantur. Nonnulli enim epialon eum rigorem esse volunt, qui febrem antecedit; Alij qui cum febre, & absque febre inuadit. Quidam eum affectum epialon vocant dum ægri, scilicet, simul febricitant, ac rigent. Aliqui namque eodem tempore vtrumque calorem nimirum, & frigus immodicum sentiunt. Vtcunque autem sit cum eo conuenit, quod Hippocrates retulit, nimirum, si frigida acidáve pituita per sensiles corporis partes deferatur, rigor ad quem non consequitur calor, ex ea generatur. Dum verò tota pituita putrescit, calor, & rigor simul inuadunt. At si eius pars aliqua tantùm putruerit, rigor antecedit dein sequitur febris. Nocturnæ autem febres, ita dicuntur, quoniam vnica nocte inuadunt, eadémque è corpore recedunt. Vltimo loco hæmorroidarum meminit affectus; hic siquidem, vt plurimum ex melancholico succo, ac pituitosa fluxione contingit.

Αἵτινες τοῖσιν ἀνδράσιν τοῖσιν πρὸς τὸν Νότον μὴ ἐγγίνονται νοῦσοι.

Qui morbi viris non oboriantur ciuitatis ad austrum incolis.

ιγ'. Πλευρίτιδες δὲ, καὶ περιπνευμονίη, καὶ καῦσοι, καὶ ὁκόσα ὀξέα νοσήματα νομίζονται, οὐκ ἐγγίνονται πολλά. οὐ γὰρ οἷόν τε, ὅκου ἂν κοιλίαι ὑγραὶ ἔωσι, τὰς νούσους ταύτας ἰσχύειν.

13. Pleuritides autẽ, & peripneumoniæ, & febres ardentes, & quicunque morbi acuti censentur, haud crebrò excitantur, nõ enim fieri potest, vbi alui liquidæ existunt, eos morbos inualescere.

Eorum namque superfluitates singulo quoque die expelluntur.

Τὰ ἐκ τῆς πρὸς Νότον θέσεως ἐπιχώρια τῶν παρακμαζόντων ἀνθρώπων νοσεύματα.

Ex situ ad austrum in declinante ætate viris, qui morbi vernaculi.

ιδ'. Ὀφθαλμίαι τε ἐγγίνονται ὑγραὶ, καὶ οὐ χαλεπαὶ, ὀλιγοχρόνιοι; ἢν μή τι κατάσχῃ νόσημα πάγκοινον ἐκ μεταβολῆς, καὶ ὁκόταν τὰ πεντηκονταέτεα ὑπερβάλλωσι,

14. Lippitudines autẽ oboriuntur humidæ, nõ molestæ, nõ diuturnæ, nisi ex tẽporũ mutationibus, morbi omnibus cõmunes obsideant. Ac vbi quinquagesimũ

annum transgressi fuerint, catarrhi ex capite superueniunt, qui homines paralyticos faciunt, vbi caput repentè insolatum, aut frigore correptum fuerit. Hi quidem morbi sunt iis vernaculi, præterquàm quod si quis vniuersalis occupauerit morbus, ex temporum anni mutatione, huius etiam participes existunt.

καταῤῥόοι ἐπιγινόμενοι ἐκ τοῦ ἐγκεφάλου, παραπληκτικοὺς ποιέουσι τοὺς ἀνθρώπους, ὁκόταν ἐξαίφνης ἡλιωθέωσι τὴν κεφαλὴν ἢ ῥιγώσωσι. ταῦτα μὲν τὰ νοσήματα αὐτέοισιν ἐπιχώριά ἐστιν, χωρὶς δὲ ἤν τι πάγκοινον κατάσχῃ νόσημα ἐκ μεταβολῆς τῶν ὡρέων, καὶ τουτέου μετέχουσιν.

Ciuitatis situs ad Septentrionem.

15. *Quæcunque autem ciuitates iis ex opposito sitæ sunt, ad ventos frigidos inter occasum solis æstiuũ & orientem æstiuum, ipsisque ij venti sunt patrij, ab Austro verò, & calidis ventis sunt obtectæ, de iis vrbibus, sic res se habet. Primum quidem aquæ tum duræ, tum frigidæ, magna ex parte dulcescunt.*

Ἡ τῆς πρὸς τὰς ἄρκτους πόλιος θέσις.

ιε'. Ὁκόσαι δ' ἀντικέονται τουτέων πρὸς τὰ πνεύματα τὰ ψυχρά, μεταξὺ τῆς δυσμῆς τῆς θερινῆς τοῦ ἡλίου, καὶ τῆς ἀνατολῆς τῆς θερινῆς, καὶ αὐτῇσι ταῦτα τὰ πνεύματα ἐπιχώριά ἐστι, τοῦ δὲ νότου καὶ τῶν θερινῶν πνευμάτων σκέπη. ὧδε ἔχει περὶ τῶν πολίων τουτέων. πρῶτον μὲν τὰ ὕδατα τὰ σκληρά τε καὶ ψυχρὰ ὡς ἐπὶ τὸ πλῆθος γλυκαίνεται.

Hæc sanè ciuitas, prædictæ ciuitati in omnibus contraria existit; ipsa namque eiúsque aquæ, ad ventos frigidos sunt sitæ. Cæterùm prioris ciuitatis aquæ subsalsæ, subliméśque sunt; huius verò dulces magna ex parte, profundæque sunt. Hæ insuper duræ, per annúmque sedulò frigidæ; illæ verò molles, æstate calidæ, hyeme frigidæ existunt.

Hominum affectus à situ ciuitatis ad septentrionem.

16. *Homines verò robustos, ac siccos esse necesse est, & plures ventres inferiores duros, & siccos habere, superiores autem, fluidiores biliosósque magis quàm pituitosos esse.*

Διαθέσεις τῶν ἀνθρώπων ἐκ θέσεως τῆς πρὸς τὰς ἄρκτους πόλιος.

ις'. Τοὺς δὲ ἀνθρώπους εὐτόνους τε καὶ σκελιφροὺς ἀνάγκη εἶναι· τούς τε πλείους, τὰς κοιλίας ἀτεράμνους ἔχειν, καὶ σκληρὰς τὰς κάτω. τὰς δὲ ἄνω εὐρωτέρας, χολώδεάς τε μᾶλλον ἢ φλεγματίας εἶναι.

Ventres infernos duros, siccos, superiores fluidiores biliosósque magis habent, quoniam frigus calorẽ ab extremitatibus ad corporis profunditatẽ depellit. Calore autem influente duplicatur insitus, & vegetior fit. Calore itaque cordis cordi adiuncto, partes thoraci adiacentes, latiores, inferioris verò arctiores, siccioréśque redduntur; ob caloris nimirum ab illis partibus distantiam. Primæ autem iam dictæ ciuitatis homines pituitosi, non autem biliosi, ventréśque eorum inferiores molles erant, hi verò contrario modo se habent, inferiores ventres siccos, superiores molles habentes. Flaua enim bilis propria natura ascendere, non autem descendere consueuit; cuius occasione, superiores ventres humectiores sunt, quandoquidem flaua bilis in profundioribus residet, sciréque oportet, Hippocratem per ventres siccos de illorum ventre intellexisse, qui pauca excernunt excrementa.

Vt se habent capita & vasa incolarum ciuitatis ad Septentrionem.

17. *Capita verò sana habent, & dura, & plerunque vasa ipsis rumpuntur.*

Ὡς ἔχουσιν αἱ κεφαλαὶ καὶ ῥηγματίαι τῶν οἰκεόντων τὰς πρὸς ἄρκτους πόλιας.

ιζ'. Τὰς δὲ κεφαλὰς ὑγιηρὰς ἔχουσι καὶ σκληράς. ῥηγματίαι τέ εἰσιν ἐπὶ τὸ πλῆθος.

Per ruptionem hoc in loco nonnullarum venarũ, eiúsque membranæ ruptionem, ac scissuram intelligit Hippocrates, quæ abdominis membrana dicitur. Sicca enim corpora si repleta onus tulerint saltauerintque, altóve ex loco ceciderint, vel magnam percussionem acceperint, abdominis finditur membrana, æquè venæ rumpuntur quæ in thorace pulmonéque existunt.

Incolarum ad septentrionem affectus vernaculi.

18. *Morbi autem populares ipsis sunt, & pleuritides multæ, & qui censentur morbi acuti. Necesse autem est ita se habere, quum ventres eorum duri, siccique existant. Suppurati quoque multi fiunt ex quauis occasione: huius autem rei causa est corporis distensio, ac ventris durities.*

Ἐπιχώρια τῶν πρὸς ἄρκτους οἰκεόντων νοσεύματα.

ιη'. Νοσεύματα δὲ αὐτέοισιν ἐπιδημεῖται πλευρίτιδές τε πολλαὶ· αἵ τε ὀξέαι νομιζόμεναι νοῦσοι. ἀνάγκη δὲ ὧδε ἔχειν. ὁκόταν κοιλίαι σκληραὶ ἔωσιν, ἔμπυοί τε πολλοὶ γίνονται ἀπὸ πάσης προφάσιος. τουτέου δὲ αἴτιόν ἐστι τοῦ σώματος ἡ ἔντασις, καὶ ἡ σκληρότης τῆς κοιλίης.

Suppurationis causam in præsentia nos docet Hippocrates, eámque vẽtris siccitatem esse ait, atque ex eo quoque euenire, quod sedulò in corpore excrementitiæ superfluitates inueniuntur, à quibus acuti morbi excitantur. Ad hæc venæ membranæque ex ventris tensione, siccitate, ac duritie rumpuntur, quum excrementitium, quod in eo reperitur, non expellatur, nec repurgatur, eóque magis si thoracis, pulmonúmque lateri annexum fuerit, etenim si iis in locis humiditas redundarit, diu inibi retenta, transmutatur, ac in pus vertitur.

Frigidæ vsus rupturæ vasorum causa.

19. *Siccitas enim, & aquæ frigiditas, vasorum rupturas efficere solent.*

Τὴν τοῦ ὕδατος ψυχρότητα τὰς ῥηγματίας ποιέειν.

ιθ'. Ἡ γὰρ ξηρότης ῥηγματίας ποιέει εἶναι, καὶ τοῦ ὕδατος ἡ ψυχρότης.

Aquæ friditas corpus destruit, indurat, eiúsque tensionem adauget.

Quòd ciuitatis ad septentrionem positæ incolæ edaces, & bibaces, & diuturnioris vitæ.

20. *Edaces autem tales natura esse necesse est, & non multũ bibaces; non enim fieri potest eos, simul esse*

Ὅτι οἱ τὴν πρὸς ἄρκτον οἰκοδομοῦντες πόλιν ἐδωδοί τε, καὶ πολυπόται, καὶ μακρόβιοί εἰσιν.

κ'. Ἐδωδοὺς δὲ ἀνάγκη τὰς τοιαύτας φύσιας εἶναι, καὶ οὐ πολυπότας· οὐ γὰρ οἷόν τε ἅμα πολυβόρους τε εἶναι καὶ πολυ-

πόδας. ὀφθαλμίας τε γίγνεσθαι μὲν διὰ χρόνου. γίγνεσθαι δὲ σκληρὰς καὶ ἰσχυρὰς. καὶ εὐθέως ῥήγνυσθαι τὰ ὄμματα. αἱμορροΐας δ' ἐκ τῶν ῥινέων τοῖσι νεωτέροισι τριήκοντα ἐτέων γίγνεσθαι ἰσχυρὰς τοῦ θέρεος· τά τε ἱερὰ νοσεύματα καλεύμενα, ὀλίγα μὲν ταῦτα, ἰσχυρὰ δέ. μακροβίους δὲ τοὺς ἀνθρώπους τουτέους μᾶλλον εἰκὸς εἶναι ἑτέρων.

multũ voraces, multúmq; bibaces. Lippitudines autẽ his oboriri per tẽporis interualla, necesse est, duras tamen, & vehemẽtes adeo fieri, vt statim oculi rũpantur. Sanguinis item ex naribus eruptiones iunioribus triginta annis vehementes æstate generantur. Morbi etiam sacri appellati, pauci quidem, verùm vehementes contingunt. Hos verò longioris vitæ magis, quàm alios homines esse par est.

Vitæ eorum longitudo ex totius corporis valetudine, ac robore, præcipuè verò capitis ventrísque euenit, & quia acuti morbi eis non contingunt; non enim ij morbi, nisi in validis corporibus gignuntur.

Ελκεα τῶν πρὸς τὰς ἄρκτους.

κα'. Τά τε ἕλκεα οὐ φλεγματώδεα ἐγγίγνεσθαι, οὐδὲ ἀγριοῦσθαι.

Incolarum ad septentrionem vlcera.

21. *Iisque vlcera citra inflammationem suboriri, neque exasperari.*

Sicci corporis vlcera, facilius quàm humidi sanantur.

Οπαὶ πρὸς τὰς ἄρκτους γυναῖκες στεῖφοι μὲν, τοῖσι δὲ παιδίοισιν ὕδρωπες ἐγγίνονται.

κβ'. Τά τε ἤθεα, ἀγριώτερα. τοῖσι μὲν ἀνδράσιν τὰ νοσήματα ἐπιχώρια ἐστὶν, καὶ χωρὶς ἤν τι πάγκοινον κατάσχῃ ἐκ μεταβολῆς τῶν ὡρέων. τῇσι δὲ γυναιξὶν, πρῶτον μὲν στεῖφοι πολλαὶ γίγνονται διὰ τὰ ὕδατα ὄντα σκληρά τε καὶ ἀτέραμνα, καὶ ψυχρά. αἱ γὰρ καθάρσιες οὐκ ἐπιγίνονται τῶν ἐπιμηνίων ἐπιτήδειαι, ἀλλὰ ὀλίγαι καὶ πονηραί. ἔπειτα τίκτουσι χαλεπῶς, ἐκτιτρώσκουσί τε οὐ σφόδρα. ὁκόταν δὲ τέκωσιν, τὰ παιδία ἀδύνατοι τρέφειν εἰσί. τὸ γὰρ γάλα ἀποσβέννυται ἀπὸ τῶν ὑδάτων τῆς σκληρότητος καὶ ἀτεραμνίης· φθίσιές τε γίνονται συχναὶ ἀπὸ τῶν τοκετῶν. ὑπὸ γὰρ βίης ῥήγματα ἴσχουσιν καὶ σπάσματα. τοῖσδε παιδίοισιν ὕδρωπες ἐγγίνονται ἐν τοῖσιν ὄρχεσιν, ἕως μικρὰ ᾖ, ἔπειτα προϊούσης τῆς ἡλικίης ἀφανίζονται, ἡβῶσί τε ὀψὲ ἐν ταύτῃ τῇ πόλει. περὶ μὲν οὖν τῶν θερμῶν πνευμάτων, καὶ τῶν ψυχρῶν, καὶ τῶν πολέων τουτέων, ὧδε ἔχει ὡς προείρηται.

Quod mulieres ciuitatis ad septentrionem sitæ steriles; & pueri hydrocele laborant.

22. *Morésque magis agrestes, quàm mansuetos. Ac viris quidẽ hi morbi vernaculi sunt, præterquam si quis omnibus communis, ex temporũ mutatione accidat. Ex mulieribus autem, primùm quidem multæ steriles fiunt, propter aquas quæ sunt duræ, crudæ, & frigidæ; purgationes enim mensium, non contingunt idoneæ, sed paucæ, & prauæ: Deinde difficilè pariũt, neque valde abortiunt. Quũ verò pepererunt, pueros nutrire non possunt. Lac enim aquarũ duritie, cruditatéque extinguitur. Tabes etiam frequentes à partu contingunt; præ violentia enim ruptiones, ac vulsuras habent. Pueris autẽ hydropes in testibus fiunt, quandiu parui fuerint, qui deinde ætate procedente euanescunt. Pubescunt autem serò in hac ciuitate, & de calidis quidem ventis, frigidísque, & vrbibus ad hos sitis, hoc modo, velut ante dictum est, se res habet.*

Οπαὶ πρὸς τὰς ἀνατολὰς τοῦ ἡλίου πόλιες ὑγιεινότεραι.

κγ'. Οκόσαι δὲ κέονται πρὸς τὰ πνεύματα μεταξὺ τῶν θερινῶν ἀνατολέων τοῦ ἡλίου, καὶ τῶν χειμερινῶν, καὶ ὁκόσαι τὸ ἐναντίον τουτέων, ὧδε ἔχει περὶ αὐτέων. ὁκόσαι μὲν πρὸς τὰς ἀνατολὰς τοῦ ἡλίου κέονται, ταύτας εἰκὸς εἶναι ὑγιεινοτέρας τῶν πρὸς τὰς ἄρκτους ἐστραμμένων, καὶ τῶν πρὸς τὰ θερμὰ, ἢν καὶ στάδιον τὸ μεταξὺ ᾖ. πρότερον μὲν γὰρ μετριώτερον ἔχει τὸ θερμὸν καὶ τὸ ψυχρόν.

Ciuitatem ad orientem positam salubriorem esse.

23. *At quæ ciuitates ad ventos inter æstiuos, ac hybernos solis exortus sitæ sunt, & quæcunque ex opposito harum, de his ita se res habet. Quæcunque quidem ad orientẽ Solẽ sitæ sunt, eas æquũ est salubriores esse iis, quæ ad septentrionẽ conuersæ sunt, & iis, quæ ad calidos ventos obuersæ sunt, etiamsi stadium solum vnum intersit, primùm enim moderatius se habent calor, & frigus.*

Caloris, frigorísque moderatione, hanc reliquis ciuitatibus præcellere voluit, quandoquidem in altera earum calor, in cęteris verò frigus præualet.

Υδατα τὰ πρὸς ἀνατολὰς κάλλιστα.

κδ'. Επειτα τὰ ὕδατα ὁκόσα πρὸς τὰς τοῦ ἡλίου ἀνατολάς ἐστιν, ταῦτα λαμπρά τε εἶναι ἀνάγκη καὶ εὐώδη, καὶ μαλακὰ, καὶ ἐρατεινὰ ἐγγίνεσθαι ἐν ταύτῃ τῇ πόλει. ὁ γὰρ ἥλιος κωλύει ἀνίσχων καὶ καταλάμπων. τὸ γὰρ ἑωθινὸν ἑκάστοτε αὐτὸς ὁ ἠὴρ ἐπέχει ὡς ἐπὶ τὸ πολύ.

Aquæ ad Solis ortum optimæ.

24. *Deinde aquas, quæ ad Solis ortus sunt, omnes limpidas esse necesse est, & odoratas, & molles, & amœnas in hac ciuitute suboriri. Sol enim exurgens, & illustrans eas castigat; Diluculum enim ipse aër vtplurimum passum affundit.*

Aquæ, quæ ad Solis ortus sunt, omnes limpidæ, puræ, odoratæ, mollésque sunt; in eis enim nulla erit crassities: Sol namque inter eas inuenitur, ac id quod incrassatur, hoc est, humidum aërem, qui matutino tempore, durior, crassiórque existit.

Ενέργειαι τῆς πρὸς τὰς ἀνατολὰς πόλεως.

κε'. Τά τε εἴδεα τῶν ἀνθρώπων, εὔχροά τε καὶ ἀνθηρὰ ἐστὶ μᾶλλον, ἢν μή τις νοῦσος ἄλλη κωλύῃ. λαμπρόφωνοί τε οἱ ἄνθρωποι, ὀργήν τε καὶ ξύνεσιν βελτίους εἰσὶν τῶν πρὸς

Situs ciuitatis ad orientem effectus.

25. *Et hominum formæ benè coloratæ sunt, & floridæ magis, quàm aliæ, nisi quis morbus prohibeat; & clara voce præditi sunt homines; & ad iram, & intelligentiam*

intelligentiam temperatiores ſunt iis, qui ſiti ſunt ad ſeptentrionem; Siquidẽ, & alia quæ in ea naſcantur, præſtantiora exiſtunt. Et ciuitas, quæ hoc modo ſita eſt, veri maximè ſimilis exiſtit, quoad caloris frigoriſque moderationẽ. Et morbi quidẽ pauciores, & mitiores generãtur, ſimileſque ſunt morbis, qui in ciuitatibus oriũtur ad ventos calidos conuerſis. Et mulieres hìc valde fœcundæ ſunt, & facilè pariunt, & de his quidẽ ita ſe res habet.

A βορέην. εἴπερ καὶ τὰ ἄλλα τὰ ἐμφυόμενα ἀμείνω ἐστίν. ἔοικέ τε μάλιστα ἡ οὕτω κειμένη πόλις, ἦρι κατὰ τὴν μετριότητα τοῦ θερμοῦ καὶ τοῦ ψυχροῦ, τά τε νοσεύματα ἐλάσσω μὲν γίνεται καὶ ἀσθενέστερα. ἔοικε δὲ τοῖς ἐν ταῖς πόλεσιν γινομένοις νοσεύμασιν, τῇσιν πρὸς τὰ θερμὰ τὰ πνεύματα ἐστραμμένῃσιν. αἵ τε γυναῖκες αὐτόθι, ἐναρικύμονές εἰσι σφόδρα, καὶ τίκτουσι ῥηϊδίως. περὶ μὲν τουτέων ὧδε ἔχει.

De ſitu ciuitatis ad occidentem.

Περὶ θέσεως τῆς πρὸς τὰς δύσιας πόλιος.

26. *Quæcunque verò ad occaſum ſitæ, & à ventis ab oriente ſpirantibus obtectæ, tum calidis ventis leuiter perflantur, tum frigidis ab vrſis, ſeu ſeptentrione, neceſſe eſt, eas vrbes ſitu morboſiſsimo eſſe præditas.*

κϛʹ. Οκόσαι δὲ πρὸς τὰς δύσιας κεῖνται, καὶ αὐτῇσίν ἐστι σκέπη τῶν πνευμάτων τῶν ἀπὸ τῆς ἠοῦς πνεόντων, B τά, τε θερμὰ πνεύματα παραῤῥεῖ, καὶ τὰ ψυχρὰ ἀπὸ τῶν ἄρκτων, ἀνάγκη ταύτας τὰς πόλιας θέσιν κέεσθαι νοσερωτάτην.

De eiuſmodi ciuitate eiúſque ſitu Hippocrates meminit, quandoquidem reliquis omnibus, ob maximam aëris ipſius varietatem, deterior exiſtit, licet eius varietas veris varietati ſit ſimilis.

De aquis ab occaſu.

Περὶ τῶν ἀπὸ τῆς δύσιος ὑδάτων.

27. *Primum enim aquæ non ſunt limpidæ. Cauſa verò eſt quòd matutinum tempus, vt plurimùm occupet aër, qui aquæ immixtus, eius ſplendorem obſcurat. Non enim Sol niſi in altum euectus ſplendeſcit.*

κζʹ. Πρῶτον μὲν γὰρ τὰ ὕδατα, οὐ λαμπρά. αἴτιον δὲ ὅτι ὁ ἠὴρ τὸ ἑωθινὸν κατέχει, ὡς ἐπὶ τὸ πολύ, ὅστις τῷ ὕδατι ἐγκαταμιγνύμενος τὸ λαμπρὸν ἀφανίζει. ὁ γὰρ ἥλιος πρὶν ἄνω ἀρθῆναι οὐκ ἐπιλάμπει.

Retulit Hippocrates cauſam, cur eiuſmodi aquæ ſint turbulentæ, ex eo nimirum, quòd aër in ſua craſſitie, tenebroſitate, impuritatéque longo tempore maneat.

A ſitu ciuitatis ad occaſum effectus.

Ἐκ θέσεως τῆς πρὸς τὰς δύσιας πόλιος ἐνέργειαι.

28. *Aeſtate autem manè quidem, auræ ſpirant frigidæ, & ros decidit; cæterùm Sol ad ipſas occidens homines quammaximè percoquit.*

κηʹ. Τοῦ δὲ θέρεος, ἕωθεν μὲν αὖραι ψυχραὶ πνέουσι, καὶ δρόσοι πίπτουσιν· τὸ δὲ λοιπὸν, ἥλιος ἐγκαταδύνων· ὥστε μάλιστα διέψει τοὺς ἀνθρώπους.

Hippocrates hoc in loco, temperamenti illius ciuitatis diuerſitatem retulit quæ ad occaſum eſt ſita: ait enim manè frigidum ventum terreſtrem nuncupatum in eam ſpirare, ídque ex terræ humiditate, roríſque in huius humiditatis locum decidentia, prouenit; veſpere autem aduentante, Sol pedibus illorum extenſus, eos percoquit; quum alioquin par erat, vt eo tempore, Sol eis frigidior redditus, eos humectaret. Quamobrem pedes eorum morbis obnoxij exiſtunt.

Similes effectus.

Ὅμοιαι ἐνέργειαι.

29. *Quare homines decolores, ac infirmos eſſe par eſt, omniúmque prædictorum morborum participes eſſe, quum nulla ex parte ab ipſis ſeparentur. Graui etiam voce præditos eſſe, & raucos, eſt conſentaneum, propter aërem, qui impurus iſtic, ac morboſus exiſtit.*

κθʹ. Διὸ καὶ ἀχρόους τε εἰκὸς εἶναι καὶ ἀῤῥώστους, τῶν τε νοσευμάτων πάντων μετέχειν, μέρος τῶν προειρημένων οὐδὲν αὐτέοις ἀποκέκριται. βαρυφώνους τε εἰκὸς εἶναι καὶ βραγχώδεας διὰ τὸν ἠέρα, ὅτι ἀκάθαρτος ὡς ἐπὶ τὸ πολὺ αὐτόθι γίνεται, καὶ νοσώδης.

Humiditas in animalibus grauem, ſiccitas autem acutam vocem efficit.

Situs ad occaſum, autumno eſt ſimilis.

Ὅτι ἡ πρὸς τὰς δύσιας θέσις τῷ μετοπώρῳ ἔοικεν.

30. *Neque enim ab aquilonibus valde expurgatur; non enim perſeuerant venti; qui verò perſeuerant, & perdurant, aquoſiſsimi ſunt; quoniam tales ſunt venti ab occidente perflantes. Similis autem eſt autumno maximè hic ſitus ciuitatis, ſecundũ diei mutationes, quæ eo quòd magnum intercedat tẽpus inter auroram, & crepuſculum, fiunt, ob craſsitiem aëris, qui matutino tempore generatur. De ventis quidem, qui commodi ſint, & qui incommodi ita ſe res habet.*

λʹ. Οὔτε γὰρ ὑπὸ τῶν βορείων ἐκκρίνεται σφόδρα, οὐ γὰρ προσέχουσι τὰ πνεύματα. ἅ τε προσέχουσιν αὐτέοισιν καὶ προσκεῖνται, ὑδατεινότατά ἐστιν. ἐπεὶ τὰ ἐπὶ τῆς ἑσπέρης πνεύματα ἔοικεν, εἴτε μετοπώρῳ μάλιστα ἡ θέσις ἡ τοιαύτη τῆς πόλιος κατὰ τάς τε ἡμέρης μεταβολὰς, ὅτι πολὺ τὸ μέσον γίνεται τοῦ τε ἑωθινοῦ, καὶ πρὸς τὴν δείλην. περὶ μὲν πνευμάτων, ἅ τε ἐστὶν ἐπιτήδεια καὶ ἀνεπιτήδεια ὧδε ἔχει.



GALENI IN HIPPOCRATEM DE AERE, AQVIS, ET LOCIS COMMENTARIVS SECVNDVS.

ARGVMENTVM.

De Aquis, earumque natura, causis, & facultatibus in diuersis temperie corporibus disserit.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ γ'.

Περὶ φύσιος τῶν ἑλωδέων τε, καὶ τῶν λιμναίων ὑδάτων, καὶ τῶν ἐκ πηγέων.

Περὶ τῶν χειμερινῶν ποιοτήτων τῶν ἑλωδέων ὑδάτων.

α'. ΠΕΡΙ δὲ τῶν λοιπῶν ὑδάτων βούλομαι διηγήσασθαι, ἅτε ἐστὶ νοσώδεα, καὶ ἃ ὑγιεινότατα, καὶ ὁκόσα ἀφ' ὕδατος κακὰ εἰκὸς γίνεσθαι, καὶ ὅσα ἀγαθά. πλεῖστον γὰρ μέρος ξυμβάλλεται ἐς τὴν ὑγείην. ὁκόσα μὲν οὖν ἐστιν ἑλώδεα, καὶ στάσιμα, καὶ λιμναῖα, ταῦτα ἀνάγκη τοῦ μὲν θέρεος εἶναι θερμὰ καὶ παχέα, καὶ ὀδμὴν ἔχοντα, ἅτε οὐκ ἀπόρρυτα ἐόντα, ἀλλὰ τοῦ τε ὀμβρίου ὕδατος ἐπιτρεφομένου αἰεὶ νέου, τοῦ τε ἡλίου καίοντος, ἀνάγκη ἄχροά τε εἶναι, καὶ πονηρὰ, καὶ χολώδεα.

CAPVT III.

De natura palustrium & lacustrium aquarum, & earum quæ è fontibus scaturiunt.

De æstiuis stagnantium aquarum qualitatibus.

1. *AT deinceps de aquis commemorare volo, quæ morbosæ, & quæ saluberrimæ existant: & quæ mala, ab aqua fieri consentaneum sit, & quæ bona; Plurimùm enim conferunt ad sanitatem. Quæcunque igitur palustres sunt, & stabiles, & lacustres, eas necesse est, æstate calidas esse, & crassas, & fœtidas; quum enim non perfluant, & aqua pluuia non semper accedat, & Sol eas exurat, necesse est, & decolores, & pallidas, & biliosas esse.*

Decoloratæ sunt eiusmodi aquæ, ex terræ, lutique cum illis permixtione, nec non etiam ex earum putredine.

Περὶ τῶν χειμερινῶν ποιοτήτων τῶν ἑλωδέων ὑδάτων.

β'. Τοῦ δὲ χειμῶνος, παγετώδεά τε καὶ ψυχρὰ καὶ τεθολωμένα, ὑπό τε χιόνος καὶ παγετῶν, ὥστε φλεγματωδέστατα εἶναι καὶ βραγχωδέστατα.

De hybernis aquarum stagnantium qualitatibus.

2. *Hyeme verò glaciatas, & frigidas, & turbatas, tum à niue, tum à glacie, adeoque maximè pituitam & raucedines oboriri.*

Cũ sublimes sint eiusmodi aquæ, in superficie terræ sitæ, quæ nec altitudinẽ, nec profunditatem habent, iuxta aëris mutationẽ, & ipsæ permutãtur, erúntq; hyeme frigidæ, calidæ æstate. Cæterũ quũ eas perturbatas esse affirmet, id sanè ex motu illarũ prouenit, quũ à vẽtis agitẽtur. Quamobrẽ bilis æstate, hyeme pituita ex illis generatur.

Διαθέσεις τῶν ἀπὸ τοῦ ἑλώδεος ὕδατος νεφρῶν.

γ'. Τοῖσι δὲ πίνουσι, σπλῆνας μὲν αἰεὶ μεγάλους εἶναι καὶ μεμυωμένους.

Ab aqua stagnante viscerum affectus.

3. *Bibentibus autem splenes, semper esse magnos, plenos & compressos.*

Non splen solùm, sed iecur quoque, ac ventriculus malè habebunt, siquidem eiusmodi aquæ obstructiones inducunt. Mesenterij namque venæ, quæ ex iecore propagantur, chylúmque ei ex ventriculo deferunt, exiles, atque angustæ sunt. Dum itaque per eas eiusmodi turbidæ transeunt aquæ, obstructiones in illis pariunt. De splene autem Hippocrates mentionem fecit, quoniam ex crassiore fæculentioréque sanguinis parte nutritur. Si itaque sanguis incrassetur, corrumpatúrve, quum de eo multò magis, quàm deceret, splen ad se trahat, ex nimio alimento, in eo magnus, plenus ac compressus efficitur.

Διαθέσεις τῶν ἀπὸ τοῦ ἑλώδεος ὕδατος γαστρῶν.

δ'. Καὶ τὰς γαστέρας, σκληράς τε, καὶ λεπτὰς, καὶ θερμάς.

Ab vsu stagnantis aquæ ventris affectus.

4. *Et ventres duros, & tenues, & calidos.*

Et tumentes etiam existere.

Διαθέσεις τοῦ λιμναίου ὕδατος.

ε'. Τοὺς δὲ ὤμους, καὶ τὰς κληῖδας, καὶ τὸ πρόσωπον καταλελεπτύνθαι. ἐς γὰρ τὸν σπλῆνα αἱ σάρκες πρὸς διεφθαρμένον αἷμα ξυντήκονται, διότι ἰσχνοί εἰσιν. ἐδωδούς τε εἶναι τοὺς τοιουτέους καὶ διψηρούς. τάς τε κοιλίας ξηροτάτας τε καὶ τὰς ἄνω καὶ τὰς κάτω ἔχειν, ὥστε τῶν φαρμάκων ἰσχυροτέρων δεῖσθαι. τοῦτο μὲν τὸ νόσημα αὐτέοισιν ξύντροφόν ἐστιν καὶ θέρεος καὶ χειμῶνος.

Palustris aquæ affectus.

5. *Humeros verò, & iugula, & faciem attenuari; in splenem enim carnes ob corruptum sanguinem colliquescunt, qua ratione graciles euadunt. Tales verò edaces, & siticulosos esse par est, ventrésque tum supernos, tum inferiores siccissimos habere, vt medicamentis vehementioribus opus habeant: atque hic morbus tum æstate, tum hyeme ipsis est consuetus.*

Per hoc vitium, splenem magnum, sitim, atque edacitatem intelligit.

Qui affectus ab vsu palustris aquæ oboriantur.

6. *Ad hæc autē ipsis etiā hydropes plurimi maximéq; lethales generantur, æstate enim dysenteriæ multæ incidunt, & diarrhææ, & quartanæ febres diuturnæ. Hi autem morbi producti, eiusmodi naturas, ad hydropas deducunt, & perimunt: Et hi quidem morbi ipsis æstate fiunt; hyeme verò iunioribus quidem, & peripneumoniæ, & manici morbi.*

Αἵτινες ἀπὸ τῆς τοῦ λιμναίου ὕδατος χρείας ἐγγίνονται διαθέσεις.

ϛʹ. Πρὸς δὲ τουτέοισιν οἱ ὕδρωπές τε καὶ πλεῖστοι γίνονται καὶ θανατωδέστατοι. τοῦ γὰρ θέρεος δυσεντερίαι τε πολλαὶ ἐμπίπτουσι, καὶ διάρροιαι, καὶ πυρετοί τε τεταρταῖοι πολυχρόνιοι. ταῦτα δὲ τὰ νοσεύματα μηκυνθέντα, τὰς τοιαύτας φύσιας ἐς ὕδρωπας καθίστησι, καὶ ἀποκτείνει. ταῦτα μὲν αὐτέοισι τοῦ θέρεος γίγνεται. τοῦ δὲ χειμῶνος, τοῖσι νεωτέροισι μὲν, περιπνευμονίαι τε καὶ μανιώδη νοσεύματα.

Ab iis morbis, iuniorum quàm seniorum natura magis afficitur.

Qui affectus senioribus tum mulieribus ab vsu stagnantis aquæ oboriuntur.

7. *Senioribus verò febres ardentes, propter ventris duritiem. Mulieribus verò œdemata oboriuntur, & pituita alba, & in ventre vix concipiunt, & difficulter pariūt fœtus magnos, & tumidos, qui deinde in educatione contabescunt, ac deteriores euadunt. Neq; purgatio in mulieribus post partum commoda contingit.*

Αἵτινες τοῖσι πρεσβυτέροισι, καὶ τῇσι γυναιξὶν ἀπὸ τῆς τοῦ λιμναίου ὕδατος χρείας γίγνονται διαθέσεις.

ζʹ. Τοῖσι δὲ πρεσβυτέροισι, καῦσοι, διὰ τὴν τῆς κοιλίης σκληρότητα. τῇσι δὲ γυναιξὶν, οἰδήματα ἐγγίνεται, καὶ φλέγμα λευκὸν, καὶ ἐν γαστρὶ ἴσχουσι μόλις, καὶ τίκτουσι χαλεπῶς· μεγάλα τε τὰ ἔμβρυα καὶ οἰδέοντα. ἔπειτα ἐν τῇσι τροφῇσι φθινώδεά τε, καὶ πονηρὰ γίγνεται. ἥ τε κάθαρσις τῇσι γυναιξὶν οὐκ ἐπιγίνεται χρηστὴ μετὰ τὸν τόκον.

Hippocrates quidē dixit, his aquis bibentiū splenes magnos fieri: Cōuenit autē, vt in hepate mulierū, ob frigiditatē, & vasorū angustiā, obstructiones quoq; fiant, à quibus deinde œdematosi tumores, & pituitæ albæ oboriuntur: medici verò eiusmodi tumorē ex pituitoso humore congestū, œdema appellāt. Mirū autē non est, si nō cōcipiant, síq; cū dolore, ac difficultate pariāt, etenim corporum earū natura vitiosa, ac deprauata existit. Si verò cōcipiunt ac pariūt, fœtus magni ac tumidi fiunt. Dū vero matres eorū, alere eos incipiūt, tabescūt, ac deprauati euadūt, ob lactis nimirū vitiū, & corruptelā: quod sanè nō alia de causa, nisi vitio aquarū, illis cōtingit. Matribus verò eorū cōmoda post partū purgatio, ob tēperamenti, omniúmque mēbrorum prauitatem, minimè contingit.

Ab aqua stagnante ramices, varices, vlcera.

8. *In pueris verò ramices superueniunt, potissimum quidem, & viris varices, & vlcera in tibijs.*

Ἀπὸ τοῦ ὕδατος λιμναίου κῆλαι, κίρσοι, ἕλκεα.

ηʹ. Τοῖσι δὲ παιδίοισιν, κῆλαι ἐπιγίγνονται. μάλιστα μὲν τοῖσιν ἀνδράσιν, κίρσοι, καὶ ἕλκεα ἐν τῇσι κνήμῃσιν.

Eiusmodi Aquæ omnium morborum causæ existunt: morbi autem ac vitia, pueris susceptioni eorum dispositis, ac ita viris quoque contingunt.

Ab vsu aquarum stagnantium vita breuior.

9. *Proindéque eiusmodi naturæ longæuæ esse non possunt, sed ante debitum tempus senescunt.*

Ὅτι οὐχ οἷόν τε τοὺς ἀνθρώπους ἀπὸ τῆς τοῦ λιμναίου ὕδατος χρείας μακροβίους εἶναι.

θʹ. Ὥστε τὰς τοιαύτας φύσιας, οὐχ οἷόν τε μακροβίους εἶναι, ἀλλὰ προγηράσκειν τοῦ χρόνου τοῦ ἱκνευμένου.

Scire sanè conuenit, vnūquemq; senē terminatā vitam ex cælestibus motibus sortiri; motus verò cælestes ab opifice, & motore eorū. Itaq; dicimus humanæ vitę tēpus à tēpore vitę equi, ac tēpus vitę elephātis à tēpore vitę equi differre; nec vitæ tēpus in senibus solū, sed in singulis quoq; animaliū speciebus inuenimus, tēpus nāq; vitæ equi aliud est à tēpore vitæ asini. Verū senes naturali solū, iuuenes accidentali morte intereunt, ex accidentibus nimirū, quæ ab aquis, aëre, cibísq; eis contingunt. Hæc medicorū sententia existit. Sapientes verò aliā opinionē sortiuntur, credūt enim mortē ex quacunq; causa cōtingat, naturalē esse, Diuina potētia, nec non eā, quæ ex accidentibus euenit, Dei nutu euenire, omniaq; à superis cōtingere affirmāt. Hippocrates verò ait, eiusmodi naturā citò ad senectutem deuenire. Senectus enim ex aquis prauis, corruptisq; humoribus in eis existentibus accidit.

Mulieres pro fœtu hydropem concipiunt ab vsu aquæ stagnantis.

10. *Præterea verò mulieres conceptum se in vtero habere putant, & quum partus instant, ventris plenitudo euanescit: Hoc autem contingit, vbi vteri hydrope laborarint; & has quidem aquas existimo ad omnem rem perniciosas esse.*

Ὅτι αἱ γυναῖκες ἀντὶ τοῦ ἐν γαστρὶ ἔχειν ἐκ τῆς τοῦ λιμναίου ὕδατος χρείας ὑδρωπιῶσι.

ιʹ. Ἔτι δὲ αἱ γυναῖκες δοκέουσιν ἔχειν ἐν γαστρὶ, καὶ ὁκόταν ὁ τόκος ᾖ, ἀφανίζεται τὸ πλήρωμα τῆς γαστρός. τοῦτο δὲ γίγνεται ὁκόταν ὑδρωπιήσωσιν αἱ ὑστέραι. τὰ μὲν τοιαῦτα ὕδατα νομίζω μοχθηρὰ εἶναι πρὸς ἅπαν χρῆμα.

Hoc sanè in loco Hippocrates nos docet, ab iis aquis Hydropē generari, eandémque morbi speciē vtero cōtingere, quæ aliàs spatio interperitonæū, & intestina existēti, euenire solet. Sic nāque in vteri capacitate euenit, ex cōcoctricis vteri facultatis imbecillitate. Sāguis enim ei destinatus quiq; ad vterū descēdit, nisi fuerit elaboratus, in aquā cōuertitur, ac inflatio & tumor generatur, qua euacuata quiescit. Euacuationis verò causa partus tempus existit, quoniā ea, quæ præter naturā sunt in nobis, à naturali facultate reguntur, atque expurgantur. Ipsa nāque per vniuersum corpus, vt illud regat & expurget, fertur, attamē ad statū quoddā tēpus repositis excremētis, tunc enim ad eorū expulsionē insurgit, donec illa à corpore euacuauerit, corpúsq; ab illis mundū reddiderit, idq; in tertianis, & quartanis quoq; febribus, vsu venit, quibus statuta quædā tēpora insunt. Nos verò aliā quoq; adiungimus causam, facultatē nimirū, quæ relinquitur ad excrementorū expulsionē insurgere, vel quātitate eorum imminuta, vel qualitate superata: vterus autē duas expultrices sortitur facultates, quarū altera excrementa, ad menstruorū generationem singulo mense congregata, expellit, Altera verò fœtum ex vtero ducit, idque te scire cōuenit, pergrāde nimirū, ac insigne admodū vas in vterū ad fœtus enutritionē, demandari, cui simile in reliquū corporis minimè deriuatur. Quapropter eiusmodi aquæ, quæ in vtero generantur, ac facultatibus, quæ vtero insunt, expurgantur, mulierésque se in vtero habere putant. Itaque eiusmodi facultas toto hoc tempore quiescit, aduentante verò, ac instante tempore partus, facultate præ nimio pondere grauata, perinde ac in fœtu suo vtitur conatu, & quandoque secundo, quandoque verò tertio mense, vt in fœtu contingit, apertio fit. Hæc itaque de lacustribus, palustribus, riuulosisque aquis, déque eo quod ex earum potu contingit, dicta sint.

Τὰ μεταλλικὰ ὕδατα τοῖσι μὲν ὑγιαίνουσι, νοσώδη· τοῖσι δὲ νοσέουσι, ποτὲ χρήσιμα, καὶ φαρμακώδεα ὑπάρχειν.

Aquas metallicas sanis insalubres, ægrotis interdum vtiles ac medicamentosas esse.

ια'. Δεύτερα δὲ ὅσων εἰσὶν αἱ πηγαὶ ἐκ πετρέων, σκληρὰ γὰρ ἀνάγκη εἶ), ἢ εἴτε ὅκου θερμὰ ὕδατά ἐστιν, ἢ σίδηρος γίνεται, ἢ χαλκὸς, ἢ ἄργυρος, ἢ χρυσὸς, ἢ θεῖον, ἢ στυπτηρία, ἢ ἄσφαλτον, ἢ νίτρον· ταῦτα γὰρ πάντα ὑπὸ βίης γίνονται τοῦ θερμοῦ. οὐ τοίνυν ἐκ τοιαύτης γῆς ὕδατα ἀγαθὰ γίνεται, ἀλλὰ σκληρά τε καὶ καυσώδεα, διουρέεται χαλεπὰ, καὶ πρὸς τὴν διαχώρησιν ἐναντία εἶ).

11. *Secundo verò loco eas quarum fontes ex petris scaturiunt (duras enim esse oportet) aut istic, vbi calidæ aquæ existunt, aut ferrum nascitur, aut æs, aut argentum, aut aurum, aut sulphur, aut alumen, aut bitumen, aut nitrum. Hæc enim omnia caloris vi generantur. Non itaque ex eiusmodi terra bonæ aquæ nascuntur, sed duræ, atque æstuosæ, quæ difficilè minguntur, & alui egestioni contrariæ sunt.*

Omnes eiusmodi aquas prauas Hippocrates appellat, eásque præcipuè, quæ ex petris nascuntur, aut ab aliqua ex commemoratis mineris (præter ferrum) scaturientes: parum enim ex ferri qualitate per eius mineram transeuntes, accipiunt. Omnes autem eiusmodi aquæ prauæ, crassæque existunt. Nec celeriter naturæ eorum digeruntur. Nonnunquam verò aliquibus in morbis suppetias ferunt, quemadmodum nonnullæ aquæ sunt in quadam Italiæ regione (Damiata, vocata) non procul à Roma sita, scaturientes, in ferri, atque æris permixtam qualitatem adesse videtur. Nonnulli enim dolorificis affectibus iuuamentum ab illis recipiunt: quippe in renum, coli, hepatis, ventriculíque passionibus ab illis iuuantur. Verùm si quis potum earum continuabit, corporis eius humiditas destruetur, ac in morbum incidet. Et quemadmodum Aquæ, quæ corpori nostro salubri non conueniunt, si in morbum quispiam inciderit, ex earum potu fortasse iuuamentum recipiet: si verò in potu illarum perseuerabit, corporis corruptelam, obitúmque ei conciliabunt: ita quoque eiusmodi aquæ existunt, si enim in potu illarum quispiam perseuerabit, corpus destruunt, atque interimunt. Hippocrates autem dixit, si bibantur, Nos verò dum sani sumus, eas minimè potamus. Huic sanè Aristotelis sententia suffragatur, qui aquas ex æris fodina scaturientes prauum humorem euacuare pronunciauit. Romæ insuper aquæ quædam corpus soluentes inueniuntur, ad eas autem quispiam non accedit, nec illas bibit.

Τίνα τὰ κάλλιστα ὕδατα.

ιβ'. Ἄριστα δὲ, ὁκόσα ἐκ μετεώρων χωρίων ῥέει καὶ λόφων γεηρῶν. αὐτά τε γάρ ἐστι γλυκέα, καὶ λευκὰ, καὶ τὸν οἶνον φέρειν ὀλίγον οἷά τέ ἐστι. τοῦ δὲ χειμῶνος θερμὰ γίν). τοῦ δὲ θέρεος, ψυχρά. οὕτω γὰρ ἂν εἴη ἐκ βαθυτάτων πηγέων.

Quæ sint optimæ aquæ.

12. *Optimæ verò sunt, quæcunque ex sublimibus locis, & terreis collibus fluunt. Hæ enim & dulces sunt, & albæ, modicúmque vinum ferre queunt. Hyeme verò calidæ fiunt, æstate verò frigidæ, ita enim ex profundissimis fontibus scaturiunt.*

Ex cœnosis, ac terreis aquis, Hippocrates commendat, quæ ex sublimioribus collibus petrosis, quæque ex profundissimis locis scaturiunt, lacubus nimirum & riuis, & quæ eiusdem sunt, cuius hæc, generis. Nunc verò dicimus, aquarum perfectionem, malignitatem, ex sublimitate, ac profunditate loci, necnon ex terræ qualitate cognosci, nimirum, vt non sit cœnosa, nec ex mineralibus quippiam permixtum habeat. Quare eas aquas laudabiles optimásque Hippocrates censuit, quæ ex sublimibus terreis, puluerosisque profluunt locis, quæque non multa vini egent mixtione, etenim, ob summam earum perfectionem, multum vini eis permiscere non oportet. Aquæ autem mixtæ, turbulentæ, salsæ, quæque prauam aliquam qualitatem admixtam habent, multa egent vini mixtione, vt earum corrumpens malignitas superetur, bonæ autem, laudabilesque eæ duntaxat existimantur, quæ dulces, æstate frigidæ, hyeme calidæ sunt, idque sanè iis aquis contingit, quæ limpidæ, profundæque existunt.

Τὰ ἐπαινετὰ ὕδατα.

ιγ'. Μάλιστα δὲ ἐπαινέω, ὧν τὰ ῥεύματα πρὸς τὰς ἀνατολὰς τοῦ ἡλίου ἐῤῥώγασι καὶ μᾶλλον πρὸς τὰς θερινάς. ἀνάγκη γὰρ λαμπρότερα εἶ), καὶ εὐώδεα, καὶ κοῦφα.

Aquæ laudabiles.

13. *Maximè verò eas laudare oportet, quarum fluxus ad Solis exortus erumpunt, & maximè ad æstiuos. Albas namque, limpidiores, leues, atque fragrantes esse necesse est.*

Aëris puritas aquis opitulatur, quod sanè, calidi, frigidíque æqualitas, minimè præstat.

Τὰ οὐκ ἀγαθὰ ὕδατα.

ιδ'. Ὁκόσα δὲ ἐστὶν ἁλυκὰ, καὶ ἀτέραμνα, καὶ σκληρὰ, τὰ μὲν πάντα πίνειν οὐκ ἀγαθά. εἰσὶ δ' ἔνιαι φύσιες καὶ νοσεύματα εἰς ἃ ἐπιτήδεά ἐστι τὰ τοιαῦτα ὕδατα πινόμενα, περὶ ὧν φράσω αὐτίκα.

Aquæ insalubres.

14. *Quæcunque verò sunt salsæ, indomitæ, & duræ, omnibus quidem potui sunt insalubres, aliquibus tamen naturis, & morbis tales aquæ in potu, quandoque commodæ sunt, de quibus statim dicam.*

Qui eas absque necessitate biberit valdè magnum nocumentum ab illis recipiet.

Τριπλάσια ὕδατα, τὰ μὲν ἄριστα, τὰ δὲ πονηρότατα, τὰ δὲ μεταξὺ τούτων.

ιε'. Ἔχει δὲ καὶ περὶ τουτέων ὧδε. ὁκόσων μὲν αἱ πηγαὶ πρὸς τὰς ἀνατολὰς ἔχουσι, ταῦτα μὲν ἄριστα αὐτὰ ἑωυτέων ἐστί· δεύτερα δὲ, τὰ μεταξὺ τῶν θε-

Aquæ triplices, optimæ, pessimæ, & mediæ.

15. *Atque de his ita se res habet, quarum quidem fontes ad orientem spectant, hæ certè omnium optimæ ac primariæ sunt. Secundariæ verò, quæ inter*

æſtiuos ſolis exortus, & occaſus emergunt; & magis quæ ad exortus. Tertiæ vero, quæ inter occaſus æſtiuos, & hybernos ſcaturiunt. Peſſimæ vero, quæ ad auſtrum, & quæ inter hybernum Solis exortum, & occaſum, & hæ quidem ad auſtrales valde prauæ ſunt, ad brumales meliores. His autem hoc modo vti conuenit; Quicunque ſanus eſt, & valet, nihil diſtinguere, ſed bibere ſemper eam, quæ præſens eſt, debet.

A ρινῶν ἀνατολέων ἐστὶ τοῦ ἡλίου καὶ δύσεων, καὶ μᾶλλον τὰ πρὸς τὰς ἀνατολάς. τρίτα δὲ τὰ μεταξὺ τῶν δυσμέων τῶν θερινῶν καὶ τῶν χειμερινῶν. φαυλότατα δὲ τὰ πρὸς τὸν νότον καὶ τὰ μεταξὺ θερινῆς ἀνατολῆς καὶ δύσιος. καὶ ταῦτα τοῖσι μὲν νοτίοισιν πάνυ πονηρά, τοῖσι δὲ βορέοισιν ἀμείνω. τουτέοισι δὲ πρέπει ὧδε χρέεσθαι. ὅστις μὲν ὑγιαίνει τε καὶ ἔρρωται, μηδὲν διακρίνειν, ἀλλὰ πίνειν αἰεὶ τὸ παρεόν.

Ex aquis, quæ ſalſæ, amaræ, craſſæ, crudæque ſunt, ſanos valenteſque non lædunt, ſi eas potauerint: nec omnis ſanus eas bibere poterit, ſed qui robuſtus exiſtit; per hæc autem eum intelligit, qui inculpata fruitur ſanitate, vt naturalis facultas ſuo robore aquarum vitium ſuperare poſſit.

B

De vſu aquarum.

16. *Quicunque verò morbi cauſa vult commodiſſimam bibere, is ſi ita fecerit, maximè ſanitatem aſſequetur. Quorum quidem ventres duri ſunt, & ad hoc, vt ſuccendantur idonei, iis quidem dulciſſimæ, & leuiſſimæ, & limpidiſſimæ conferunt. Quorum verò molles ventres, & humidi, & pituitoſi ſunt, iis duriſſimæ, crudiſſimæ, & ſubſalſæ cõueniunt: ſic enim reſiccari maximè poſſunt. Quæcunque enim aquæ coctu ſunt optimæ, & facile liqueſcunt, eæ & ventrem maximè laxare, & eliquare poſſunt: quæ verò sũt indomitæ, & duræ, & maximè coctu difficiles, eæ magis conſtringunt ventrẽ, & reſiccant. At verò falluntur aliqui homines de aquis ſalſis, propter imperitiam, propterea quòd exiſtimant, ſalſa eſſe deiectoria, maximè enim contraria ſunt alui deiectioni: ſunt enim indomita & incoctilia. Quare venter ab ipſis magis adſtringitur, quam ſoluatur, & de fontanis quidem aquis ſic ſe res habet.*

Περὶ χρείας ὑδάτων.

ιϛʹ. Ὅστις δὲ νούσου εἵνεκα βούλεται τὸ ἐπιτηδειότατον πίνειν, ὧδε ἂν ποιέων, μάλιστα τυγχάνοι τῆς ὑγιείης. ὁκόσων μὲν αἱ κοιλίαι σκληραί εἰσιν, καὶ ξυγκαίειν ἀγαθαί εἰσι, τουτέοισι μὲν τὰ γλυκύτατα ξυμφέρει, καὶ κουφότατα, καὶ λαμπρότατα. ὁκόσων δὲ μαλθακαὶ αἱ νηδύες, καὶ ὑγραί εἰσι, καὶ φλεγματώδεες, τουτέοισι δὲ τὰ σκληρότατα καὶ ἀτεραμνότατα καὶ τὰ ὑφαλυκά· οὕτω γὰρ ἂν ξηραίνοιτο μάλιστα. C ὁκόσα γὰρ ὕδατά ἐστιν ἕψειν ἄριστα, καὶ τακερώτατα, ταῦτα καὶ τὴν κοιλίην διαλύειν εἰκὸς μάλιστα, καὶ διατήκειν. ὁκόσα δέ ἐστιν ἀτέραμνα, καὶ σκληρά, καὶ ἥκιστα ἕψειν ἀγαθά, ταῦτα δὲ ξυνίστησι μᾶλλον τὰς κοιλίας καὶ ξηραίνει. ἀλλὰ γὰρ ψευσάμενοί εἰσιν οἱ ἄνθρωποι τῶν ἁλμυρῶν ὑδάτων πέρι δι' ἀπειρίην, καὶ ὅτι νομίζεται διαχωρητικά. τὰ δὲ ἐναντιώτατά ἐστι πρὸς τὴν διαχώρησιν, ἀτέραμνα γὰρ καὶ ἀνέψανα, ὥστε καὶ τὴν κοιλίην ὑπ' αὐτῶν στύφεσθαι μᾶλλον ἢ τήκεσθαι. καὶ περὶ μὲν τῶν πηγαίων ὑδάτων ὧδε ἔχει.

D

CAPVT IV.

De aquis pluuiis, & è niue, aut glacie ortis.

De pluuiis aquis.

17. *De pluuialibus autem, & quæ à niue fiunt quomodo habeant dicam. Quæ equidem igitur pluuiales ſunt, leuiſſimæ, & dulciſſimæ ſunt, & tenuiſſimæ, & limpidiſſimæ. Quod enim primo Sol ex aqua educit, & ſurſum rapit, tenuiſſimum & leuiſſimum eſt. Manifeſtum autem hoc mare facit; ſi quidem quod ſalſum eſt, iſthic relinquitur, ob craſſitiem, & grauitatem, & fit mare; quod enim tenuiſſimum eſt, Sol ſurſum rapit, ob leuitatem.*

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Δʹ.

Περὶ τῶν ὀμβρίων τε, καὶ τῶν ἀπὸ χιόνος, καὶ κρυστάλλου ὑδάτων.

Περὶ τῶν ὀμβρίων ὑδάτων.

ιζʹ. Περὶ δὲ τῶν ὀμβρίων, καὶ ὁκόσα ἀπὸ χιόνος, φράσω ὅκως ἔχει. τὰ μὲν οὖν ὄμβρια κουφότατα, καὶ E γλυκύτατά ἐστι, καὶ λεπτότατα, καὶ λαμπρότατα. τήν τε γὰρ ἀρχὴν, ὁ ἥλιος ἀνάγει καὶ ἀναρπάζει τοῦ ὕδατος τό, τε λεπτότατον καὶ κουφότατον. δῆλον δὲ αἱ ἅλες ποιέουσιν. τὸ μὲν γὰρ ἁλμυρὸν λείπεται αὐτέου ὑπὸ πάχεος καὶ βάρεος, καὶ γίνεται ἅλες. τὸ δὲ λεπτότατον ὁ ἥλιος ἀναρπάζει ὑπὸ κουφότητος.

Loca, in quibus aquæ condenſantur, ſalſæque redduntur, Mare Hippocrates appellat, nonnunquam verò extra mare aquæ ſalſæ redduntur, iis potiſſimum, qui ad depreſſa loca accedunt, quamobrem ſalſæ aquæ vbique fiunt, etiam iis in locis, vbi mare non inuenitur. Cætera, quæ Hippocrates retulit, intelligenti, ac ſapienti perſpectiſſima exiſtunt.

F

Quòd ex omni re aquas Sol educat.

18. *Surſum autem tale quid educit, non ex aquis ſolùm lacuſtribus, ſed etiam e mari, & ex omnibus, quibus aliquid humoris ineſt: ineſt autem omnibus in rebus. Quin & ex ipſis hominibus tenuiſſimum, &*

ιηʹ. Ὅτι ὁ ἥλιος ἐξ ἁπάντων ἀνάγει τὰ ὕδατα.

ιηʹ. Ἀνάγει δὲ τὸ τοιοῦτο οὐκ ἀπὸ τῶν ὑδάτων μόνον τῶν λιμναίων, ἀλλὰ καὶ ἀπὸ τῆς θαλάσσης. καὶ ἐξ ἁπάντων ἐν ὁκόσοισιν ὑγρόν τι ἐστιν. ἔνεστι δὲ ἐν παντὶ χρήματι. καὶ ἐξ αὐτέων τῶν ἀνθρώπων ἄγει τὸ λεπτότα-

τὸν τῆς ἰκμάδος, καὶ κουφότατον. τεκμήριον δὲ μέγιστον· ἐπὴν ἄνθρωπος ἐν ἡλίῳ βαδίζῃ, ἢ καθίζῃ ἱμάτιον ἔχων, ὁκόσα μὲν τοῦ χρωτὸς ὁ ἥλιος ἐφορᾷ, οὐχ ἱδρώη ἄν. ὁ γὰρ ἥλιος ἀναρπάζει τὸ προφαινόμενον τοῦ ἱδρῶτος. ὁκόσα δὲ ὑπὸ τοῦ ἱματίου ἐσκέπασται, ἢ ὑπ' ἄλλου του, ἱδροῖ. ἐξάγεται μὲν γὰρ ὑπὸ τοῦ ἡλίου καὶ βιάζεται· σώζεται δὲ ὑπὸ τῆς σκέπης, ὥστε μὴ ἀφανίζεσθαι ὑπὸ τοῦ ἡλίου. ὁκόταν δὲ ἐς σκιὴν ἀφίκηται, ἅπαν τὸ σῶμα ὁμοίως διεῖ. οὐ γὰρ ἔτι ὁ ἥλιος ἐπιλάμπει.

leuissimum humorem educit. Maximum vero huius rei indicium est. Vbi homo in Sole ambulauerit, aut sederit vestibus indutus, quicquid corporis Sol aspexerit, non exudat: rapit n. Sol, quicquid sudoris elicitū est: quod verò sub veste contegitur, aut sub alia re, sudorē emittit. Per vim enim elicitur à Sole, & exprimitur sudor, seruatur autem à tegumentis, ne disperdatur à Sole, quum vero in vmbram venerit, totum corpus similiter sudore aspergitur; non enim Sol amplius affulget.

Si nudus homo sub sole sederit, quod sol ab eo elicit, sudore minimè apparebit, primò namque à venis trahit; at si vestibus indutus fuit, quod sudoris ab eo emanat, in vestibus apparebit: à vestibus namque conseruatur, non autem à Sole absumitur.

Τὰ ὄμβρια ὕδατα σήπεσθαι τάχιστα.

Pluuias aquas celerrimè corrumpi.

ιθ'. Διὰ ταῦτα δὲ καὶ σήπεται τῶν ὑδάτων τάχιστα ταῦτα, καὶ ὀδμὴν ἴσχει πονηρὴν τὸ ὄμβριον, ὅτι ἀπὸ πλείστων συνῆκται, καὶ συμμέμικται, ὥστε σήπεσθαι τάχιστα.

19. *Propter hoc autem, ex aquis ea citissimè putrescunt, & odorem prauum habet aqua pluuialis, eo quod ex plurimis collecta est, ac permixta, ita vt celerrimè putrescat.*

Corpora quæ vnica qualitate sunt prædita, tardiùs quàm ea quæ pluribus, corrumpuntur. Diuersarum namque qualitatum alteram destruit altera, permutátque, & hac de causa, corpori transmutatio, & corruptio contingit. Quamobrem conuenit, vt huius veritatem assequamur, rectóque iudicio rem perpendamus, non opinantes nimirum prauas esse, ac vitiosas aquas, eò quòd citò putrescant. Etenim meliores, & præstantiores quandoque extiterint, si ea in illis signa deprehendantur, quæ paulò ante retulimus. Siquidem aquarum alterationis celeritas, earum præstantiam, non autem vitium, ostendit, vt abundè superiùs à nobis explicatum fuit.

Ἐξοχὴ τῶν ὀμβρίων ὑδάτων.

Aquarum pluuiarum præstantia.

κ'. Ἔτι δὲ πρὸς τουτέοισιν ἐπειδὰν ἁρπασθῇ, καὶ μετεωρισθῇ περιφερόμενον, καὶ καταμεμιγμένον ἐς τὸν ἠέρα, τὸ μὲν θολερὸν αὐτέου καὶ νυκτοειδὲς, ἐκκρίνεται, καὶ ἐξίσταται, καὶ γίγνεται ἠὴρ, καὶ ὀμίχλη. τὸ δὲ λεπτότατον καὶ κουφότατον αὐτέου, λείπεται καὶ γλυκαίνεται, ὑπὸ τοῦ ἡλίου καιόμενόν τε καὶ ἑψόμενον. γίγνεται δὲ καὶ τἄλλα πάντα τὰ ἑψόμενα αἰεὶ γλυκέα.

20. *Ad hæc vero, quum eiusmodi aquæ raptæ sunt, & in sublime euecta circunferuntur aërique permixtæ sunt, quod turbidum est in eis, ac noctem refert, excernitur, & secedit, & fit aër, & nebulas. Quod vero tenuissimū, & leuissimū, relinquitur & dulcescit, dum à sole vritur ac coquitur. Quin & alia omnia, dum coquuntur, semper dulcia euadunt.*

Hippocrates hoc in loco, pluuialium aquarum præstantiam retulit, ex eo nimirum, quòd à Solis calore coquantur; Omnia siquidem quæ coquuntur, dulciora quàm antea, redduntur; Calor enim agens est, quod in singulas res permeat, quódque eas fouet, percoquítque. Quòd si corporis transmutationem optauerimus, in præstantiorem mutationem illud mutabit, pluribus vsibus in animalibus, & plantis. Insuper scire conuenit, rem ita se habere, aut aër ab halitibus; si enim aëri humiditas admixta fuerit, vapor vocabitur; sin minus, exhalatio, quæ siccus & splendidus aër existit.

Ὅκως γίνεται ὁ ὄμβρος.

Vt fit pluuia.

κα'. Ἕως μὲν οὖν διεσκεδασμένον ᾖ, καὶ μήπω ξυνεστήκῃ, φέρεται μετέωρον. ὁκόταν δέ κου ἀθροισθῇ, καὶ ξυστραφῇ ἐς τὸ αὐτὸ, ὑπὸ ἀνέμων ἀλλήλοισιν ἐναντιωθέντων ἐξαίφνης, τότε καταρρήγνυται ᾗ ἂν τύχῃ πλεῖστον ξυστραφέν. τότε γὰρ ἐοικὸς τοῦτο μᾶλλον γίνεσθαι. ὁκόταν τὰ νέφεα μὴ ὑπὸ ἀνέμου στάσιν ἔχοντος, ὡρμημένα ἐόντα καὶ χωρέοντα, ἐξαίφνης ἀντικόψῃ πνεῦμα ἐναντίον, καὶ ἕτερα νέφεα· ἐνθαῦθα μὲν πρῶτον αὐτέου ξυστρέφεται· τὰ δὲ ὄπισθεν, ἐπιφέρεταί τε, καὶ οὕτω παχύνεται, καὶ μελαίνεται, καὶ ξυστρέφεται ἐς τὸ αὐτὸ, καὶ ὑπὸ βάρεος καταρρήγνυται, καὶ ὄμβροι γίνονται.

21. *Dum igitur dispersa necdum collecta fuerit, in sublime fertur. Vbi verò coaceruata, ac simul derepente à ventis inter se contrariis in se coacta, tunc deorsum prorumpit, qua parte plurima collecta fuerit. Tunc enim hoc magis fieri par est, quum nebulas, à vento stabilitatem non habente concitatas, ac impulsas derepente repercutit ventus contrarius, & aliæ nubes; ac tunc quidem prior ipsius pars colligitur, quæ verò posteriùs sunt, insuper accedunt, & sic crassiores, & nigriores euadunt, magisque condensantur, ac pondere deorsum feruntur, & imbres oriuntur.*

Hippocrates hoc in loco Aristotelis sententiæ refragatur, qui pluuias fieri ait, ex ascensu vaporum in aërem, vbi

vbi collecti coniunctique, præ ambientis loci frigiditate condensati nigrescunt ac tum in aquam vertuntur, nec aër adeo condensari potest, vt sua eadem frigiditate, ac pondere, in aquam vertatur. Nicodemus autem, ac eius asseclæ, impulsu expressionéque pluuias fieri dixerunt cui sanè sententiæ Hippocrates assentire videtur, dum ait, nubes inter duos ventos se inuicem oppugnantes generari, ab iisque concitatis, collisis, atque expressis pluuias descendere.

Aqua pluuia præparanda.

22. *Atque hæ quidē aquæ hac ratione, optimæ sunt. Verùm opus habent vt excoquātur, & excolētur, sin minùs, odorem prauum habent, & raucedines, & tusses, & vocis grauitatem bibentibus adesse par est; & si elixentur nihil præ elixatione ab illis recedet.*

Ὅκως χρὴ παρασκευάζειν τὸ ὄμβριον ὕδωρ.

κβ΄. Ταῦτα μὲν ἐστιν ἄριστα κατὰ τὸ εἰκός. δεῖται δὲ ἀφέψεσθαι, καὶ ἀποσήπεσθαι. εἰ δὲ μή, ὀδμὴν ἴσχει πονηρὴν, καὶ βράγχος, καὶ βαρυφωνίην, καὶ βῆχας τοῖς πίνουσι προσίστασθαι.

Harum aquarum decens præparatio, si putrescere cœperint, est vt cum multa Hydromellis portione misceantur.

De aquis niualibus, & glacialibus.

23. *Quæ verò ex niue, aut glacie fiunt, omnes prauæ: quum enim semel concreuerint, nō ampliùs in pristinam naturam restituuntur: sed quod quidē in ipsis, & clarum, & leue, & dulce est, excernitur ac euanescit; quod vero turbidissimū & ponderosissimum, relinquitur. Id vero hoc modo noueris. Si enim volueris hyemis tēpore vasculū aquæ certa mensura affusæ sub dio ponere, vt congeletur maximè; deinde postridie, in locum calidum illatum sinere, quo maximè liquescat glacies, quūmque soluta fuerit, iterum aquā metiri; aquam multo pauciorē comperies: hoc signum est, quod à congelatione leuissimum est, & tenuissimum id euanescere ac exiccari, non autem quod grauissimum & crassissimum existit, id enim contingere non potest. Hac igitur ratione eas aquas censeo, quæ ex niue, & glacie sunt, & quæ has sequūtur ad res omnes esse pessimas. Atq; de pluuialibus quidē aquis, & quæ ex niue, & glacie fiunt, sic se res habet.*

Περὶ τῶν ἀπὸ χιόνος τε καὶ κρυστάλλου ὑδάτων.

κγ΄. Τὰ δὲ ἀπὸ χιόνος καὶ κρυστάλλων, πονηρὰ πάντα. ὁκόταν γὰρ ἅπαξ παγῇ, οὐκ ἔτι ἐς τὴν ἀρχαίην φύσιν καθίσταται, ἀλλὰ τὸ μὲν αὐτέου λαμπρὸν, καὶ κοῦφον, καὶ γλυκὺ, ἐκκρίνεται καὶ ἀφανίζεται. τὸ δὲ θολωδέστατον, καὶ σταθμωδέστατον, λείπεται. γνοίης δ' ἂν ὧδε. εἰ γὰρ βούλει ὅταν ᾖ χειμὼν, ἀγγεῖον μέτρῳ ἐγχέας ὕδωρ, θεῖναι ἐς τὴν αἰθρίην, ἵνα πήξηται μάλιστα. ἔπειτα τῇ ὑστεραίῃ εἰσενεγκὼν εἰς ἀλέην, ὅπου χαλάσῃ μάλιστα ὁ παγετός. ὁκόταν δὲ λυθῇ, ἀναμετρεῖν τὸ ὕδωρ, εὑρήσεις ἔλασσον συχνῷ. τοῦτο τεκμήριον ὅτι ὑπὸ τῆς πήξιος, ἀφανίζεται, καὶ ἀναξηραίνεται τὸ κουφότατον καὶ λεπτότατον, οὐ τὸ βαρύτατον καὶ παχύτατον· οὐ γὰρ ἂν δύναιτο. ταύτῃ οὖν, νομίζω πονηρότατα ταῦτα τὰ ὕδατα εἶναι τὰ ἀπὸ χιόνος καὶ κρυστάλλου, καὶ τὰ τουτέοισιν ἑπόμενα πρὸς ἅπαντα χρήματα. περὶ μὲν οὖν ὀμβρίων ὑδάτων, καὶ τῶν ἀπὸ χιόνος καὶ κρυστάλλων, οὕτως ἔχει.

Per alias omnes iis similes, eas aquas intelligit, quæ sua frigiditate, niuis, & glaciei frigiditatem referunt, illis proximiores, cæteris grauiores, & crassiores existentes.

CAPVT V.

De Noxis ex prauarum aquarum potu prodeuntibus.

De calculi generatione.

24. *Calculo verò maximè laborant homines, & renum affectibus, & vrinæ stillicidio, & coxendicum morbo corripiuntur, & herniæ generantur, vbi aquas omnigenas bibunt, & de fluminibus magnis, in quæ flumina diuersi generis influunt, & de stagno, in quod riuuli multi, & omnis generis deueniunt, & qui aquis aduectitiis ex longinquo allatis, non vero ex propinquo, vtuntur. Non enim fieri potest alteram alteri aquam similem esse, sed aliæ quidem dulces sunt, aliæ salsæ, & aluminosæ, aliæ ex calidis effluunt. Eæ verò inter se simul permixtæ inter se dissident, & quæ valentissima est semper vincit. Præualet autem non semper eadem, sed aliàs alia. Sed & ex ventis huic quidē robur exhibet Boreas, illi verò Auster, & de reliquis eadē est ratio.*

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ε.

Περὶ βλαβῶν τῶν ἐκ τῶν οὐκ ἀγαθῶν ὑδάτων.

Περὶ τῆς τοῦ λίθου γενέσεως.

κδ΄. Λιθιῶσι δὲ μάλιστα ἄνθρωποι, καὶ ὑπὸ νεφριτίδων, καὶ στραγγουρίης ἁλίσκονται, καὶ ἰσχιάδων, καὶ κῆλαι γίνονται, ὅκου ὕδατα πίνουσι παντοδαπώτατα, καὶ ἀπὸ ποταμῶν μεγάλων εἰς οὓς ποταμοὶ ἕτεροι ἐμβάλλουσιν, καὶ ἀπὸ λίμνης, εἰς ἣν ῥεύματα πολλὰ καὶ παντοδαπὰ ἀφικνεῦνται. καὶ ὁκόσοι ὕδασιν ἐπακτοῖσιν χρέονται διὰ μακροῦ ἀγόμενοισι, καὶ μὴ ἐκ βραχέος. οὐ γὰρ οἷόν τε ἕτερον ἑτέρῳ ἐοικέναι ὕδωρ, ἀλλὰ τὰ μὲν γλυκέα εἶναι· τὰ δὲ ἁλυκά τε καὶ στυπτηριώδεα· τὰ δὲ ἀπὸ θερμῶν ῥέειν. ξυμμισγόμενα δὲ ταῦτα ἐς τωυτὸ ἀλλήλοισιν, στασιάζει, καὶ κρατέει ἀεὶ τὸ ἰσχυρότατον. ἰσχύει δὲ οὐκ ἀεὶ τὠυτὸ, ἀλλ' ἄλλοτε ἄλλο. καὶ τὰ πνεύματα· τῷ μὲν γὰρ βορέης τὴν ἰσχὺν παρέχεται· τῷ δὲ, ὁ νότος· καὶ τῶν λοιπῶν πέρι ωὑτὸς λόγος.

ἐφίστασθαι. οὕτω τοῖσι τοιουτέοισιν ἀνάγκη ἐν τοῖς ἀγγείοις ἰλὺν καὶ ψάμμον. καὶ ἀπὸ τούτων πινομένων τὰ νοσήματα γίνεται τὰ προειρημένα. ὅτι δὲ οὐχ ἅπασιν, ἑξῆς φράσω. ὁκόσων μὲν ἥ τε κοιλίη εὔροός τε καὶ ὑγιηρής ἐστιν, καὶ ἡ κύστις μὴ πυρετώδης· μηδὲ ὁ στόμαχος τῆς κύστιος ξυμπέφρακται λίην, οὗτοι μὲν διουρέουσι ῥηϊδίως. καὶ ἐν τῇ κύστει οὐδὲν ξυστρέφεται. ὁκόσων δὲ ἂν κοιλίη πυρετώδης ᾖ, ἀνάγκη καὶ τὴν κύστιν τωὐτὸ πάσχειν. ὁκόταν γὰρ θερμανθῇ μᾶλλον τῆς φύσιος, ἐφλέγμηνεν αὐτῆς ὁ στόμαχος. ὁκόταν δὲ ταῦτα πάθῃ, τὸ οὖρον οὐκ ἀφίησιν, ἀλλ᾽ ἐν ἑωυτέῳ ξυνέψει, καὶ συγκαίει· καὶ τὸ μὲν λεπτότατον αὐτέου, ἀποκρίνεται, καὶ τὸ καθαρώτατον, διιεῖ καὶ ἐξουρέεται. τὸ δὲ παχύτατον καὶ θολωδέστατον ξυστρέφεται καὶ συμπήγνυται. τὸ μὲν πρῶτον μικρόν· ἔπειτα μεῖζον γίνεται. κυλινδούμενον γὰρ ὑπὸ τοῦ οὔρου, ὅ, τι ἂν ξυνίστηται παχύ, ξυναρμόζει πρὸς ἑωυτό· καὶ οὕτως αὔξεταί τε καὶ πωροῦται. καὶ ὁκόταν οὐρέῃ, πρὸς τὸν στόμαχον τῆς κύστιος προσπίπτει ὑπὸ τοῦ οὔρου βιαζόμενον, καὶ κωλύει οὐρέειν, καὶ ὀδύνην παρέχει ἰσχυρήν. ὥστε τὰ αἰδοῖα τρίβουσι καὶ ἕλκουσι, τὰ παιδία τὰ λιθιῶντα. δοκέει γὰρ αὐτέοις τὸ αἴτιον ἐνταῦθα εἶναι τῆς οὐρήσιος. τεκμήριον δὲ ὅτι οὕτως ἔχει. τὸ γὰρ οὖρον λαμπρότατον οὐρέουσιν οἱ λιθιῶντες πρὸς τὸν γινόμενον ὀρρόν. ὅτι τὸ παχύτατον καὶ θολωδέστατον, αὐτέου μένει καὶ συστρέφεται, τὰ μὲν πλεῖστα οὕτω λιθιᾷ. γίνεται δὲ παισὶν καὶ ἀπὸ τοῦ γάλακτος, ἢν μὴ ὑγιηρὸν ᾖ, ἀλλὰ θερμόν τε λίην καὶ χολῶδες. τὴν γὰρ κοιλίην διαθερμαίνει καὶ τὴν κύστιν, ὥστε τὸ οὖρον ξυγκαιόμενον ταῦτα πάσχειν. καί φημι ἄμεινον εἶναι τοῖς παιδίοισι τὸν οἶνον ὡς ὑδαρέστατον διδόναι, ἧσσον γὰρ τὰς φλέβας ξυγκαίει καὶ ξυναυαίνει. τοῖσι δὲ θήλεσιν αἰδοίοις γίνεται οὐχ ὁμοίως. ὁ γὰρ οὐρητὴρ βραχύς ἐστιν ὁ τῆς κύστιος, καὶ εὐρύς, ὥστε βιάζεσθαι τὸ οὖρον ῥηϊδίως. οὔτε γὰρ τῇ χειρὶ τρίβει τὸ αἰδοῖον, ὥσπερ τὸ ἄρσεν, οὔτε ἅπτεται τοῦ οὐρητῆρος· ἐς γὰρ τὰ αἰδοῖα ξυντέτρηνται· καὶ διότι οἱ οὐρητῆρές εἰσιν εὐρέες, καὶ πίνουσι πλέον, ἢ οἱ παῖδες. περὶ μὲν οὖν τουτέων ὧδε ἔχει, ἢ ὅτι τουτέων ἐγγύτατα.

Talibus igitur necesse est, limum & arenam in vesica subsidere, & ab iis epotis morbos prædictos generari; quod autem non omnibus, deinceps dicam. Quorum quidem aluus fluida, & sana est, & vesica non ardens, neque verò os vesicæ valde obstructum est, ii quidem facilè vrinam expellunt, & in vesica nihil colligitur. Quibus verò aluus feruida fuerit, necesse est, & vesicam idem pati. Quum enim magis, quàm pro natura fuerit calefacta, inflammatur os ipsius. Quum verò hæc patitur, vrinam non demittit, sed in se ipsa concoquit, & adurit & quod quidem in ea tenuissimum secernitur, quodque purissimum, transit, & emingitur: quod verò crassissimum, & turbidissimum est, colligitur, & concrescit primo quidem minore copia, deinde maiore. Circumuolutum enim ab vrina quicquid crassum collectum fuerit, ad se ipsum adaptat, & applicat, sicque augescit, & in totum durescit, quicunque mingit, ad vesicæ collum allabitur ab vrina expulsum, & vrinæ emissionem impedit, & vehementem dolorem excitat. Quare pudenda confricant, & vellicant pueri calculosi: videtur enim ipsis causa mictionis eo loco esse. Signum autem, quod hoc ita se habeat, hoc est, quod qui calculo laborant, vrinam limpidissimam reddant instar seri, quia id quod crassissimum, & turbidissimum est, isthic manet, & coalescit. Et sane plerique hoc modo lapidē contrahunt. Generatur etiam in pueris à lacte, si non salubre id fuerit, sed calidū valde, ac biliosum; Ventrem enim concalefacit, & vesicam, vnde vrina, dum aduritur, hæc patitur. Ac dico melius esse pueris vinū quā aquosissimum dare, minùs enim venas adurit, & resiccat. Muliebribus autem pudendis calculi non similiter contingunt. Meatus enim vesicæ breuis est, & amplus, ita vt facilè vrina expellatur. Neque enim manu pudendum, vt masculi, fricant, neque contingunt vrinarum meatū, quod intra pudenda ipsis perforatus sit: maribus autem nō perforatus. Cumque meatus vrinarij mulieribus sint ampli, etiam plus eæ mingunt, quàm pueri. Et de his quidem sic res se habet, aut iis quamproximè accedit.

Quum vesicæ collum in mulieribus, hoc est meatus, per quem mingunt, intra pudendum sit perforatus, testesque latos, exiles, ac vesicam latam habeant, hac sanè de causa, vrinæ earum crassæ sunt, celeriter transeuntes, nihil quod ipsas remoretur habentes; in maribus autem, ob vesicæ meatus longitudinem, atque angustiam, eiúsque caliditatem, vrinæ crassities restringitur, ac in lapidem vertitur ob vesicæ nimirum calorem. Circa hoc autem, quod deinceps subdidit, *mares* nimirum *non sunt perforati*; non possum sanè quippiam affirmare, omnes enim Hippocratis interpretes, circa hoc multum hæsitantes video, subdititiaque verba potius, quam Hippocratis, esse affirmant; quippe vesicæ collum à vesicæ capacitate, ad pudendi extremitatem vsque perforatum existit.



GALENI IN HIPPOCRATEM DE AERE, AQVIS, ET LOCIS COMMENTARIVS TERTIVS.

ARGVMENTVM.

Quæ anni constitutiones salubres sint, quæ morbosæ, quomodo cœli, aërisque temperies, & conditio ad humanorum corporum naturam conspiret, quæ sit societas, & consensus systematum aëris cum illis secundum ætates, sexus, temperamenta, & anni tempora, explanat.

CAPVT VI.

De morbis tempestatum anni, & quæ tempestates pharmacis commodæ.

Salubris anni indicia; & varietatis climatum explicatio.

1. DE annis autem hoc modo consideratione adhibita, quis statuat, ac discernat qualisnam annus sit futurus, salubrisne, an morbosus. Si enim secundum rationem fiant signa in astris occidẽtibus & orientibus, & in autumno aquæ multæ fiant, & hyems sit moderata, & neque valde blanda, neque præter modum frigida & vere, & æstate tempestiuæ aquæ eueniant, sic sanè saluberrimum esse annum consentaneum est.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ϛ.

Περὶ νοσημάτων τῶν ὡρέων τοῦ ἔτεος, καὶ τίνες ὧραι τοῖσι φαρμάκοισιν ἐπιτήδειαι.

Γνωρίσματα τοῦ ὑγιηροῦ ἔτεος, καὶ ἐξήγησις τῆς μεταλλαγῆς τῶν κλιμάτων.

α. ΠΕΡΙ δὲ ἐτέων ὧδε ἄν τις ἐνθυμεύμενος διαγινώσκῃ, ὁκοῖόν τι μέλλει ἔσεσθαι τὸ ἔτος, εἴτε νοσερὸν εἴτε ὑγιηρόν· ἢν μὲν γὰρ κατὰ λόγον γίνηται τὰ σημεῖα ἐπὶ τοῖς ἄστροισι δύνουσί τε καὶ ἐπιτέλλουσιν· ἔν τε τῷ μετοπώρῳ ὕδατα γίνηται καὶ ὁ χειμὼν μέτριος, καὶ μήτε λίην εὔδιος, μήτε ὑπερβάλλων τὸν καιρὸν τῷ ψύχει. ἔν τε τῷ ἦρι ὕδατα γίνηται ὡραῖα, καὶ ἐν τῷ θέρει, οὕτω τὸ ἔτος ὑγιεινότατον εἰκὸς εἶ.

Temperamentum, quod æquale esse dicebam, hoc in loco Hippocrates commemorat, in quo nulla quatuor qualitatum, caliditas nimirum, frigiditas, humiditas, vel siccitas, neque motio, aut quies præualet. Atqui de ortu & occasu signorum mentionem fecit. Si quidem temporum, eorúmque mutationum causa existunt: Conuenit autem his nostris temporibus, astrorum ortum, dextrum ascensum, occasum verò sinistrum vocare, nec non etiam terræ climata, continuasque lineas, in quibus astra reperiuntur, memorari. Veteres enim triplici ordine, ciuitates comprehenderunt. Quandoque enim sub vna, eademque linea constitutæ supponuntur, licet procul altera ab altera dissideat, vt Roma, atque Asturia: nonnunquam verò sub vno, eodémque climate, & si multis milliarium spatiis ab inuicem distent. Non rarò verò inuicem propinquæ, distantésve concipiuntur, quæ sub vno minimè existunt, vt Troia, atque Britannia, eiusmodi enim regiones longo admodum interuallo ab inuicem distant. Iam verò Syriam, & Rhodum, vnam eandemque meridiei vmbram habere affirmant; nec non eos, qui sub æquinoctio morantur, sextam diei, ac noctis horam vnam, atque eandem possidere, nec diei, ac noctis longitudinem, astrorúmque exortum, atque occasum vbique æqualem esse. Quippe ij, qui sub eadem linea morantur, in astrorum exortu, atque occasu, non parum ab inuicem distant, licet diei, noctísque longitudinem æqualem sortiantur. Sol autem vno eodémque tempore, vbique non oritur, nec occidit, primò namque illis emergit, qui orientalem, deinceps verò iis, qui occidentalem incolunt plagam. Ex quo perspicuum euadit, eorum meridiem, non vnam, eandémque vbique, sed diuersam existere: etenim dies noctésque primò orientalibus, deinde occidentalibus tribuuntur. Nec id te lateat oportet, locorum, quæ sub eodem parallelo fuerint sita, quædam magis, quædam verò minus, in recto horizonte ad occidentem inclinare, meridies verò eadem hora minimè contingit. Cæterùm locorum, quæ sub eodem Meridiano

constituuntur, quædam ad meridiem, quædam ad septentrionem magis accedunt: in oriente verò, occidentéque minimè discrepant, sed æquales existunt. Verùm Sol eodem tempore iis omnibus nequaquam exoritur, at meridies eodem tempore iis contingit. Eorum namque qui versus septentrionalem partem morantur, quidam dies, noctésque longiores; quidam verò breuiores sortiuntur. Verùm ab æquinoctio vernali vsque ad æquinoctium autumnale, dies noctibus longiores existunt, & econtra, ab æquinoctio autumnali, ad æquinoctium vsque vernale dies sunt breuiores, noctes verò longiores. Ei autem qui Astronomiæ scientiam ab aliquo præceptore in Euclidis doctrina versato, adeptus fuerit, quæ hactenus à nobis dicta sunt, perspicua, ac manifesta euadent. Veteres enim ab ea doctrina exordiri solebant, antequam ad medicam, philosophicámque facultatem adipiscendam accederent: nostris autem hisce temporibus in quibus artes sunt deprauatæ, homines aliquam scientiæ partem totam esse arbitrantes, in eáque hæsitantes, nequaquam illam perficiunt, nec eius finem adipiscuntur. Quamobrem conuenit, vt huic nostro sermoni nonnulla adiiciamus, quæ vti diximus, illis duntaxat perspicua reddentur, quæ in Euclidis scientia, vel cupiunt versari, vel in ea fuerint versati. Itaque dicimus, qui in clariori loco, versus orientem collocatus circum se, superiorémque cœli sublimitatem ad terram vsque prospexerit, cœli horizontem, maiorem circulum nimirum, videbit, quem terminum, vel finitorem astronomi appellant, eo quòd eam cœli partem, quæ videtur, ab ea quæ abscondita est, separat, ac distinguit. Ea autem cœli pars, quæ videtur, quæque supra terram conspicitnr, Hemisphærium nuncupatur, quarum vnaquæque præcipua pars totius orbis existit. Cæterùm si aliquod astrum absconditum non appareat, quia sub terra maneat; deinceps verò ascendat, appareat, detegatúrque, ascendens dicetur. At si prius videbatur, deinde verò occidat, ac lateat, descendens nuncupabitur. Omnes verò homines, Solem manè ascendere, vespere autem descendere affirmant. Ad hæc astrorum ascensus communi quadam cognitione, ab Astronomis cognoscuntur, quandoquidem si aliquod astrum initio viginti dierum minimè apparuerit, vti Sol in lucis defectu, aut exempli gratia, luna coniunctionis tempore, quodcunque eorum appareat, seiungatúrque ascendens dicetur. De hoc autem multa retulit Anaxagoras, inquiens, *Cane ascendente, messem, descendente verò terræ cultum homines exordiri*; Subdítque *canem quadraginta diebus, totidémque noctibus occultari.* Verum est autem canem, his quadraginta diebus duntaxat abscondi; dein verò vespere nonnunqnam circa solis occasum, quandoque verò per duas, vel tres horas post eius occasum manifestus efficitur: apparebit autem post æquinoctium memoratum. Si autem Sol occidat, obscuriórque nox extiterit, perspicua visione apparebit, totóque die ab occidentali horizonte occultabitur. Transacto autem æquinoctio, debili visione apparebit; dein occidet, nec vllo modo videbitur quandoquidem occidit cum Solis occasu, antequam ad perfectam obscuritatem nox deuenerit. Non apparet autem, priusquam nox ad obscuritatem accedat ob exilem quandam stellam, quæ inter ipsum, ac visus radios interponitur. Cuius occasione, in multis ex quadraginta noctibus (quemadmodum doctissimus retulit Anaxagoras) non apparet, nec detegitur. Is enim nullum sydus hac quidem ratione, se habere affirmat, excepto Arcturo sydere nimirum proximè ipso cane minore. In nostris autem regionibus Canis æstatis initio apparet, si ad ortum, vel occasum, priùs, vel post solem accesserit. Verùm quò Sol ei propior extiterit, eò magis occultabitur, illud videri vllo modo permittens. Est etiam vulgaribus notum hoc sydus ad ortum, occasúmque quandoque cum Sole accedere: hoc autem termino transacto, Soléque ab ea remotiore facto ad occasum Solem præcedit. Quo verò magis ad occasum Solem præcesserit, eo celerius, quàm Sol, ad orientem properabit. Non apparebit autem si adeo proximè Soli exoriatur, vt ab eius radiis possit occultari; quo verò ab eo magis recesserit, eo perspicuè magis apparebit detegetúrque, modò ei proximum adeo non existat vt ab eius radiis possit obtenebrari: hoc autem quandoque per vnum diem continget, dum ante Solis exortum, ipsum oriatur. Simile huic quoque de Arcturo, cæterísque intelligitur astris, quorum vnumquodque terminos habet, in quibus cum Sole, & post eum exoritur, occidítque. Quum id itaque eo quem retulimus modo se habeat, perperam Hippocrates fecisse videtur, qui tempora, anni constitutiones, eorúmque terminos, ac partes, perspicua, ac manifesta stabiliuit inquiens; Æquinoctium quod hyemem sequitur, veris; Vergiliarum exortum, æstatis; earúmque occasum hyemis initium existere, nisi fortè æquinoctium, quod æstatem sequitur autumni principium, statuere velit. Neque Arcturi exortum autumni initium affirmauit; nec tempus in suas quatuor partes distinxit, quemadmodum ij fecerunt, qui veri æstatem annecti; huic frugiferum tempus, quod est autumnus; at hunc hyemem subsequi voluere. Hyemem insuper in tres diuiserunt partes, primam nimirum Sementem, postremam, inserendi tempus, & medium inter hæc duo constituentes, quod iure hyemem appellant. In libro quoque de Septimanis, qui Hippocratis nomen præfert, in septem partes annum diuisum inuenies. Arbitror autem hanc diuisionem, ceu sui temporis Asiaticis hominibus notam Hippocratem dimisisse, quum regio nostra Asia totius orbis temperatissima regio censeatur. Posteriores autem percelebrésque viri æquinoctium, quod hyemem sequitur, Ver esse; Vergiliarum exortum æstatis; Canis verò ascensum temporis frugum principium existere statuerunt. Assuedus autem, qui variis in scientiis erat versatus, Vergiliarum exortum, æstatis initium esse ait, occasum verò, hyemis. Andromicus quoque Rhodius, Canem, quem Procyonem Græci appellant lucida apparitione, frugum tempore exoriri voluit; quam sententiam alij quoque affirmarunt. Insuper addit principium æstatis, Pleiadum esse ascensum, initium verò temporis frugum, esse Procyonis exortum. Cæterùm circa autumni considerationem, Astronomi inuicem digladiantur; Nonnulli enim Arcturi exortum; Alij verò æquinoctium, quod æstatem sequitur, Autumnum esse affirmant. Discrepant autem inter se, quandoquidem astrum, quod Arcturus dicitur, paucis diebus ante æquinoctium, quod æstatem sequitur, exoritur. Hæc omnia, meo hoc in commentario, præfari volui, vt qui in eo versari cupit, ad ea intelligenda, quæ infra Hippocrates docet, paratus existat. Nunc autem ad verborum Hippocratis enarrationem, eorúmque explanationem reuertar.

2. Si

Varias anni tempestates insalubres varios pro diuersis mutationibus, humoribus, temperamentis, ætatibus, constitutionibus, & astris, morbos concitare.

2. *Si verò hyems quidem sicca sit, & borealis, ver autem pluuium, & australe, necesse est æstatem febriculosam fieri, & lippitudines inducere. Quum enim æstus derepente accedat, terra humida existente à vernis imbribus & ab austro, necesse est, æstum conduplicari, & à terra irrigua, ac calida, & à sole vrente, quum ventres in hominibus nondum constricti sint, neque cerebrum resiccatum. Non enim fieri potest, quum ver tale existat, quin corpus & caro nimio humore difluant, adeo vt febres acutissimæ in omnes irruant, maximè autem in pituitosis. At Dysenterias par est fieri, & mulieribus, & viris humidioribus. Et si quidem sub canis exortum, accedat aqua, ac tempestas, & Etesiæ spirauerint, spes est cessationis, & autumnum salubrem fore; sin minus, periculum est ne & pueri & mulieres moriantur, minimè verò senes, & ne qui superstites euaserint, in quartanas desinant, & ex quartanis in hydropas. Si verò hyems austrina fiat, & pluuiosa, & clemens, ver autem boreale, & siccum, & tempestuosum, primùm quidem mulieres, quæ vtero gestant, & quibus ad ver partus instat, abortum facturas esse verisimile est; quæ verò etiam pepererint, adeo imbecilles, ac morbosos pueros parituras, vt aut statim pereant, aut tenues, & debiles, ac morbosi viuant. Atque hæc quidem mulieribus; reliquis verò dysenterias, & lippitudines siccas, & aliquibus destuxiones à capite in pulmones. Pituitosis igitur dysenterias fieri, verisimile est: & mulieribus pituita à cerebro defluente, propter naturæ humiditatem. Biliosis verò lippitudines siccas, propter carnis caliditatem, & siccitatem. Valide autem senibus destuxiones propter raritatem, & distentionem venarum, adeo vt aliqui quidem derepente phrenitide pereant, aliqui verò semisyderati, aut dextra, aut sinistra parte resoluti fiant. Quum enim hyems sit australis, & pluuiosa, ac calida, & corpus non astringatur, neque venæ, vere accedente boreali, sicco, ac frigido, cerebrum, quod vnà cum vere dissolui, ac purgari à grauedine, & raucedine oportebat, tunc densatur, ac constringitur; quare derepente æstate accedente, & ardore, ac mutatione contingente, hi morbi incidant, & leienteriæ & hydropes ferè reliquis morbis desinentibus superueniunt, quum non queant facilè Ventres à concepta humiditate exiccari. Si autem æstas pluuiosa, & austrina, similisque sequatur autumnus, necesse est hyemem morbidam esse, & iis, qui pituita abundent, & qui quadragesimum annum*

A Τὰς τοῦ ἔτεος διαφόρους ὥρας νοσώδεας, κατὰ τὰς διαφόρους μεταλλαγὰς, καὶ χυμοὺς, καὶ κράσεις, καὶ ἡλικίας, καὶ συστάσεις, καὶ ἄστρα, ποικίλα γεννᾶν νοσεύματα.

β. Ἢν δὲ ὁ μὲν χειμὼν, αὐχμηρὸς καὶ βόρειος γένηται, τὸ δὲ ἦρ ἔπομβρον, καὶ νότιον, ἀνάγκη τὸ θέρος πυρετῶδες γίνεσθαι, καὶ ὀφθαλμίας ἐμποιεῖν. ὁκόταν γὰρ τὸ πνῖγος ἐπιγένηται ἐξαίφνης, τῆς τε γῆς ὑγρῆς ἐούσης ὑπὸ τῶν ὄμβρων τῶν ἐαρινῶν, καὶ ὑπὸ τοῦ νότου, ἀνάγκη διπλόον τε καῦμα εἶναι,
B ἀπό τε τῆς γῆς διαβρόχου ἐούσης καὶ θερμῆς, καὶ ὑπὸ τοῦ ἡλίου καίοντος, τῶν τε κοιλιῶν μὴ ξυνεστηκυιῶν τοῖς ἀνθρώποις· μήτε τοῦ ἐγκεφάλου ἀνεξηρασμένου. οὐ γὰρ οἷόν τε τοῦ ἦρος τοιουτέου ὄντος, μὴ οὐ πλαδᾶν τὸ σῶμα καὶ τὴν σάρκα, ὥστε τοὺς πυρετοὺς ἐπιπίπτειν ὀξυτάτους ἅπασιν. μάλιστα δὲ τοῖσιν φλεγματίῃσι. καὶ δυσεντερίας εἰκός ἐστιν γίγνεσθαι καὶ τῇσι γυναιξὶν, καὶ τοῖσιν εἴδεσιν τοῖσιν ὑγροτάτοισι. καὶ ἢν μὲν ἐπὶ κυνὸς ἐπιτολῇ, ὕδωρ ἐπιγένηται καὶ χειμὼν, καὶ οἱ ἐτησίαι πνεύσωσιν, ἐλ-
C πὶς παύσασθαι, καὶ τὸ μετόπωρον ὑγιηρὸν γενέσθαι. ἢν δὲ μὴ, κίνδυνος, θανάτους τε γενέσθαι τοῖσι παιδίοισι, καὶ τῇσι γυναιξίν· τοῖσι δὲ πρεσβύτῃσιν ἥκιστα· τούς τε περιγενομένους εἰς τεταρταίους ἀποτελευτᾶν, καὶ ἐκ τῶν τεταρταίων ἐς ὕδρωπας. ἢν δ᾽ ὁ χειμὼν νότιος γένηται, καὶ ἔπομβρος, καὶ εὔδιος· τὸ δὲ ἦρ βόρειόν τε καὶ αὐχμηρὸν καὶ χειμέριον· πρῶτον μὲν τὰς γυναῖκας ὁκόσαι ἂν τύχωσιν ἐν γαστρὶ ἔχουσαι, καὶ ὁ τόκος αὐτέῃσιν ᾖ, πρὸς τὸ ἦρ ἐκτιτρώσκεσθαι· ὁκόσαι δ᾽ ἂν καὶ τέκωσιν, ἀ-
D κρατέα τὰ παιδία τίκτειν, καὶ νοσώδεα, ὥστε ἢ αὐτίκα ἀπόλλυσθαι, ἢ ζῶσι λεπτά τε ἐόντα, καὶ ἀσθενέα, καὶ νοσώδεα. ταῦτα μὲν τῇσι γυναιξίν, τοῖς δὲ λοιποῖσι, δυσεντερίας, καὶ ὀφθαλμίας ξηράς· καὶ ἐνίοισι καταῤῥόους, ἀπὸ τῆς κεφαλῆς ἐπὶ τὸν πνεύμονα. τοῖσι μὲν οὖν φλεγματίῃσι τὰς δυσεντερίας εἰκὸς γίγνεσθαι· καὶ τῇσι γυναιξὶν φλέγματος ἐπικαταῤῥυέντος ἀπὸ τοῦ ἐγκεφάλου διὰ τὴν ὑγρότητα τῆς φύσιος· τοῖσι δὲ χολώδεσιν, ὀφθαλμίαι ξηραὶ, διὰ τὴν θερμότητα καὶ ξηρότητα τῆς σαρκός· τοῖσι δὲ πρε-
E σβύτῃσι, καταῤῥόοι, διὰ τὴν ἀραιότητα καὶ τὴν ἔκτασιν τῶν φλεβῶν· ὥστε ἐξαίφνης τοὺς μὲν ὑπὸ φρενίτιδος ἀπόλλυσθαι, τοὺς δὲ παραπλήκτους γίνεσθαι, τὰ δεξιὰ, ἢ ἀριστερά. ὁκόταν γὰρ τοῦ χειμῶνος ἐόντος νοτίου, καὶ θερμοῦ τὸ σῶμα μὴ ξυνίσταται, μηδὲ φλέβες· τοῦ ἦρος ἐπιγενομένου βορείου, καὶ αὐχμηροῦ, καὶ ψυχροῦ, ὁ ἐγκέφαλος ὁπηνίκα αὐτὸν ἔδει ἅμα καὶ τῷ ἦρι διαλύεσθαι, καὶ καθαίρεσθαι ὑπό τε κορύζης καὶ βράγχων, τηνικαῦτα πήγνυταί τε καὶ συνίσταται, ὥστε ἐξαίφνης τοῦ θέρεος ἐπιγενομένου,
F καὶ τοῦ καύματος, καὶ τῆς μεταβολῆς ἐπιγινομένης, ταῦτα τὰ νοσεύματα ἐπιπίπτειν. καὶ λειεντερίαι, καὶ ὕδρωπες τελευτῶσι τοῖσι νοσεύμασι ἐπιγίγνονται. οὐ γὰρ ἀποξηραίνονται αἱ κοιλίαι ῥηϊδίως. ἢν δὲ τὸ θέρος ἔπομβρον γένηται, καὶ νότιον, καὶ τὸ μετόπωρον, χειμῶνα ἀνάγκη νοσερὸν εἶναι· καὶ τοῖς φλεγματίῃσι, καὶ τοῖς γε-

ὑπερτέροισι τεσσαράκοντα ἐτέων, καύσους γίγνεσθαι εἰκός.
τοῖσι δὲ χολώδεσιν πλευρίτιδας, καὶ περιπλευμονίας.
ἢν δὲ τὸ θέρος αὐχμηρὸν γένηται καὶ βόρειον, τὸ δὲ
μετόπωρον ἔπομβρον καὶ νότιον, κεφαλαλγίας ἐς τὸν
χειμῶνα, καὶ σφακέλους τοῦ ἐγκεφάλου εἰκὸς γίγνε-
σθαι. καὶ προσέτι βράγχους, καὶ κορύζας, καὶ βῆχας,
ἐνίοισι δὲ καὶ φθίσιας. ἢν δὲ βόρειόν τε ᾖ καὶ ἄνυδρον, καὶ
μήτε ὑπὸ κύνα ἔπομβρον, μήτε ἐπὶ τῷ ἀρκτού-
ρῳ, τοῖσι μὲν φλεγματίῃσι φύσει ξυμφέρει μάλιστα καὶ
τοῖς ὑγροῖς τὰς φύσιας, καὶ τῇσι γυναιξίν. τοῖσι δὲ χο-
λώδεσι τοῦτο πολεμιώτατον γίνεται. λίην γὰρ ἀναξη-
ραίνονται, καὶ ὀφθαλμίαι αὐτέοισιν ἐπιγίνονται ξηραὶ,
καὶ πυρετοὶ ὀξέες, καὶ πολυχρόνιοι ἐνίοισιν, καὶ μελαγ-
χολίαι. τῆς γὰρ χολῆς τὸ μὲν ὑγρότατον καὶ ὑδαρέστα-
τον ἀναλοῦται, τὸ δὲ παχύτατον καὶ δριμύτατον λεί-
πεται, καὶ τοῦ αἵματος κατὰ τὸν αὐτὸν λόγον· ἀφνω
ταῦτα νοσεύματα αὐτέοις γίγνεται. τοῖσι δὲ φλεγμα-
τίῃσι, πάντα ταῦτα ἀρωγά ἐστιν. ἀποξηραίνονται γὰρ,
καὶ ἐς τὸν χειμῶνα ἀφικνέονται, οὐχ ὑπ' ἄλλων τ' ἐς αὐ-
τὰ ἀναξηραινόμενοι. ἢν δὲ ὁ χειμὼν, βόρειος γένηται
καὶ ξηρὸς, τὸ δὲ ἦρ, νότιον καὶ ἔπομβρον, κατὰ τὸ θέ-
ρος ὀφθαλμίαι γίνονται ἰσχυραί· τοῖσι δὲ παισὶ καὶ γυ-
ναιξὶν, πυρετοί. κατὰ ταῦτά τις ὁ νοεύμενος καὶ σκο-
πούμενος, προειδείη ἂν τὰ πλεῖστα τῶν μελλόν-
των ἔσεσθαι ἀπὸ τῶν μεταβολέων. φυλάσσεσθαι δὲ
χρὴ μάλιστα τὰς μεταβολὰς τῶν ὡρέων τὰς μεγί-
στας, καὶ μήτε φάρμακον διδόναι ἑκόντα, μήτε
καίειν ὅ, τι ἐς κοιλίην, μήτε τέμνειν πρὶν παρέλ-
θωσιν, αἱ ἡμέραι δέκα, ἢ καὶ πλείονες· μέγισται δὲ
εἰσὶν αἱ δέκα. καὶ ἐπικινδυνώταται ἡλίου τροπαὶ ἀμ-
φότεραι, καὶ μᾶλλον θεριναί· καὶ ἰσημεριναὶ νομι-
ζόμεναι εἶναι ἀμφότεραι, μᾶλλον δὲ αἱ μετοπωριναί.
δεῖ δὲ καὶ τῶν ἄστρων τὰς ἐπιτολὰς φυλάσσεσθαι,
καὶ μάλιστα τοῦ κυνός. ἔπειτα ἀρκτούρου, καὶ ἐπὶ
πλειάδων δύσει. τά τε γὰρ νοσεύματα μάλιστα ἐν
ταύτῃσι τῇσιν ἡμέρῃσιν κρίνεται. καὶ τὰ μὲν ἀποφ-
θίνει· τὰ δὲ λήγει· τὰ δὲ ἄλλα πάντα μεθίσταται
εἰς ἕτερον εἶδος, καὶ ἑτέρην κατάστασιν. περὶ μὲν
τουτέων οὕτως ἔχει.

A *excesserunt; febres ardentes fieri verisimile est. Biliosis verò pleuritides, & peripneumonias. Si vero æstas sicca existat, & aquilonia, sequens verò autumnus pluuiosus, ac austrinus, capitis dolores ad hyemem spectare conuenit, & cerebri syderationes, ampliùsque raucedines, grauedines, & tusses, aliquibus etiam tabes. Quod si borealis sit æstas, neque sub canem, neque sub arcturum pluuiosa pituitosis natura confert, & maximè natura humidis, & mulieribus. Biliosis autem in-* B *festissimum hoc tempus existit: valdè enim exiccantur, accidúntque ei lippitudines aridæ, & febres acutæ, & diuturnæ, nonnullis etiam melancholiæ. Siquidem quod humidissimum, & aquosissimum in bile est, consumitur, densissimum vero, crassissimum, & acerrimum relinquitur; quod in sanguine eadem quoque ratione accidit, vnde repentini hi morbi his accidunt. Pituitosis autem hæc omnia commoda sunt; exiccantur enim, & ad hyemem perueniunt ab aliis temporibus inuicem succedentibus resiccati. Si vero hyems borea-* C *lis sit, & sicca, ver autem austrinum, & pluuiosum, æstate lippitudines fieri vehementes, pueris vero, & mulieribus febres congruum est. Hæc igitur si quis mente concipiet, & considerabit, is præcognoscet plurima omnino: quæ ex huiusmodi mutationibus sint futura. Maxime autem obseruare oportet, maximas anni temporum mutationes, vt neque medicamentum purgans in illis libenter exhibeamus, neque vramus partes quę circa ventrē, neque secemus, prinsquam prætereant dies decem, aut plures, & non pau-* D *ciores. Maxime autem decē sufficient. At periculosissima sunt etiā ambo Solstitia, maxime vero æstiuū. Periculosum etiā æquinoctium vtrunque, magis vero autumnale. Oportet autem, & astrorum exortus cōsiderare præcipue Canis, deinde Acturi, & Pleiadum occasum. Morbi enim in his maxime diebus iudicantur, alij perimunt, alij vero desinunt, reliqui vero omnes in aliam speciem, aliúmque statum, transmutantur, & hæc quidem sicut dixi, ita se habent.*

Sapientum nonnulli rerum causas indagantes, astrorum exortui Aëris mutationis causam tribuerunt, vnà cum eius loci permutatione, in quo Sol reperitur. Addúntque solem omnibus diebus, ac temporibus, æquè cuncta signa lustrare; cætera verò astra eodem tempore per omnes continentis regiones, nequaquam ascendere. Nobis autem, ex ratiocinatione, ac discursu palam factum fuit aëris mutationis causam præcipuè in sole, non autem in astrorum ascensu consistere. Qui verò Astronomiæ scientiam addiscere cupit, eam in Ægypto discat oportet. Astronomia enim cæteris nationibus, exceptis Ægyptiis, cognita non fuit.

CAPVT VII.

De Asiæ maximæque Libyæ & Ægypti natura, ac eorum qui illas incolunt regiones.

AC de Asia & Europa demonstrare volo quantum inter se per omnia differant, & de gentium formis quid distent, nihilque inter se simile habeant. De omnibus certè longa foret oratio; verùm de præcipuis & plurimùm inter se differentibus dicam vt se res habere mihi videatur. Asiam ab Europa plurimùm differre dico secundum naturas, tum eorum omnium quæ è terra producuntur, tum hominum. Longè enim pulchriora & maiora omnia in Asia gignuntur; regióque ipsa hac nostra mitior, & hominum mores humaniores & benigniores. Quorum quidem causa est, tempestatum anni temperatio, quum in medio solis exortu ad auroram sit exposita, à frigore & calore longè procul remota. Incrementum autem & moderationem omnium maximè præbet, quum nihil fit quod per vim superet, sed omnium sit æquabilis potestas. Neque tamen vbique per totam Asiam ad eundem modum se habent omnia. Sed quæ quidem regio in medio calidi & frigidi sita est, ea certè feracissima est, & arboribus maximè consita, & blandissima, aquisque præcipuè fruitur cœlestibus & ex terra prouenientibus. Neque enim calore admodum exuritur; neque squaloribus & aquarum penuria resiccatur, neque frigore violatur. Sed & austrina, & irrigua tum ob multos imbres, tum niues, multáque illic sua tempestiuitate nasci par est, quæ ex seminibus quæque ex terræ plantis proueniunt; quorum fructibus homines fruuntur, ex agrestibus domesticos facientes, & in suum vsum transferentes. Pecoraque illic enutrita abundare vel maximè æquum est, crebriusque parere, & optimè educare. Hominésque habitiores esse, ac specie pulcherrimos, & magnitudinis eximiæ, formáque & corporum proceritate non admodum inter se dissimiles. Hanc regionem ad anni temporum naturam & moderationem proximè accedere consentaneum est. Virilis autem animus, ærumnarum & laborum tolerantia atque audacia, in huiusmodi naturis innasci nequit, neque eiusdem generis aut diuersi coniunctione ducuntur, verùm in ipsis libidinem dominari necesse est. Ideóque multiformes in feris partus gignuntur. Atque de Ægyptiis ac Libycis ad hunc quidem modum se res habere videtur.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ζ'.

Περὶ φύσιος τῆς Ἀσίης τε, καὶ τῆς μεγίστης Λιβύης, καὶ Αἰγύπτου, καὶ τῶν ἐκείνας τὰς χώρας οἰκεόντων.

A Βούλομαι δὲ περὶ τῆς Ἀσίης, καὶ τῆς Εὐρώπης δεῖξαι, ὁκόσον διαφέρουσιν ἀλλήλων ἐς τὰ πάντα, καὶ περὶ τῶν ἐθνέων τῆς μορφῆς, ὅτι διαλλάσσει, καὶ μηδὲν ἔοικεν ἀλλήλοισι. περὶ μὲν οὖν ἁπάντων, πολὺς ἂν εἴη λόγος· περὶ δὲ τῶν μεγίστων, καὶ πλεῖστον διαφερόντων, ἐρέω ὥς μοι δοκέει ἔχειν.
B τὴν Ἀσίην πλεῖστον διαφέρειν φημὶ τῆς Εὐρώπης, ἐς τὰς φύσιας τῶν ξυμπάντων τῶν τε ἐκ τῆς γῆς φυομένων, καὶ τῶν ἀνθρώπων. πολὺ γὰρ καλλίονα, καὶ μείζονα πάντα γίγνεται ἐν τῇ Ἀσίῃ· ἥτε χώρη τῆς χώρης ἡμερωτέρη, καὶ τὰ ἤθεα τῶν ἀνθρώπων ἠπιώτερα, καὶ εὐεργότερα. τὸ δὲ αἴτιον τουτέων, ἡ κρῆσις τῶν ὡρέων, ὅτι τοῦ ἡλίου ἐν μέσῳ τῶν ἀνατολέων κεῖται πρὸς τὴν ἠῶ, τοῦ τε ψυχροῦ καὶ θερμοῦ πορρωτέρω. τὴν δὲ αὔξησιν, καὶ ἡμερότητα παρέχει πλεῖστον ἁπάντων, ὁκόταν μηδὲν ᾖ ἐπικρατέον βιαίως,
C ἀλλὰ παντὸς ἰσομοιρίη δυναστεύῃ, ἔχει δὲ κατὰ τὴν Ἀσίην, οὐ πανταχῇ ὁμοίως. ἀλλ᾽ ὅση μὲν τῆς χώρης ἐν μέσῳ κεῖται τοῦ θερμοῦ καὶ τοῦ ψυχροῦ, αὕτη μὲν εὐκαρποτάτη ἐστὶν, καὶ εὐδενδροτάτη, καὶ εὐδιεστάτη, καὶ ὕδασι μάλιστα κέχρηται, τοῖσί τε οὐρανίοισι, καὶ τοῖσιν ἐκ τῆς γῆς, οὔτε γὰρ ὑπὸ τοῦ θερμοῦ ἐκκέκαυται λίην, οὔτε ὑπὸ αὐχμῶν καὶ ἀνυδρίης ἀναξηραίνεται, οὔτε ὑπὸ ψύχεος βεβιασμένη, νοτία τε καὶ διάβροχός ἐστιν ὑπό τε ὄμβρων πολλῶν καὶ χιόνος. τά τε ὡραῖα αὐτόθι πολλὰ ἐοικὸς γίνεσθαι, ὁκόσα τε ἀπὸ σπερμάτων, καὶ ὁκόσα αὐτὴ
D ἡ γῆ ἀναδιδοῖ φυτά. ὧν τοῖσι καρποῖσι χρέονται ἄνθρωποι, ἡμεροῦντες ἐξ ἀγρίων, καὶ ἐς ἐπιτήδειον μεταφυτέοντες. τά τε ἐντρεφόμενα κτήνεα εὐθηνεῖν εἰκὸς, καὶ μάλιστα τίκτειν τε πυκνότατα, καὶ ἐκτρέφειν κάλλιστα. τούς τε ἀνθρώπους εὐτραφέας εἶναι, καὶ τὰ εἴδεα καλλίστους, καὶ μεγέθει μεγίστους· καὶ ἥκιστα διαφόρους ἐς τά τε εἴδεα αὐτῶν, καὶ τὰ μεγέθεα. εἰκός τε τὴν χώρην ταύτην προσεγγύτατα εἶναι τοῦ κατὰ τὴν φύσιν, καὶ τὴν μετριότητα τῶν ὡρέων. τὸ δὲ ἀνδρεῖον, καὶ τὸ ταλαίπωρον, καὶ τὸ ἔμπονον, καὶ τὸ θυμοειδὲς, οὐκ ἂν δύναιτο ἐν τοιαύτῃ φύσει
E ἐγγίνεσθαι, μήτε ὁμοφύλου, μήτε ἀλλοφύλου, ἀλλὰ τὴν ἡδονὴν κρατέειν· διότι πολύμορφα γίνεται τὰ ἐν τοῖς θηρίοις. περὶ μὲν οὖν Αἰγυπτίων, καὶ Λιβύων, οὕτως ἔχειν μοι δοκεῖ.

CAPVT VIII.

De cæteris regionibus Asiæ ab Hyberno Sole ad Mæotidem paludem, ac Macrocephalis qui accolunt Phasin.

DE his verò qui sunt ad hyberni solis ortus dexteram, ad Mæotidem vsque paludem, quæ est Europæ atque Asiæ terminus, habet se res ad hunc modum. Atque hæ quidem gentes, quum propter anni tempestatum mutationes, tum ob regionis naturam, longè magis

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Η'.

Περὶ τῶν λοιπῶν χωρέων τῆς Ἀσίης ἀπὸ τῶν τοῦ ἡλίου ἀνατολέων μέχρι Μαιώτιδος λίμνης καὶ περὶ τῶν ἐν Φάσει Μακροκεφάλων.

F Περὶ δὲ τῶν ἐν δεξιᾷ τοῦ ἡλίου τῶν ἀνατολέων τῶν χειμερινῶν μέχρι Μαιώτιδος λίμνης (οὗτος γὰρ ὅρος τῆς Εὐρώπης, καὶ τῆς Ἀσίης) ὧδε ἔχει περὶ αὐτέων. τὰ δὲ ἔθνεα ταῦτα, ταύτῃ διάφορα αὐτὰ ἑωυτέων μᾶλλόν ἐστι τῶν προδιηγημένων, διὰ τὰς μεταβολὰς

S

τῶν ὡρέων, καὶ τῆς χώρης τὴν φύσιν. ἔχει δὲ καὶ κατὰ τὴν γῆν ὁμοίως, ἅπερ καὶ κατὰ τοὺς ἄλλους ἀνθρώπους. ὅκου γὰρ αἱ ὧραι μεγίστας μεταβολὰς ποιέονται καὶ πυκνοτάτας, ἐκεῖ καὶ ἡ χώρη ἀγριωτάτη, καὶ ἀνωμαλωτάτη ἐστίν· καὶ εὑρήσεις ὄρη τε πλεῖστα, καὶ δασέα, καὶ πεδία, καὶ λειμῶνας ἐόντας. ὅκου δὲ αἱ ὧραι μὴ μεγάλαι ἀλλάσσουσιν, ἐκείνοις ἡ χώρη ὁμαλωτάτη ἐστίν. οὕτω δὲ ἔχει καὶ περὶ τῶν ἀνθρώπων, εἴ τις βούλεται ἐνθυμέεσθαι. εἰσὶ γὰρ φύσιες, αἱ μὲν ὄρεσιν ἐοικυῖαι, δενδρώδεσί τε καὶ ἀφύδροισιν· αἱ δὲ, λεπτοῖσί τε καὶ ἐνύδροις· αἱ δὲ λιμακεστέροις τε, καὶ ἑλώδεσιν· αἱ δὲ πεδίῳ τε, καὶ ψιλῇ καὶ ξηρῇ. αἱ γὰρ ὧραι αἱ μεταλλάσσουσαι τῆς μορφῆς τὴν φύσιν, εἰσὶ διάφοροι· ἢν δὲ διάφοροι ἔωσι μετὰ σφῶν αὐτέων, διαφοραὶ καὶ πλείονες γίνονται τοῖς εἴδεσι. καὶ ὁκόσα μὲν ὀλίγον διαφέρει τῶν ἐθνέων, παραλείψω. ὁκόσα δὲ μεγάλα, ἢ φύσει, ἢ νόμῳ, ἐρέω περὶ αὐτῶν ὡς ἔχει. καὶ πρῶτον περὶ τῶν μακροκεφάλων. τουτέων γὰρ οὐκ ἔστιν ἄλλο ἔθνος ὁμοίως τὰς κεφαλὰς ἔχον οὐδέν. τὴν μὲν γὰρ ἀρχὴν, ὁ νόμος αἰτιώτατος ἐγένετο τοῦ μήκους τῆς κεφαλῆς. νῦν δὲ, καὶ ἡ φύσις ξυμβάλλεται τῷ νόμῳ. τοὺς γὰρ μακροτάτην ἔχοντας τὴν κεφαλὴν, γενναιοτάτους ἡγέονται. ἔχει δὲ περὶ νόμου ὧδε. τὸ παιδίον ὁκόταν γένηται, τάχιστα τὴν κεφαλὴν αὐτέου ἔτι ἁπαλὴν ἐοῦσαν μαλακοῦ ἐόντος, ἀναπλάσσουσι τῇσι χερσὶν, καὶ ἀναγκάζουσιν ἐς τὸ μῆκος αὔξεσθαι, δεσμά τε προσφέροντες καὶ τεχνήματα ἐπιτήδεια, ὑφ᾽ ὧν τὸ μὲν σφαιροειδὲς τῆς κεφαλῆς κακοῦται, τὸ δὲ μῆκος αὔξεται. οὕτως τὴν ἀρχὴν ὁ νόμος κατειργάσατο, ὥστε τοιαύτην τὴν φύσιν γενέσθαι· τοῦ δὲ χρόνου προϊόντος, ἐν φύσει ἐγένετο, ὥστε τὸν νόμον μηκέτι ἀναγκάζειν· ὁ γὰρ γόνος πανταχόθεν ἔρχεται, ἀπό τε τῶν ὑγιηρῶν ὑγιηρὸς τοῦ σώματος, ἀπό τε τῶν νοσερῶν, νοσερός. εἰ οὖν γίγνονται ἔκ τε τῶν φαλακρῶν, φαλακροί· καὶ ἐκ γλαυκῶν, γλαυκοί· καὶ ἐκ διεστραμμένων, στρεβλοὶ ὡς ἐπὶ τὸ πλῆθος, καὶ περὶ τῆς ἄλλης μορφῆς ὁ αὐτὸς λόγος· τί κωλύει καὶ ἐκ μακροκεφάλου μακροκέφαλον γίγνεσθαι; νῦν δὲ ὁμοίως οὐκέτι γίγνονται, ὡς πρότερον. ὁ γὰρ νόμος οὐκ ἔτι ἰσχύει, διὰ τὴν ἀμελείην τῶν ἀνθρώπων. περὶ μὲν οὖν τουτέων, οὕτως μοι δοκεῖ. περὶ δὲ τῶν ἐν Φάσει. ἡ χώρη ἐκείνη ἑλώδης ἐστί, καὶ θερμὴ, καὶ ὑδατεινὴ, καὶ δασεῖα· ὄμβροι τε αὐτόθι γίγνονται πᾶσαν ὥρην, πολλοί τε καὶ ἰσχυροί. ἥ τε δίαιτα τοῖς ἀνθρώποις ἐν τοῖς ἕλεσίν ἐστιν, τά τε οἰκήματα ξύλινα καὶ καλάμινα, ἐν ὕδασι μεμηχανημένα· ὀλίγῃ τε χρέονται βαδίσει κατὰ τὴν πόλιν, καὶ τὸ ἐμπόριον, ἀλλὰ μονοξύλοις διαπλέουσιν ἄνω καὶ κάτω, διώρυγες γὰρ πολλαί εἰσιν. τὰ δὲ ὕδατα, θερμὰ καὶ στάσιμα πίνουσιν, ὑπό τε τοῦ ἡλίου σηπόμενα, καὶ ὑπὸ τῶν ὄμβρων ἐπαυξόμενα. αὐτός τε ὁ Φάσις στασιμώτατος πάντων τῶν ποταμῶν, καὶ ῥέων ἠπιώτατα· οἵ τε καρποὶ γινόμενοι αὐτέου, πάντες ἀναλθέες εἰσὶν, κάρτα τεθηλυσμένοι, καὶ ἀτελέες ὑπὸ πολυπληθείης τοῦ ὕδατος, διὸ καὶ οὐ πεπαίνονται. ἠήρ τε πουλὺς κατέχει τὴν χώρην ἀπὸ τῶν ὑδάτων. διὰ ταύτας δὴ τὰς προφάσιας, τὰ εἴδεα ἀπηλλαγμένα τῶν λοιπῶν ἀνθρώπων ἔχουσιν οἱ Φασιηνοί. τά τε γὰρ μεγέθη μεγάλοι· τὰ πάχεα δ᾽ ὑπερπαχέες· ἄρθρον τε κατάδηλον οὐδὲν, οὐδὲ φλέψ· τήν τε χροιὴν ὠχρὴν ἔχουσιν, ὥσπερ ὑπὸ ἰκτέρου ἐχόμενοι· φθέγγονταί τε βαρύτατον ἀνθρώπων, τῷ ἠέρι χρεώμενοι οὐ λαμπρῷ, ἀλλὰ χνοώδει τε καὶ διερῷ· πρός τε τὸ ταλαιπωρέειν τὸ σῶμα ἀργότεροι πεφύκασιν.

inter se differunt, quàm quæ antè sunt enarratæ. A Habet autem hoc solùm eodem planè modo, quo etiam apud reliquos homines. Vbi namque anni tempora maximas & creberrimas mutationes faciunt, illic efferatissima & maximè inæqualis regio existit; montésque plurimos & densos, campos item & prata in ea inuenias. At vbi anni tempora non admodum variant, illic ea regio maximè æqualis est. Ad eundem verò modum se in hominibus habet, si quis animum aduertat. Sunt enim quædam naturæ, montosis locis, syluosis, & aqua carentibus similes; quædam tenuibus & aquosis; quædam etiam pratorum & paludum naturam referunt; B quædam etiam ad planitiei, nudorúmque & siccorum naturam accedunt. Anni enim tempora quæ formarum naturam variant, inter se differunt; quúmque inter se diuersa existant, varias & multiplices formas producunt. Ac eas quidem gentes quæ parum inter se differunt prætermittam. Quæ verò plurimùm aut natura, aut institutis inter se discrepant, de his quemadmodum se habeant mihi dicendum est; Primúmque de Macrocephalis, quum ex his nulla alia gens capita similia habeat. Ac initio quidem hominum institutum longitudinis capitis causa fuisse videtur. C Nunc verò natura etiam ad institutum accedit. Longissima enim habentes capita, generosissimos existimant. Huiusmodi autem est institutum. Quum primùm editus est infans, caput eius adhuc tenellum & molle manibus effingunt, & in longitudinem adolescere cogunt, vinculis & idoneis artibus adhibitis, quibus capitis rotunditas vitietur, & longitudo augeatur. Hoc institutum primum huiusmodi naturæ dedit initium. Successu verò temporis in naturam abiit, vt proinde instituto nil ampliùs opus esset. Semen enim genitale ex omnibus corporis partibus prouenit, ex sanis quidem D sanum, & ex morbosis, morbosum. Si igitur ex caluis calui gignuntur, ex cæsiis cæsij, & ex distortis, vt plurimum distorti, eadémque in cæteris formis valet ratio, quid prohibet cur non etiam ex Macrocephalo Macrocaphalus gignatur? Etsi nunc quoque perinde vt antea non nascuntur, obsolescente per hominum incuriam instituto. Ac de his quidem sic sentio. Iam verò de his qui Phasim accolunt. Regio illa est palustris, calida, aquosa & densa; imbribusque copiosis & vehementibus ferè semper perfunditur. Homines in paludibus vitam degunt, & domos ligneas & arundineas in aquis fabrefactas habent; E rarò vrbes & emporia adeunt, verùm nauigiis ex ligno vno cauatis sursum ac deorsum traiiciunt, quum fossas aqueas habeant plurimas. Aquas bibunt calidas, statarias, solè putrefactas, & imbribus auctas. Ipséque Phasis præ cæteris fluminibus maximè stagnans est, & lenissimè defluit; fructúsque qui illic nascuntur, nullum incrementum accipiunt, effœminati sunt & præ aquarum copia imperfecti, ideóque non maturescunt. Aër quoque caliginosus ab aquis sublatus hanc regionem occupat. His sanè de causis Phasiani corporis formam à cæteris hominibus longè diuersam habent. F Proceritate enim magni, & crassitudine valdè excedunt; neque articulus vllus, neque vena comparet; pallidóque sunt colore velut morbo regio detenti; quumque aëre vtantur minimè puro, sed caliginioso & maximè humido, grauissimam præ aliis omnibus vocem edunt. Sunt etiam ad corporis exercitationem natura segniores,

annique

anníque tempestates quoad æstum aut frigus, non multùm variant. Venti iis plurimi sunt austrini, potissimùm vnus eius regionis peculiaris qui interdum violentior, molestior & calidior spirat, quem Cenchrona nominant. Boreas verò non admodum huc peruenit; quòd si aliquando spiret, debilis tamen & valdè lenis existit.

A αἵ τε ὧραι οὐ πολὺ μεταλλάσσουσιν, οὔτε πρὸς τὸ πνῖγος, οὔτε πρὸς τὸ ψῦχος. τά τε πνεύματα πολλὰ νότια, πλὴν αὐτῆς μιῆς ἐπιχωρίης, αὕτη δὲ πνέει ἐνίοτε, βίαιος, καὶ χαλεπὴ, καὶ θερμὴ, καὶ κέγχρονα ὀνομάζουσιν τοῦτο τὸ πνεῦμα. ὁ δὲ βορέης οὐ σφόδρα ἀφικνέεται· ὁκόταν δὲ πνέῃ ἀσθενὴς, καὶ βληχρός.

CAPVT IX.

Cur Asiani timidi sint ac imbelles.

De natura quidem, ac differentia, & forma eorum qui Asiam & Europam incolunt, ita habet. Quòd autem ad animi ignauiam & mollitiem attinet, cur Asiatici Europæis minùs bellicosi existant, & moribus sint lenioribus, anni tempestates in causa sunt, quæ non magnas tum ad calorem, tum ad frigus permutationes faciunt, verùm similes permanent; vnde neque mens stupore percellitur, neque corpus vehementer à suo statu dimouetur. Ex quibus iram exasperari, ac prudentiæ & caloris compotes fieri magis æquum est, quàm si eodem semper statu permaneant. Mutationes enim inter omnia hominis mentem semper excitant, neque sinunt quiescere. Quas ob causas mihi Asiaticorum genus imbelle videtur, atque adhuc præterea amplius propter leges. Multò enim maxima Asiæ pars regum imperio regitur. Qui verò sui potestatem non habent, neque sui iuris sunt, sed dominis subditi, ij rerum bellicarum nullam curam habent, sed vt ne bellicosi videantur. Neque enim æqualia pericula impendent. Hos siquidem pro dominis in militiam proficisci, & labores tolerare, mortémque oppetere necesse est, relictis domi liberis, vxore, ac reliquis amicis. Quòd si probè ac viriliter se gesserint, inde dominis opes augentur & crescunt, ipsi præter pericula & cædes nullum fructum percipiunt. Ad hæc ab huiusmodi hominibus propter rei militaris inertiam ac otium, regionem relinqui necesse est, quum vt quisque natura virilis est & magnanimus, ita eius animus maximè leges auersatur. Cuius rei hoc magnum est indicium, quòd quicunque in Asia Græci ac Barbari dominis minimè sunt subditi, sed liberi, & sui laboris quæstum faciunt, ij omnium bellicosissimi existunt. Sibi enim ipsis pericula subeunt, & vt fortitudinis præmia reportant, ita ignauiæ pœnas luunt. Asiaticos autem plurimùm inter se differre, & hos quidem nobiliores, illos verò ignobiliores esse comperies. Quorum quidem causa ad anni tempestatum mutationes, quemadmodum antea diximus, referenda est. Atque sic quidem de his qui Asiam incolunt.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Θ'.

Διὰ τί οἱ Ἀσιηνοὶ ἄθυμοί τε καὶ ἄνανδροι.

B Περὶ μὲν τῆς φύσιος, καὶ τῆς διαφορῆς, καὶ τῆς μορφῆς τῶν ἐν τῇ Ἀσίῃ, καὶ τῇ Εὐρώπῃ, οὕτως ἔχει, περὶ δὲ τῆς ἀθυμίης τῶν ἀνθρώπων, καὶ τῆς ἀνανδρείης, ὅτι ἀπολεμώτεροί εἰσιν τῶν Εὐρωπαίων οἱ Ἀσιηνοὶ, καὶ ἡμερώτεροι τὰ ἤθεα, αἱ ὧραι αἴτιαι μάλιστα, οὐ μεγάλας τὰς μεταβολὰς ποιεύμεναι, οὔτε ἐπὶ τὸ θερμὸν, οὔτε ἐπὶ τὸ ψυχρὸν, ἀλλὰ παραπλήσιαι· οὐ γὰρ γίνονται ἐκπλήξιες τῆς γνώμης, οὔτε μετάστασις ἰσχυρὴ τοῦ σώματος. ἀφ' ὅτων εἰκὸς τὴν ὀργὴν ἀγριοῦσθαί τε, καὶ τοῦ γνώμονος, καὶ θερμοῦ μετέχειν μᾶλλον, ἢ ἐν τῷ αὐτέῳ αἰεὶ ὄντα. αἱ γὰρ μεταβολαί εἰσι τῶν πάντων,
C αἰεί τε ἀνεγείρουσι τὴν γνώμην τοῦ ἀνθρώπου, καὶ οὐκ ἐῶσι ἀτρεμίζειν. διὰ ταύτας ἐμοὶ δοκέει τὰς προφάσιας, ἄναλκες εἶναι τὸ γένος τὸ Ἀσιηνὸν, καὶ προσέτι διὰ τοὺς νόμους. τῆς γὰρ Ἀσίης τὰ πολλὰ βασιλεύεται. ὅκου δὲ μὴ αὐτοὶ ἑωυτέων εἰσὶ καρτεροὶ ἄνθρωποι, μηδὲ αὐτόνομοι, ἀλλὰ δεσπόζονται, οὐ περὶ τουτέου αὐτέοισιν ὁ λόγος ἐστὶν, ὅπως τὰ πολέμια ἀσκήσωσιν, ἀλλ' ὅκως μὴ δόξωσι μάχιμοι εἶναι. οἱ γὰρ κίνδυνοι οὐχ ὅμοιοί εἰσιν. τοὺς μὲν γὰρ στρατεύεσθαι εἰκὸς, καὶ ταλαιπωρέειν, καὶ ἀποθνήσκειν ἐξ ἀνάγκης ὑπὲρ τῶν δεσποτῶν, ἀπό τε παιδίων καὶ γυναικὸς ἐόντας, καὶ τῶν λοιπῶν φίλων. καὶ
D ὁκόσα μὲν ἂν χρηστὰ, καὶ ἀνδρεῖα ἐργάσωνται, οἱ δεσπόται ἀπ' αὐτέων αὔξονταί τε καὶ ἐκφύονται· τοὺς δὲ κινδύνους, καὶ θανάτους αὐτοὶ καρποῦνται. ἔτι δὲ πρὸς τούτοισιν τῶν τοιούτων ἀνθρώπων, ἀνάγκη ἐρημοῦσθαι τὴν γῆν, ὑπό τε πολεμίων καὶ ἀργίης, ὥστε καὶ εἴτις φύσει πέφυκεν ἀνδρεῖος καὶ εὔψυχος, ἀποτρέπεσθαι τὴν γνώμην ἀπὸ τῶν νόμων. μέγα δὲ τεκμήριον τούτων, ὁκόσοι γὰρ ἐν τῇ Ἀσίῃ Ἕλληνες, ἢ βάρβαροι μὴ δεσπόζονται, ἀλλ' αὐτόνομοί εἰσι, καὶ ἑωυτέοισιν ταλαιπωρεῦσιν, οὗτοι μαχιμώτατοί εἰσι πάντων. τοὺς γὰρ κινδύνους ἑωυτέων πέρι κινδυνεύουσιν, καὶ τῆς ἀνδρείης αὐτέοι τὰ
E ἆθλα φέρονται, καὶ τῆς δειλίης τὴν ζημίην ὡσαύτως. εὑρήσεις δὲ καὶ τοὺς Ἀσιηνοὺς διαφέροντας αὐτοὺς ἑωυτέων, τοὺς μὲν βελτίονας, τοὺς δὲ φαυλοτέρους ἐόντας· τουτέων δὲ αἱ μεταβολαὶ αἴτιαι τῶν ὡρέων, ὥσπερ μοι εἴρηται ἐν τοῖς προτέροισι: καὶ περὶ μὲν τῶν ἐν τῇ Ἀσίῃ, οὕτως ἔχει.

CAPVT X.

De Europa, ac primùm de natura, moribus, victu, & forma Scytharum.

In Europa autem gens est Scythica, quæ Mæotim paludem incolit, & à reliquis gentibus differt, Sauromatæ appellantur. Eorum fœminæ equitant, arcu vtuntur, & ex equo iaculantur, & cum hostibus bellum gerunt quoad virgines existunt; neque antè, virginitatem deponunt, quàm tres hostes interfecerint, neque priùs cum viris

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ι'.

Περὶ τῆς Εὐρώπης, καὶ πρῶτον περὶ τῆς φύσεώς τε, καὶ τῶν ἠθέων, καὶ τῆς διαίτης, καὶ τῆς τῶν Σκυθέων μορφῆς.

F Ἐν δὲ τῇ Εὐρώπῃ, ἔστιν ἔθνος Σκυθικὸν, ὃ περὶ τὴν λίμνην οἰκεῖ τὴν Μαιῶτιν, διαφέρον τῶν ἐθνέων τῶν ἄλλων, Σαυρομάται καλεῦνται. τουτέων αἱ γυναῖκες ἱππάζονταί τε, καὶ τοξεύουσιν, καὶ ἀκοντίζουσιν ἀπὸ τῶν ἵππων, καὶ μάχονται τοῖς πολεμίοις, ἕως ἂν παρθένοι ἔωσιν· οὐκ ἀποπαρθενεύονται δὲ μέχρις ἂν τῶν πολεμίων τρεῖς ἀποκτείνωσι, καὶ οὐ πρότερον

συνοικέουσιν, ἣν μὴ τὰ ἱερὰ θύσωσι τὰ ἐν νόμῳ. ἣ δ' ἂν ἄνδρα ἑωυτῇ ἄρηται, παύεται ἱππαζομένη, ἕως ἂν μὴ ἀνάγκη καταλάβῃ παγκοίνου στρατείης. τὸν δεξιὸν δὲ μαζὸν οὐκ ἔχουσιν. παιδίοις γὰρ ἐοῦσιν ἔτι νηπίοις, αἱ μητέρες χάλκεον τετεχνημένον ἐπ' αὐτῷ τουτέῳ διάπυρον ποιέουσαι, πρὸς τὸν μαζὸν τιθέασι τὸν δεξιὸν, καὶ ἐπικαίεται, ὥστε τὴν αὔξησιν φθείρεσθαι, ἐς δὲ τὸν δεξιὸν ὦμον καὶ βραχίονα πᾶσαν τὴν ἰσχὺν, καὶ τὸ πλῆθος ἐκδιδόναι. περὶ δὲ τῶν λοιπῶν Σκυθέων τῆς μορφῆς, ὅτι αὐτοὶ αὐτοῖσιν ἐοίκασι, καὶ οὐδαμῶς ἄλλοις· ωὑτὸς λόγος, καὶ περὶ τῶν Αἰγυπτίων, πλὴν ὅτι οἱ μὲν ὑπὸ τοῦ θερμοῦ εἰσὶ βεβιασμένοι· οἱ δ' ἀπὸ τοῦ ψυχροῦ. ἡ δὲ Σκυθέων ἐρημίη καλευμένη, πεδιάς ἐστι, καὶ λιμακώδης, καὶ ψιλὴ, καὶ ἔνυδρος μετρίως. ποταμοὶ γάρ εἰσι μεγάλοι, οἳ ἐξοχετεύουσι τὸ ὕδωρ ἐκ τῶν πεδίων. ἐνταῦθα καὶ οἱ Σκύθαι διαιτεῦνται, Νομάδεες δὲ καλεῦνται, ὅτι οὐκ ἔστιν οἰκήματα, ἀλλ' ἐν ἁμάξαις οἰκεῦσιν. αἱ δὲ ἅμαξαι εἰσὶν, αἱ μὲν ἐλάχισται, τετράκυκλοι, αἱ δὲ ἑξάκυκλοι. αὗται δὲ πίλοις περιπεφραγμέναι, εἰσὶ δὲ καὶ τετεχνασμέναι, ὥσπερ οἰκήματα τὰ μὲν ἁπλᾶ, τὰ δὲ τριπλᾶ· ταῦτα δὲ καὶ στεγνὰ πρὸς ὕδωρ, καὶ πρὸς χιόνα, καὶ πρὸς τὰ πνεύματα. τὰς δὲ ἁμάξας ἕλκουσι ζεύγεα, τὰς μὲν δύο, τὰς δὲ, τρία, βοῶν κέρως ἄτερ, οὐ γὰρ ἔχουσι κέρατα ὑπὸ ψύχεος. ἐν ταύταις μὲν οὖν ταῖς ἁμάξαις γυναῖκες διαιτεῦνται, αὐτοὶ δ' ἐφ' ἵππων ὀχεῦνται οἱ ἄνδρες. ἕπονται δὲ αὐτέοις, καὶ τὰ πρόβατα ἐόντα, καὶ αἱ βόες, καὶ οἱ ἵπποι. μένουσι δ' ἐν τῷ αὐτέῳ τοσοῦτον χρόνον, ὅσον ἂν ἀπόχρῃ αὐτέοισι τοῖς κτήνεσιν ὁ χόρτος· ὁκόταν δὲ μηκέτι· εἰς ἑτέρην χώρην ἔρχονται. αὐτοὶ δ' ἐσθίουσι κρέα ἑφθὰ, καὶ πίνουσι γάλα ἵππων, καὶ ἱππάκην τρώγουσιν, τοῦτο δ' ἐστὶ τυρὸς ἵππων. τὰ μὲν εἰς τὴν δίαιταν αὐτέων οὕτως ἔχει καὶ τοὺς νόμους, περί τε τῶν ὡρέων καὶ τῆς μορφῆς, ὅτι πολὺ ἀπήλλακται τῶν λοιπῶν ἀνθρώπων τὸ Σκυθικὸν γένος, καὶ ἔοικεν αὐτὸ ἑωυτέῳ, ὥσπερ τὸ Αἰγύπτιον. καὶ ἥκιστα πολύγονόν ἐστιν· καὶ ἡ χώρη ἐλάχιστα θηρία τρέφει κατὰ μέγεθος καὶ πλῆθος. κεῖται γὰρ ὑπ' αὐτῇσι ταῖς ἄρκτοις, καὶ τοῖς ὄρεσι τοῖς Ῥιπαίοισιν, ὅθεν ὁ βορέης πνέει. ὅ, τε ἥλιος τελευτῶν ἐγγύτατα γίνεται, ὁκόταν ἐπὶ τὰς θερινὰς ἔλθῃ περιόδους, καὶ τότε ὀλίγον χρόνον θερμαίνει. καὶ οὐ σφόδρα τὰ διαπνεύματα τὰ ἀπὸ τῶν θερμῶν πνέοντα ἀφικνεῖται, ἢν μὴ ὀλιγάκις καὶ ἀσθενέα, ἀλλ' ἀπὸ τῶν ἄρκτων ἀεὶ πνέουσι πνεύματα ψυχρὰ ἀπό τε χιόνος, καὶ κρυστάλλων, καὶ ὑδάτων πολλῶν· οὐδέποτε δὲ τὰ ὄρεα ἐκλείπει, ἀπὸ τουτέων δὲ δυσοίκητά ἐστιν. ἠήρ τε κατέχει πουλὺς τῆς ἡμέρης τὰ πεδία, καὶ ἐν νοτίοισι διαιτεῦνται. ὥστε τὸν μὲν χειμῶνα ἀεὶ εἶναι, τὸ δὲ θέρος, ὀλίγας ἡμέρας, καὶ ταύτας μὴ λίην. μετέωρα γὰρ τὰ πεδία, καὶ ψιλὰ, καὶ οὐκ ἐστεφάνωνται ὄρεσιν, ἀλλ' ἀνάντη ὑπὸ τῶν ἄρκτων αὐτῇ. καὶ τὰ θηρία οὐ γίνεται μεγάλα, ἀλλ' οἷά τε ἐστὶν ὑπὸ γῆν σκεπάζεσθαι. ὁ γὰρ χειμὼν κωλύει, καὶ τῆς γῆς ἡ ψιλότης, καί τοι οὐκ ἔστιν ἀλέα, οὐδὲ σκέπη. αἱ γὰρ μεταβολαὶ τῶν ὡρέων οὐκ εἰσὶ μεγάλαι, οὐδὲ ἰσχυραὶ, ἀλλ' ὅμοιαι, καὶ ὀλίγον μεταβάλλουσαι· διότι καὶ τὰ εἴδεα, ὅμοια αὐτὰ ἑωυτέοις εἰσίν. σίτῳ τε χρέονται ἀεὶ ὁμοίως, ἐσθῆτί τε τῇ αὐτέῃ, καὶ θέρεος, καὶ χειμῶνος· τόν τε ἠέρα ὑδατεινὸν ἕλκοντες καὶ παχὺν· τά τε ὕδατα πίνοντες ἀπὸ χιόνος καὶ παγετῶν, τοῦ τε ταλαιπώρου ἀπεόντος, οὐ γὰρ οἷόν τε τὸ σῶμα ταλαι-

congrediuntur, quàm sacra Deo patrio more A peregerint. Quòd siqua sibi virum delegerit, equitatu soluta est, nisi communis expeditionis necessitas ingruat. Dextram autem mammam non habent. Puellis enim adhuc infantibus æreo instrumento ad id fabricato & candente, dextræ mammæ admoto, eam matres exurunt, vt ne incrementum accipiat, sed ad dextrum humerum & brachium omne robur & copia transmittatur. De reliquis autem Scythis, quum forma inter se sint similes, & aliis dissimiles, eadem ratio quæ de Ægyptiis habenda est, nisi quòd hi calore, illi frigore vr- B gentur. At verò solitudo Scythica appellata, in planitie sita est, & pratis abundat, aperta modicè aquosa est. Magni enim fluuij aquam ex campis per riuos deducunt. In hac Scythæ Nomades dicti degunt, quòd domos nullas habeant, sed in curribus habitent, quorum vel minimi quatuor, reliqui sex rotis aguntur. Hi autem luto sunt obducti, & ad instar domorum fabricati, alij quidem simplici, alij etiam triplici tabulato; vnde ipsis robur inest aduersus omnes aquarum, niuis, ac ventorum iniurias. Currus trahunt alios quidem duo boum C paria, alios tria, atque hi præ frigore cornua non habent. His igitur in curribus mulieres degunt, ipsi verò viri in equis vehuntur. Eos sequuntur pecorum greges, & boues, & equi. Tamdiúque vno in loco subsistunt, quoad ipsis pecoribus pabulum sufficit, quo deficiente ad aliam regionem commigrant. Carnibus coctis vescuntur, & lacte equino in potu vtuntur, & hippace, hoc est caseo equino victitant. Ac de eorum victus ratione & curribus hactenus quidem dictum est, simúlque de anni temporibus, quódque Scythica gens formâ multùm à reliquis hominibus diuersa est, sibi ipsi si- D milis, non secus ac Ægyptij. Minimè fœcundum est hoc hominum genus, ipsáque regio paucissimas feras alit, neque magnitudine, neque multitudine insignes. Sub ipsis enim vrsis Riphæisque montibus, vnde Boreas spirat, est posita, sólque quum ad extremam conuersionem æstiuam venerit, proximè accedit, & tunc quidem exiguo tempore calefacit. Neque venti ex calidis locis spirantes, nisi rari ac debiles, huc admodum perueniunt, sed venti frigidi ab vrsis, niue, glacie, & multis aquis, perpetuò spirant, neque vnquam E montes deserunt, vnde non nisi ægrè habitari possunt. Aërque multus tota die campos occupat, ipsíque in humidis locis degunt. Quare perpetua ferè illis est hyems, æstas verò paucissimis diebus, neque his admodum magna. Planities enim illis sublimis est & nuda, neque montibus cincta, sed sub vrsis accliuis. Neque feræ illic magnæ, sed quæ sub terra abscondi possint, nascuntur. Hyems enim & terræ nuditas prohibet, quanquam & apricis & opacis locis caret. Nam neque magnæ, neque vehementes sunt anni temporum mutatio- F nes, sed similes & parum differentes, vnde & formas inter se similes habent. Eodem etiam victu semper & amictu vtuntur hyeme & æstate; aërémque aquosum & crassum attrahunt, & aquas ex niuibus & glacie eductas bibunt, nulláque corporis exercitatione vtuntur, quum vel corpus, vel animus exerceri

ceri nequeat vbi mutationes non sunt vehementes. Has ob causas eos habitu esse crasso & carnoso necesse est, articulis verò humidis & eneruatis, & ventribus maximè humidis, omnium tamen maximè inferiore aluo. In hac enim regione, natura, & tempestatum anni constitutione, ipsa resiccari nequit, sed propter pinguedinem & carnis glabritiem, formâ inter se sunt similes, tum mares maribus, tum fœminæ fœminis. Quum enim anni tempora similiter se habeant, nullæ corruptiones, neque vitia in prima seminis conformatione contingunt, nisi violento aliquo casu, aut morbo id accidat. Eorum autem humiditatis magnum apponam argumentum. Scythas enim plerosque, ac præcipuè Nomadas, humeris, brachiis, primis manuum iuncturis, pectoribus, coxendicibus, & lumbis exustis esse comperies, nullam sanè aliam ob causam, quàm naturæ humiditatem & mollitiem. Nam neque arcus intendere, neque humero iaculum contorquere ob humiditatem ac impotentiam possunt. Quum verò vruntur, ex articulis humoris copia resiccatur, corúmque corpora validiora, habitiora, & firmioribus articulis redduntur; fluida verò fiunt & lata, primùm quidem quòd fasciis non inuoluantur, quemadmodum fieri solet in Ægypto, neque id pro more habent, ob equitationem, quò firmiùs equis insideant; deinde verò ob vitam sedentariam. Ex his namque mares quoad equis vehi nequeant, longo tempore in curribus sedent, parúmque propter locorum transmutationes & peragrationes inambulant. At mulieres stupendum in modum habitu sunt corporis fluxo. Gens autem Scythica propter frigus fuluo est colore, quum ad eos sol vehemens non accedat. A frigore autem albedo exuritur, fitque fulua. Fœcunda verò eiusmodi natura esse non potest. Neque enim viri multa coëundi cupiditate tenentur ob corporis humiditatem, ventrísque mollitiem, & frigiditatem; ex quibus viros minimè venerem exercere posse par est. Eò accedit, quòd perpetua equitatione fracti, ad coitum imbecilles redduntur. Atque eæ quidem in viris causæ sunt; in mulieribus verò, carnis pinguedo, & humiditas. Neque enim vteri genitale semen ad se rapere queunt. Neque eis vt decet menstrua purgatio; sed parcior & longiore tempore contingit; ipsúmque vteri os præ pinguedine concluditur, semenque genitale minimè suscipit. Ipsæque nulla corporis exercitatione vtuntur, & præpingues sunt, earúmque ventres frigidi & molles. Ex quibus necessariò consequitur non admodum fœcundam esse Scytharum gentem. Cuius rei magnam coniecturam præbent famulæ, quæ quum virorum congressum non appetant, propter exercitationem & carnis gracilitatem & concipiunt.

CAPVT XI.

Cur multi scytharum Eunuchi, ac ad coitum impotentes.

AD hæc quoque plerique Scythæ eunuchi fiunt, & munia muliebria obeunt, ac velut mulieres factitant & loquuntur, vocantúrque hi eurati aut effœminati. Ac regionis quidem incolæ causam Deo acceptam referunt, & huius-

A πωρέεσθαι, οὐδὲ τὴν ψυχὴν, ὅκου μεταβολαὶ μὴ γίνονται ἰσχυραί. διὰ ταύτας τὰς ἀνάγκας, τὰ εἴδεα αὐτῶν παχέα ἐστὶ καὶ σαρκώδεα, καὶ ἄρθρα, καὶ ὑγρὰ, καὶ ἄτονα. αἵ τε κοιλίαι ὑγρόταται πασέων κοιλιῶν αἱ κάτω· οὐ γὰρ οἷόν τε νηδὺν ἀναξηραίνεσθαι ἐν τοιαύτῃ χώρῃ, καὶ φύσει, καὶ ὥρης καταστάσει, ἀλλὰ διὰ πιμελήν τε καὶ ψιλὴν τὴν σάρκα, τά τε εἴδεα ἔοικεν ἀλλήλοισι, τά τε ἄρσενα τοῖς ἄρσεσιν, καὶ τὰ θήλεα τοῖς θήλεσι. τῶν γὰρ ὡρέων παραπλησίων ἐουσέων, φθοραὶ οὐκ ἐγγίγνονται, οὐδὲ κακώσιες ἐν τῇ τοῦ γόνου ξυμπήξει, ἢν

B μὴ τινος ἀνάγκης βιαίου τύχῃ, ἢ νούσου. μέγα δὲ τεκμήριον ἐς τὴν ὑγρότητα παρέξομαι. Σκυθέων γὰρ τοὺς πολλοὺς, ἅπαντας ὅσοι Νομάδες, εὑρήσεις κεκαυμένους τούς τε ὤμους, καὶ τοὺς βραχίονας, καὶ τοὺς καρποὺς τῶν χειρέων, καὶ τὰ στήθεα, καὶ τὰ ἰσχία, καὶ τὴν ὀσφῦν, δι' ἄλλ' οὐδὲν, ἢ διὰ τὴν ὑγρότητα τῆς φύσιος, καὶ τὴν μαλακίην. οὐ γὰρ δύνανται, οὔτε τοῖς τόξοις ξυντείνειν, οὔτε τῷ ἀκοντίῳ ἐμπίπτειν τῷ ὤμῳ, ὑπὸ ὑγρότητος, καὶ ἀτονίης. ὁκόταν δὲ καυθῶσιν, ἀναξηραίνεται ἐκ τῶν ἄρθρων τὸ πολὺ τοῦ ὑγροῦ· καὶ ἐντονώτερα μᾶλλον γί-

C νεται, καὶ τροφιμώτερα, καὶ ἠρθρωμένα τὰ σώματα μᾶλλον. ῥοικὰ δὲ γίνεται καὶ πλατέα, πρῶτον μὲν, ὅτι οὐ σπαργανοῦνται, ὥσπερ ἐν Αἰγύπτῳ, οὐδὲ νομίζουσιν διὰ τὴν ἱππασίην, ὅκως ἂν ἔνεδροι ἔωσιν· ἔπειτα δὲ διὰ τὴν ἑδρίην. τά τε γὰρ ἄρσενα ἕως ἂν οὐχ οἷά τε ἐφ' ἵππου ὀχέεσθαι, τὸ πολὺ τοῦ χρόνου κάθηται ἐν τῇ ἁμάξῃ, καὶ βραχὺ τῇ βαδίσει χρέονται, διὰ τὰς μεταναστάσιας, καὶ περιελάσιας. τὰ δὲ θήλεα θαυμαστὸν οἷον ῥοικὰ εἶναι τὰ εἴδεα. πυῤῥὸν δὲ τὸ γένος ἐστὶν τὸ Σκυθικὸν διὰ τὸ ψῦχος, οὐκ ἐπιγινομένου ὀξέως τοῦ ἡλίου. ὑπὸ δὲ τοῦ ψύχεος, ἡ λευ-

D κότης ἐπικαίεται, καὶ γίνεται πυῤῥή. πολύγονον δὲ οὐχ οἷόν τε εἶναι φύσιν τοιαύτην. οὔτε γὰρ τῷ ἀνδρὶ ἡ ἐπιθυμίη τῆς μίξιος γίνεται πολλὴ διὰ τὴν ὑγρότητα τῆς φύσιος, καὶ τῆς κοιλίης τὴν μαλθακότητά τε καὶ τὴν ψυχρότητα· ἀπὸ τῶν ἥκιστα εἰκὸς εἶναι ἄνδρα οἷόν τε λαγνεύειν· καὶ ἔτι ὑπὸ τῶν ἵππων ἀεὶ κοπτόμενοι, ἀσθενέες γίγνονται εἰς τὴν μίξιν. τοῖσι μὲν ἀνδράσιν αὗται αἱ προφάσιες γίγνονται· τῇσι δὲ γυναιξὶν, ἥ τε πιότης τῆς σαρκὸς, καὶ ὑγρότης. οὐ γὰρ δύνανται ἔτι ξυναρπάζειν αἱ μῆτραι τὸν γόνον. οὔτε γὰρ ἐπιμήνιος κάθαρσις αὐτέῃσιν γίγνεται, ὡς χρεών ἐστιν, ἀλλ' ὀλίγον, καὶ

E διὰ χρόνου· τό τε στόμα τῶν μητρέων ὑπὸ πιμελῆς ξυγκλείεται, καὶ οὐχ ὑποδέχεται τὸν γόνον. αὐταί τε ἀταλαίπωροι καὶ πίειραι, καὶ αἱ κοιλίαι ψυχραὶ, καὶ μαλακαί· καὶ ὑπὸ τουτέων τῶν ἀναγκαίων, οὐ πολύγονόν ἐστιν τὸ γένος τὸ Σκυθικόν. μέγα δὲ τεκμήριον αἱ οἰκέτιδες ποιέουσιν. οὐ γὰρ φθάνουσι παρὰ ἄνδρα ἀφικνεύμεναι, καὶ ἐν γαστρὶ ἴσχουσι διὰ τὴν ταλαιπωρίην, καὶ ἰσχνότητα τῆς σαρκός.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΑ'.

F Διὰ τί εὐνουχίαι γίνονται οἱ πλεῖστοι ἐν Σκύθεσιν, καὶ πρὸς τὸ λαγνεύειν κάκιστοί εἰσι.

ΕΤι τε πρὸς τουτέοισιν εὐνουχίαι γίνονται οἱ πλεῖστοι ἐν Σκύθεσιν, καὶ γυναικεῖα ἐργάζονται, καὶ ὡς αἱ γυναῖκες διαλέγονταί τε ὁμοίως, καλεῦνταί τε οἱ τοιοῦτοι ἀνανδριεῖς. οἱ μὲν ἐπιχώριοι τὴν αἰτίην προστιθέασι θεῷ, καὶ σέβονται

τουτέοις τοὺς ἀνθρώπους, καὶ προσκυνέουσι, δεδοικότες A
περί τε ὠυτέων ἕκαστοι. ἐμοὶ δὲ καὶ αὐτέῳ δοκεῖ ταῦτα τὰ
πάθεα θεῖα εἶναι, καὶ τἄλλα πάντα· καὶ οὐδὲν ἕτερον ἑτέρου
θειότερον, οὐδὲ ἀνθρωπινώτερον, ἀλλὰ πάντα θεῖα, ἕκα-
στον καὶ ἔχει φύσιν τῶν τοιουτέων, καὶ οὐδὲν ἄνευ φύσιος γί-
γνεται. καὶ τοῦτο τὸ πάθος ὥς μοι δοκεῖ γίγνεσθαι, φράσω.
ὑπὸ τῆς ἱππασίης αὐτέους κέδματα λαμβάνει, ἅτε αἰεὶ
κρεμαμένων ἀπὸ τῶν ἵππων τοῖς ποσίν. ἔπειτα ἀποχω-
λοῦνται, καὶ ἕλκονται τὰ ἰσχία οἳ ἂν σφόδρα νοσήσωσιν. ἰῶν-
ται δὲ σφᾶς αὐτοὺς τρόπῳ τοιῷδε. ὁκόταν ἄρχηται ἡ νοῦ-
σος, ὄπισθεν τοῦ ὠτὸς ἑκατέραν φλέβα τάμνουσιν· ὅταν B
δὲ ἀποῤῥυῇ τὸ αἷμα, ὕπνος ὑπολαμβάνει ὑπὸ ἀσθενείας,
καὶ καθεύδουσιν· ἔπειτα ἀνεγείρονται, οἱ μὲν τινες ὑγιεῖς ἐόν-
τες· οἱ δ' οὔ. ἐμοὶ μὲν οὖν δοκεῖ ἐν ταύτῃ τῇ ἰήσει δια-
φθείρεσθαι ὁ γόνος. εἰσὶ γὰρ παρὰ τὰ ὦτα φλέβες, ἃς ἐάν
τις ἐπιτάμῃ, ἄγονοι γίνονται οἱ ἐπιτμηθέντες. ταύτας τοί-
νυν μοι δοκέουσι τὰς φλέβας ἐπιτάμνειν. οἱ δὲ μετὰ ταῦτα,
ἐπειδὰν ἀφίκωνται παρὰ γυναῖκας, καὶ μὴ οἷοί τε ὦσι χρῆ-
σθαι σφίσιν αὐταῖς, τὸ πρῶτον οὐκ ἐνθυμεῦνται, ἀλλ' ἡσυ-
χίην ἔχουσιν· ὁκόταν δὲ δὶς, καὶ τρὶς, καὶ πλεονάκις αὐ-
τέοισι πειρωμένοισιν μηδὲν ἀλλοιότερον ἀποβαίνῃ, νομί- C
σαντές τι ἡμαρτηκέναι τῷ θεῷ ὃν ἐπαιτιῶνται, ἐνδύονται
στολὴν γυναικείην καταγνόντες ἑωυτέων ἀνανδρείην, γυναι-
κίζουσί τε, καὶ ἐργάζονται μετὰ τῶν γυναικῶν, ἃ καὶ ἐκεῖναι.
τοῦτο δὲ πάσχουσι Σκυθέων οἱ πλούσιοι οὐχ οἱ κάκιστοι, ἀλλ'
οἱ εὐγενέστατοι, καὶ ἰσχὺν πλείστην κεκτημένοι διὰ τὴν ἱπ-
πασίην· οἱ δὲ πένητες, ἧσσον· οὐ γὰρ ἱππάζονται. καὶ τοι
ἐχρῆν, ἐπεὶ θειότερον τοῦτο τὸ νόσημα τῶν λοιπῶν ἐστιν, οὐ
τοῖς γενναιοτάτοις τῶν Σκυθέων, καὶ τοῖς πλουσιωτάτοις
προσπίπτειν μούνοις, ἀλλὰ τοῖς ἅπασιν ὁμοίως· καὶ μᾶλ-
λον τοῖσιν ὀλίγα κεκτημένοισιν, οὐ τιμωμένοισιν ἤδη, εἰ D
χαίρουσιν οἱ θεοὶ, καὶ θαυμαζόμενοι ὑπ' ἀνθρώπων, καὶ
ἀντὶ τουτέων χάριτας ἀποδιδόασιν. εἰκὸς γὰρ τοὺς μὲν
πλουσίους, θύειν πολλὰ τοῖς θεοῖς, καὶ ἀνατιθέναι ἀναθή-
ματα ὄντων χρημάτων, καὶ τιμᾷν· τοὺς δὲ πένητας, ἧσ-
σον, διὰ τὸ μὴ ἔχειν· ἔπειτα καὶ ἐπιμεμφομένους, ὅτι οὐ
διδόασι χρήματα αὐτέοισιν, ὥστε τῶν τοιουτέων ἁμαρτιῶν
τὰς ζημίας, τοὺς ὀλίγα κεκτημένους φέρειν μᾶλλον, ἢ τοὺς
πλουσίους. ἀλλὰ γὰρ ὥσπερ καὶ πρότερον ἔλεξα, θεῖα μὲν
καὶ ταῦτά ἐστιν ὁμοίως τοῖς ἄλλοις· γίγνεται δὲ κατὰ φύσιν
ἕκαστα. καὶ ἡ τοιαύτη νοῦσος ἀπὸ τοιαύτης προφάσιος τοῖς E
Σκύθαις γίνεται, οἵην εἴρηκα. ἔχει δὲ καὶ κατὰ τοὺς λοιποὺς
ἀνθρώπους ὁμοίως. ὅκου γὰρ ἱππάζονται μάλιστα καὶ πυκνό-
τατα, ἐκεῖ πλεῖστοι ὑπὸ κεδμάτων, καὶ ἰσχιάδων, καὶ πο-
δαγριῶν ἁλίσκονται, λαγνεύειν κάκιστοί εἰσι. ταῦτα δὲ
τοῖσι δὲ Σκύθῃσι πρόσεστι, καὶ εὐνουχοειδέστατοί εἰσιν ἀν-
θρώπων, διὰ τὰς προφάσιας, καὶ ὅτι ἀναξυρίδας ἔχου-
σιν αἰεὶ, καί εἰσιν ἐπὶ τῶν ἵππων τὸ πλεῖστον τοῦ χρόνου, ὥστε
μήτε χειρὶ ἅπτεσθαι τοῦ αἰδοίου, ὑπό τε τοῦ ψύχεος, καὶ
τοῦ κόπου ἐπιλανθάνεσθαι τοῦ ἱμέρου, καὶ τῆς μίξιος, καὶ μη-
δὲν παρακινεῖν πρότερον, ἢ ἀνανδρωθῆναι. περὶ μὲν οὖν F
τῶν Σκυθέων οὕτως ἔχει τοῦ γένεος.

modi homines reuerentur & colunt, sibi quisque timentes ne quid tale contingat. At mea quidem sententia hi omnes affectus diuini sunt, vt & reliqui omnes; nullúsque altero diuinior aut humanior existit, sed diuini omnes, quum horum quodque suam naturam habeat, neque quicquam citra naturam fiat. Atque quomodo hic affectus mihi contingere videatur, enarrabo. Ex equitatione eos prehendunt cedmata nimirum semper pendentibus ex equis eorum pedibus. Deinde qui vehementer ægrotant, claudicant, iisque coxendices contrahuntur. Hac autem ratione sibi medentur. Quum ægrotare cœperint, vtramque venam post aures incidunt, quúmque sanguis effluxerit, præ imbecillitate somno corripiuntur & obdormiscunt; deinde somno aliqui quidem sani excitantur, quidam verò minimè. Ac mihi quidem videtur hac curatione semen corrumpi. Iuxta aures enim venæ sunt, quas si quis incidat, sectione sterilitatem inducunt. Has igitur venas mihi secare videntur. Postea verò vbi ad vxorem accedunt, neque cum iis rem habere possunt, primùm nil animo reputantes quiescunt; quum autem bis, ter, aut sæpiùs id tentantes, nihil profecerint dum in quem culpam conferunt se Deum offendisse existimantes, muliebri stola amicti, suam ignauiam accusant, & cum mulieribus victitantes, earum opera tractant. Qua affectione tentantur opulentissimi quique Scythæ, minimè verò infimi, sed generosissimi, & qui ad maximas opes per equitationem ascenderunt; pauperes autem qui non equitant, minùs. Quanquam oportebat si hæc affectio cæteris diuinior esset, vt non generosissimos & opulentissimos Scythas solos, sed omnes ex æquo inuaderet; idque potiùs eos qui paucas opes possident, neque honorem exhibent, si modò Dij hominum cultu gaudent, & pro eo his beneficia conferunt. Diuites enim, quum pecunias quidem possideant, Diis sæpe sacra facere, & donaria offerre, eósque colere æquum est; pauperes verò minùs, quum nihil habeant; qui etiam eos incusant, quòd eis opes non suppeditent, ac proinde qui pauca possident, suorum scelerum pœnas luere potiùs quàm diuites, videantur. Verùm (quemadmodum iam antè dixi) hæc quidem diuina sunt, perinde vt reliqua, & secundum naturam quæquæ accidunt. Et hic quidem morbus, ob eam quam dixi causam, Scythis contingit. Quin & in reliquis hominibus ad eundem se habet modum. Vbi enim plurimùm & creberrimè homines equitant, ibi plurimi cedmatis, ischiadibus, & podagris corripiuntur, & ad venerem exercendam pessimè se habent. Hæc autem Scythis adsunt, & ob eas causas hominum ineptissimi ad coitum redduntur, tum etiam quòd fœminalia semper gestant, & in equis magnam temporis partem degunt, vt ne quidem pudenda manu attrectare liceat, neque præ frigore & lassitudine coëundi appetentiam sentiant nilque aliud pensi habent, quàm vt virilitate priuentur. Hactenus itaque de Scytharum gente.

CAPVT XII.

De reliquorum Europæ populorum natura, pro tempestatum anni, regionum, & aquarum varietate.

AT reliquum in Europa hominum genus, tum magnitudine, tum forma, inter se est dissimile, propter magnas & crebras anni temporum mutationes. Habent enim calores vehementes, & hyemes acres, ac imbres multos, rursúsque squalores diuturnos, & ventos multos, ex quibus multæ & omnis generis mutationes contingunt. Neque est à ratione alienum ex his aliam percipi generationem in seminis conformatione, neque ex eodem eandem esse, vel æstate, vel hyeme, vel pluuioso, vel sicco tempore. Eaque de causa, vt existimo, Europæi magis quàm Asiatici forma inter se variant, & per singulas vrbes magnitudines maximè inter se sunt differentes. Plures enim corruptiones circa seminis concretionem contingunt, vbi crebræ fiunt anni temporum mutationes, quàm si eædem sint & similes. Eadem autem est de moribus ratio. Ferocia, integritas, & audacia huiusmodi naturæ innascitur; frequentes enim mentis emotiones, *morum* ferociam inducunt, lenitatem autem & comitatem retundunt. Quocirca eos qui Europam incolunt, magnanimos magis quam Asiaticos esse censeo. Rerum siquidem vno se habentium modo æquabilitas, socordiam ingenerat, varietas verò, corpus & animum ad laborem excitat. Quinetiam socordiâ & quiete ignauia crescit; exercitatione verò & laboribus, magnanimitas. Hanc ob causam bellicosiores sunt qui Europam incolunt, iam etiam propter leges, quoniam Regum imperio non parent vt Asiatici. Qui enim Regibus subijciuntur, eos timidissimos esse necesse est; & velut antea à nobis dictum est, seruitute pressi animi, neque lubenter, neque volentes, temerè sese pro alieno imperio periculis obiiciunt. Hi verò suis legibus viuentes, sibi non aliis pericula subeunt, & magna animi alacritate volentes ad grauia quæque feruntur, quum pro re gesta victoriæ præmia sint accepturi: ita vt constet leges ad animi magnitudinem plurimùm facere. De Europa igitur & Asia in genere ac toto, sic se res habet. Sunt autem in Europa gentes, tum magnitudine, tum forma, tum magnanimitate inter se differentes. Varietatis causæ eædem quæ supra dictæ sunt, quasque iam manifestiùs aperiam. Qui regionem quidem montanam, asperam, altam, & aquis carentem incolunt, & anni temporum mutationes habent admodum differentes, illic hominum formas magnas esse par est, tum ad laborem, tum ad robur à natura optimè esse comparatas, at agrestibus & ferinis moribus eiusmodi naturæ non parum sunt præditæ. At qui loca concaua, herbosa & æstuosa habitant, quique ventis calidis magis quàm frigidis perflantur, & aquis vtuntur calidis, hi magni quidem esse non possunt, neque recti & ventre substricto; in amplam verò corporis molem à natura producuntur, corpore sunt carnoso, & capillis nigris, colore potius nigro quàm candido, & minùs pituitosi quàm biliosi. At animi robore & laborum tolerantia, non æquè à natura valent, sed accedens vitæ institutum id efficit. Quòd si flumina ea in regione sint, quæ stagnantes & pluuias aquas educant, ij inco-

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΒ.

Περὶ φύσιος τοῦ λοιποῦ τοῦ ἐν τῇ Εὐρώπῃ ἔθνεος κατὰ τὰς τῶν ὡρέων τε, καὶ χωρέων, καὶ τῶν ὑδάτων μεταλλαγάς.

ΤΟ δὲ λοιπὸν γένος τὸ ἐν τῇ Εὐρώπῃ, διάφορον αὐτὸ ἑωυτῷ ἐστι, καὶ κατὰ τὸ μέγεθος, καὶ κατὰ τὰς μορφὰς, διὰ τὰς μεταλλαγὰς τῶν ὡρέων, ὅτι μεγάλαι γίνονται καὶ πυκναί. καὶ θάλπη τε ἰσχυρὰ, καὶ χειμῶνες καρτεροὶ καὶ ὄμβροι πολλοὶ, καὶ αὖθις αὐχμοὶ πολυχρόνιοι, καὶ πνεύματα, B ἐξ ὧν μεταβολαὶ πολλαὶ καὶ παντοδαπαί. ἀπὸ τουτέων εἰκὸς αἰσθάνεσθαι, καὶ τὴν γένεσιν, ἐν τῇ συμπήξει τοῦ γόνου, ἄλλην, καὶ μὴ τῷ αὐτῷ τὴν αὐτὴν γίνεσθαι, ἔν τε τῷ θέρει, καὶ τῷ χειμῶνι· μηδὲ ἐν ἐπομβρίῃ, καὶ αὐχμῷ. διότι τὰ εἴδεα διηλλάχθαι, νομίζω, τῶν Εὐρωπαίων μᾶλλον, ἢ τῶν Ασιηνῶν· καὶ τὰ μεγέθη διαφορώτατα αὐτὰ ἑωυτοῖσι εἶναι κατὰ πόλιν ἑκάστην. αἱ γὰρ φθοραὶ πλείονες ἐγγίγνονται τοῦ γόνου ἐν τῇ ξυμπήξει, ἐν ταῖς μεταλλαγαῖς τῶν ὡρέων πυκναῖς ἐούσαις, ἢ ἐν τῇσι παραπλησίῃσι καὶ ὁμοίοισιν. περί τε τῶν ἠθέων ὁ αὐτὸς λόγος. τό τε ἄγριον, καὶ τὸ ἄμικτον, καὶ τὸ C θυμοειδὲς ἐν τῇ τοιαύτῃ φύσει ἐγγίγνεται· αἱ γὰρ ἐκπλήξιες πυκναὶ γιγνόμεναι, τῆς γνώμης τὴν ἀγριότητα ἐντιθέασιν· τὸ δὲ ἥμερόν τε, καὶ ἤπιον ἀμαυροῦσιν. διότι εὐψυχοτέρους νομίζω τοὺς Εὐρώπην οἰκοῦντας εἶναι, ἢ τοὺς τὴν Ασίην. ἐν μὲν γὰρ τῷ αἰεὶ παραπλησίως, αἱ ῥαθυμίαι ἔνεισιν· ἐν δὲ τῷ μεταβαλλομένῳ, αἱ ταλαιπωρίαι τῷ σώματι, καὶ τῇ ψυχῇ. καὶ ἀπὸ μὲν ἡσυχίης καὶ ῥαθυμίης, ἡ δειλίη αὔξεται· ἀπὸ δὲ τῆς ταλαιπωρίης καὶ τῶν πόνων, αἱ ἀνδρεῖαι. διὰ τοῦτο εἰσι μαχιμώτεροι οἱ τὴν Εὐρώπην οἰκοῦντες, καὶ διὰ τοὺς νόμους, ὅτι οὐ βασιλεύονται, ὥσπερ οἱ Ασιηνοί. ὅκου γὰρ βα- D σιλεύονται, ἐκεῖ ἀνάγκη δειλοτάτους εἶναι· εἴρηται δέ μοι καὶ πρότερον, αἱ γὰρ ψυχαὶ δεδούλωνται, καὶ οὐ βούλονται παρακινδυνεύειν ἑκόντες εἰκῇ, ὑπὲρ ἀλλοτρίης δυνάμιος. οὗτοι δὲ αὐτόνομοι, ὑπὲρ αὐτῶν γὰρ τοὺς κινδύνους αἱρεῦνται, καὶ οὐκ ἄλλων προθυμεῦνται ἑκόντες, καὶ ἐς τὸ δεινὸν ἔρχονται, τὰ γὰρ ἀριστεῖα τῆς νίκης αὐτοὶ φέρονται· οὕτως οἱ νόμοι οὐχ ἥκιστα τὴν εὐψυχίην ἐργάζονται. τὸ μὲν οὖν ὅλον καὶ τὸ ἅπαν, οὕτως ἔχει περί τε τῆς Εὐρώπης, καὶ τῆς Ασίης. ἔνεισι δὲ καὶ ἐν τῇ Εὐρώπῃ φῦλα διάφορα ἕτερα ἑτέροις, καὶ τὰ μεγέθεα, καὶ τὰς μορφὰς, καὶ τὰς ἀνδρείας. τὰ δὲ διαλλάσσοντα E ταῦτά ἐστιν, ἃ καὶ ἐπὶ τῶν προτέρων εἴρηται, ἔτι δὲ σαφέστερον φράζω. ὁκόσοι μὲν χώρην ὀρεινήν τε οἰκοῦσι τρηχείην καὶ ὑψηλὴν, καὶ ἔνυδρον, καὶ αἱ μεταβολαὶ αὐτέοισι γίνονται τῶν ὡρέων, μέγα διάφοροι· ἐνταῦθα εἰκὸς εἴδεα μεγάλα εἶναι, καὶ πρὸς τὸ ταλαίπωρον, καὶ τὸ ἀνδρεῖον εὖ πεφυκότας, καὶ τό τε ἄγριον, καὶ τὸ θηριῶδες αἱ τοιαῦται φύσιες οὐχ ἥκιστα ἔχουσιν. ὁκόσοι δὲ κοῖλα χωρία, καὶ λειμακώδεα, καὶ πνιγηρὰ, καὶ τῶν θερμῶν πνευμάτων πλέον μέρος μετέχουσι, ἢ τῶν ψυχρῶν, ὕδασί τε χρέωνται θερμοῖς, οὗτοι δὲ μεγάλοι μὲν οὐκ ἂν εἴησαν, οὐδὲ κανονίαι· ἐς εὖρος δὲ πεφυκότες, F καὶ σαρκώδεες, καὶ μελανότριχες, καὶ αὐτοὶ μέλανες μᾶλλον, ἢ λευκότεροι· φλεγματίαι δὲ ἧσσον, ἢ χολώδεες. τό τε ἀνδρεῖον, καὶ ταλαίπωρον ἐν τῇ ψυχῇ, φύσει μὲν οὐκ ἂν ὁμοίως ἐνείη, νόμος δὲ προσγενόμενος, ἀπεργάσαιτ' ἄν. καὶ εἰ μὲν ποταμοὶ ἐνείησαν ἐν τῇ χώρῃ, οἵτινες ἐκ τῆς χώρης ἐξοχετεύουσιν τό τε στάσιμον, καὶ τὸ ὄμβριον, οὗτοι ἂν ὑγιηροί τε

εἴησαν καὶ λαμπροί. εἰ μέντοι ποταμοὶ μὲν μὴ εἴησαν, τὰ δὲ ὕδατα κρηναῖά τε καὶ στάσιμα πίνοιεν καὶ ἑλώδεα, ἀνάγκη τὰ τοιαῦτα τῆς γαστρὸς ἀτηρέα εἶναι καὶ σπληνός. ὁκόσοι δὲ ὑψηλήν τε οἰκέουσι χώρην, καὶ λείην, καὶ ἀνεμώδεα, καὶ ἔνυδρον, εἴη ἂν εἴδεα μεγάλα, καὶ ἑωυτοῖσι παραπλήσια, καὶ ἀνορθότερα· καὶ ἠπιώτεραι αἱ γνῶμαι. ὁκόσοι λεπτά τε καὶ ἄνυδρα, καὶ ψιλά, ταῖς δὲ μεταβολαῖς τῶν ὡρέων οὐ κέκρηνται, ἐν ταύτῃ τῇ χώρῃ τὰ εἴδεα εἰκός τε σκληρά τε εἶναι, καὶ ἔντονα, καὶ ξανθότερα, ἢ μελαίτερα. καὶ τὰ ἤθη, καὶ τὰς ὀργὰς αὐθάδεάς τε καὶ ἰδιογνώμονας. ὅκου γὰρ μεταβολαί εἰσι πυκνόταται τῶν ὡρέων, καὶ πλεῖστον διάφοροι αὐταὶ ἑωυτέῃσιν, ἐκεῖ καὶ τὰ εἴδεα, καὶ τὰ ἤθεα, καὶ τὰς φύσιας εὑρήσεις πλεῖστον διαφερούσας. μέγισται μὲν οὖν εἰσιν αὗται τῆς φύσιος διαλλαγαί. ἔπειτα δὲ καὶ ἡ χώρη ἐν ᾗ ἄν τις τρέφεται, καὶ τὰ ὕδατα. εὑρήσεις γὰρ ἐπὶ τὸ πλῆθος τῆς χώρης τῇ φύσει ἀκολουθοῦντα καὶ εἴδεα τῶν ἀνθρώπων, καὶ τοὺς τρόπους. ὅκου μὲν γὰρ ἡ γῆ πίειρα καὶ μαλθακή, καὶ ἔνυδρος, καὶ τὰ ὕδατα κάρτα μετέωρα, ὥστε θερμὰ εἶναι τοῦ θέρεος, καὶ χειμῶνος ψυχρά, καὶ τῶν ὡρέων καλῶς κέεται, ἐνταῦθα καὶ οἱ ἄνθρωποι σαρκώδεές εἰσι, καὶ ἄναρθροι, καὶ ὑγροί, καὶ ἀταλαίπωροι· καὶ τὴν ψυχὴν κακοί, ὡς ἐπὶ τὸ πολύ. τό τε ῥᾴθυμον, καὶ τὸ ὑπνηρὸν ἔστιν ἐν αὐτέοισιν· ἔς τε τὰς τέχνας παχέες, οὐ λεπτοί, οὐδ᾽ ὀξέες. ὅκου δ᾽ ἐστὶν ἡ χώρη ψιλή τε, καὶ ἀνώχυρος, καὶ τρηχεῖη, καὶ ὑπὸ τοῦ χειμῶνος πιεζομένη, καὶ ὑπὸ τοῦ ἡλίου κεκαυμένη, ἐνταῦθα δὲ σκληρούς τε καὶ ἰσχνούς, καὶ διηρθρωμένους, καὶ ἐντόνους, καὶ δασέας· τό τε ἐργατικὸν ὀξὺ ἔνθεν ἐν τῇ φύσει τῇ τοιαύτῃ, καὶ τὸ ἄγρυπνον. τά τε ἤθη καὶ τὰς ὀργάς, αὐθάδεας, καὶ ἰδιογνώμονας. τοῦ τε ἀγρίου μᾶλλον μετέχοντας, ἢ τοῦ ἡμέρου· ἔς τε τὰς τέχνας, ὀξυτέρους τε καὶ συνετωτέρους, καὶ τὰ πολέμια ἀμείνους εὑρήσεις, καὶ τἄλλα τὰ ἐν τῇ γῇ φυόμενα πάντα, ἀκόλουθα ἐόντα τῇ γῇ. αἱ μὲν ἐναντιώταται φύσιές τε καὶ ἰδέαι, ἔχουσιν οὕτως. ἀπὸ δὲ τουτέων τεκμαιρόμενος, τὰ λοιπὰ ἐνθυμέεσθαι, καὶ οὐχ ἁμαρτήσῃ.

A lumes degunt, ac splendidi. Sin verò nulla sint flumina, aquásque fontanas statarias & malè olentes bibant, has ventri & lieni noxias esse necesse est. Qui verò regionem altam, planam, ventis perflatam & aquosam incolunt, ij corporis habitu sunt prægrandi, inter se similes, & erecti, & animo tranquilliore. At qui macra & arida loca, aquis carentia & nuda tenent, neque temperatas habent anni temporum mutationes, hac in regione homines duro & robusto corporis habitu esse par est, & colore flauo potiùs quàm nigro, moribus & animi appetitionibus sibi nimis placentes & superbos, & in concepta opinione permanentes. Vbi enim anni temporum mutationes, tum B crebræ, tum plurimùm inter se differunt, ibi & formas, & mores, & naturas plurimùm diuersas comperias. Atque hæ quidem maximæ causæ sunt cur naturæ permutentur; deinde etiam regio in qua quis nutritur, & aquæ. Magna enim ex parte hominum formas & mores regionis naturam imitari reperias. Vbi enim terra pinguis est, & mollis, & aquosa, aquæ verò valdè sublimes, ita vt æstate sint calidæ, & hyeme frigidæ, quæque ad anni tempora probè habet, ibi homines carnosi sunt, articulis non discreti, humidi, labores non ferentes, ac vt plurimùm praui animi. Quinetiam segnes sunt & somnolenti, & ad artes crassi, neque subtiles, neque acuti. Ast vbi regio nuda est, C non munita, aspera, quæque hyeme prematur, & sole exuratur; ibi duros, graciles, articulis discretos, carnosos & hirsutos homines cernas, & qui ad aliquid agendum natura sunt industrij & vigilantes. Mores autem habent superbos, in iram procliues & pertinaces, magísque feritatis quàm lenitatis participes, eosque ad artes acutiores & solertiores, & ad res bellicas gerendas meliores deprehendas. Quin & reliqua omnia quæ è terra producuntur, terræ ipsius naturam sequuntur. Atque maximè quidem contrariæ naturæ & formæ sic se habent, ex quibus coniectura ducta, si reliqua consideres, minimè aberrabis.





ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ ΠΕΡΙ ΦΥΣΩΝ, ΒΙΒΛΙΟΝ.

HIPPOCRATIS DE FLATIBVS, LIBER.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΤΩΝ ΕΝ ΤΩι ΒΙΒΛΙΩι.

Τὰς φύσας, τὰς μὲν ἔξω, λεπτοτέρας, ἤτοι τὸν περιέχοντα ἠέρα· τὰς δὲ ἔσω παχυτέρας, ἐν ὅλῳ τῷ σώματι διατρεχούσας, ἁπάσας τῶν πλείστων νοσημάτων αἰτίας ἐξηγεῖται, ἔνθα οἱ πολλαπλάσιοι τῶν νουσέων ἐμφαίνονται τρόποι.

ARGVMENTVM LIBRI.

Flatus tum externos tenuiores siue aërem ambientem, tum internos crassiores corpus permeantes; omnes plurimorum morborum causas explicat; vbi multiplices generationis morborum modi aduertuntur.

CAPVT PRIMVM.

Medicinam Medicis laboriosam, indigentibus iucundam ac vtilem esse; opinionem vim maximam habere; quicquid molestum id morbum esse; contrariorum contraria esse remedia. Quid Medicina; quis Medicus optimus.

SVNT quædam artes, quæ possessoribus quidem suis multum laboris exhibent, vsu verò fruentibus iucundæ ac vtiles existunt, & plebeiis quidem ipsis commune bonum conferũt, his autem qui eas tractant planè molestæ. Ex quarum artium numero est quã Græci Medicinã appellant. Medicus enim grauia ac periculosa intuetur, & molesta cõtrectat, ac ex aliorũ calamitatibus proprias sibi demetit molestias. Ægrotãtes verò artis opera maximis malis, morbis, laboribus, dolore & morte vindicantur. His enim omnibus Medicina manifestã medelam adhibere deprehẽditur. Huius autẽ artis vilia nosse difficile, seria verò facile. Ac vilia quidẽ ipsis Medicis, vulgò autẽ minimè sunt cognita, cùm mentis quidem non corporis opera existant. Quæcunque quidem manuum operam postulant, ea in vsum traducere oportet. Est enim manuum vsus, optimus docendi magister. At obscurissimos & maximè difficiles morbos, opinio magis quàm ars iudicat, etsi in his plurimum imperitiæ peritia præstat. In quibus sanè hoc præcipuum est; quænam sit morborum causa, & ex quo principio ac veluti fonte corporis vitia oriantur. Qui enim morbi causam cognouerit, is vtique ex his quæ in corpore insunt, adepta per contraria morborum cognitione; facilè poterit quæ conferunt offerre.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Α'.

Τὴν ἰητρικὴν τοῖσιν ἰητροῖσιν ἐπίπονον, καὶ τοῖσιν ἰδιώτῃσιν ξυνὸν ἀγαθόν· τὴν δόξαν μεγίστην δύναμιν ἔχειν· ὅ, τι λυπέει τὸν ἄνθρωπον, τοῦτο νοῦσον εἶναι· τὰ ἐναντία τῶν ἐναντίων ὑπάρχειν ἰήματα· τί ἰητρική· τίς ὁ ἄριστος ἰητρός.

A ΕΙΣΙ τινες τῶν τεχνέων, αἳ τοῖσι μὲν κεκτημένοισιν, εἰσὶν ἐπίπονοι· τοῖσι δὲ χρεομένοισιν, ὀνηϊστοί. καὶ τοῖσι μὲν ἰδιώτῃσι, ξυνὸν ἀγαθόν. τοῖσι δὲ μεταχειριζομένοισιν σφᾶς, λυπηραί. τῶν δὲ δὴ τοιούτων ἐστὶ τεχνέων, καὶ ἣν οἱ Ἕλληνες καλέουσιν ἰητρικήν. ὁ μὲν γὰρ ἰητρός, ὁρέει τὰ δεινά, θιγγάνει τε ἀηδέων, καὶ ἐπ' ἀλλοτρίῃσιν ξυμφορῇσιν, ἰδίας καρποῦται λύπας. οἱ δὲ νοσέοντες, ἀπαλλάσσονται τῶν μεγίστων κακῶν διὰ τὴν τέχνην, νούσων, πόνων, λύπης, θανάτου. πᾶσι γὰρ τουτέοισιν, ἄντικρυς ἰητρικὴ εὑρίσκεται ἀκεστρίς. ταύτης δὲ τῆς τέχνης τὰ μὲν φλαῦρα, χαλεπὸν γνῶναι· τὰ δὲ σπουδαῖα, ῥηΐδιον. καὶ τὰ μὲν φλαῦρα,
B τοῖσιν ἰητροῖσι, καὶ οὐ τοῖσιν ἰδιώτῃσιν. οὐ γὰρ σώματος, ἀλλὰ γνώμης ἔργα εἰσίν. ὅσα μὲν χειρουργῆσαι δεῖ, χρὴ συνεθισθῆναι. τὸ γὰρ ἔθος τῇσι χερσὶ κάλλιστον διδάσκαλόν. περὶ δὲ τῶν ἀφανεστάτων, καὶ χαλεπωτάτων νουσημάτων, δόξῃ μᾶλλον, ἢ τέχνῃ κρίνεται· διαφέρει δὲ ἐν αὐτέοισι πλεῖστον, ἡ πείρη τῆς ἀπειρίης. ἓν δή τι τῶν τοιούτων ἐστί, τόδε· τί ποτε τὸ αἴτιόν ἐστι τῶν νούσων, καὶ τίς ἀρχή, καὶ πηγὴ γίνεται τῶν ἐν τῷ σώματι κακῶν. εἰ γάρ τις εἰδείη τὴν αἰτίην τοῦ νοσήματος, οἷός τ' ἂν εἴη προσφέρειν τὰ ξυμφέροντα τῷ σώματι, ἐκ τῶν ἐναντίων ἐπιστάμενος τὰ νουσήματα.

αὕτη γὰρ ἡ ἰητρικὴ, μάλιστα κατὰ φύσιν ἐστίν. αὐτίκα γὰρ λιμὸς, νοῦσός ἐστιν. ὅ,τι γὰρ ἂν λυπέῃ τὸν ἄνθρωπον, τοῦτο καλέεται νοῦσος. τί οὖν λιμοῦ φάρμακον; ὅ,τι παύῃ λιμόν. τοῦτο δ' ἐστὶ βρῶσις, τούτῳ ἄρα ἐκεῖνο ἰητέον. αὖθις αὖ δίψην ἔπαυσε πόσις. πάλιν αὖ, πλησμονὴν ἰῆται κένωσις· κένωσιν δὲ, πλησμονή· πόνον δὲ, ἀπονίη· ἀπονίην δὲ, πόνος. ἑνὶ δὲ συντόμῳ λόγῳ, τὰ ἐναντία τῶν ἐναντίων ἐστὶν ἰήματα. ἰητρικὴ γάρ ἐστι, πρόσθεσις καὶ ἀφαίρεσις· ἀφαίρεσις μὲν τῶν ὑπερβαλλόντων, πρόσθεσις δὲ τῶν ἐλλειπόντων. ὁ δὲ κάλλιστα τοῦτο ποιέων, ἄριστος ἰητρός, ὁ δὲ τουτέου πλεῖστον ἀπηλλαγμένος, πλεῖστον ἀπήλλακται καὶ τῆς τέχνης. τὰ μὲν οὖν ἐν παρέργῳ τοῦ λόγου τοῦ μέλλοντος, εἴρηται.

A Ipsa enim ars Medica maximè à natura inest. Ne longè abeam, fames morbus est. Quicquid enim homini molestiã adfert, morbus appellatur. Quodnam igitur famis est remedium? hoc certè quod famem sedat. Id autẽ cibus facit, illius ergo hic medela est. Rursus quoque sitim potio sedat. Plenitudinẽ itidem euacuatio sanat, euacuationem verò plenitudo, laborẽ otium, & otium labor. Atque vt vno verbo dicam, contrariorum contraria sunt remedia. Medicina enim additio est & subtractio. Et eorum quidem quæ exuperant substractio, eorum verò quæ deficiunt additio. Qui verò istud optimè facit, is optimus Medicus existimandus est, quíque B plurimùm abest ab eo præstando, is plurimùm in arte Medica deficere censetur. Atque hæc quidem obiter præter institutũ futuri sermonis dicta sunt.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Β'.

Τῶν ἁπασῶν νούσων καὶ τὸν ἕνα τρόπον, καὶ μίαν ἰδέην εἶναι καὶ αἰτίην· τρεῖς τροφαί· τί πνεῦμα· τί ἀήρ· τί φῦσα· τί ἄνεμος· περὶ μεγίστης χρείης τοῦ ἠέρος, τοῦ τε βίου, καὶ τῶν νουσέων αἰτίου.

Τῶν δὲ δὴ νούσων ἁπασέων, ὁ μὲν τρόπος ὁ αὐτὸς· ὁ δὲ τόπος διαφέρει. δοκεῖ μὲν οὖν τὰ νουσήματα οὐδὲν ἀλλήλοισιν ἐοικέναι, διὰ τὴν ἀλλοιότητα καὶ ἀνομοιότητα τῶν τόπων. ἔστι δὲ μία τῶν νουσέων ἁπασῶν καὶ ἰδέη, καὶ αἰτίη ἡ αὐτή· τίς δέ ἐστιν αὕτη, διὰ τοῦ μέλλοντος λόγου φράσαι πειρήσομαι. τὰ γὰρ σώματα τῶν τε ἀνθρώπων καὶ τῶν ἄλλων ζώων, ὑπὸ τρισσέων τροφῶν τρέφονται· ἔστι δὲ τῇσι τροφῇσι ταύτῃσι ταῦτα τὰ ὀνόματα, σῖτα, ποτά, πνεύματα. πνεύματα δὲ τὰ μὲν ἐν τοῖσι σώμασι, φῦσαι καλέονται, τὰ δὲ ἔξω τῶν σωμάτων, ἀήρ. οὗτος δὲ μέγιστός ἐστιν ἐν ἅπασι τῶν συμπτωμάτων δυνάστης, ἄξιον δὲ αὐτοῦ θεήσασθαι τὴν δύναμιν. ἄνεμος γάρ ἐστιν ἠέρος ῥεῦμα, καὶ χεῦμα. ὅταν οὖν πολὺς ἀήρ, ἰσχυρὸν τὸ ῥεῦμα ποιήσῃ, τά τε δένδρεα ἀνασπαστὰ πρόρριζα γίνεται διὰ τὴν βίην τοῦ πνεύματος. τότε πέλαγος κυμαίνεται. ὁλκάδες τε ἄπειροι τῷ μεγέθει, ἐς ὕψος διαρρίπτονται. τοιαύτην μὲν οὖν ἐν τουτέοισιν ἔχει δύναμιν. ἀλλὰ μὴν ἐστί γε τῇ μὲν ὄψει, ἀφανής· τῷ δὲ λογισμῷ, φανερός. τί γὰρ ἄνευ τουτέου γένοιτο ἄν; ἢ τίνος οὗτος ἄπεστιν; ἢ τίνι οὐ ξυμπάρεστιν; ἅπαν γὰρ τὸ μεταξὺ γῆς τε καὶ οὐρανοῦ, πνεύματος συμπλέον ἐστί. τοῦτο καὶ χειμῶνος, καὶ θέρεος αἴτιον· ἐν μὲν τῷ χειμῶνι, πυκνὸν καὶ ψυχρὸν γινόμενον· ἐν δὲ τῷ θέρει, πρᾶον καὶ γαληνόν. ἀλλὰ μὴν ἡλίου καὶ σελήνης, καὶ ἄστρων ὁδὸς, διὰ τοῦ πνεύματός ἐστι. τῷ γὰρ πυρὶ, τὸ πνεῦμα τροφή· τοῦ δὲ πνεύματος τὸ πῦρ στερηθὲν, οὐκ ἂν δύναιτο ζῆν. ὥστε καὶ τὸν τοῦ ἡλίου δρόμον ἀέναον ἐόντα, ὁ ἀὴρ ἀέναος, καὶ λεπτὸς ἐών, τὸ εἶναι παρέχεται. ἀλλὰ μὴν καὶ περὶ τοῦ πελάγεος, ὅτι μέθεξιν ἔχει τοῦ πνεύματος πάντη που δῆλον. οὐ γὰρ ἄν ποτε τὰ πλωτὰ ζῶα ζῆν ἐδύνατο, μὴ μετέχοντα πνεύματος. μετέχοιεν δέ πως ἂν ἄλλως, ἀλλ' ἢ διὰ τοῦ ὕδατος, καὶ ἐκ τοῦ ὕδατος ἕλκοντα τὸν ἀέρα; καὶ τῇ μήνῃ, ἐπὶ τουτέου τὸ βάθριον, οὗτός γε τῆς γῆς ὄχημα, κενεόν τε οὐδέν ἐστιν τούτου. δι' ὅτι μὲν τοῖσιν ἄλλοισιν ὁ ἀὴρ ἔρρωται, εἴρηται. τοῖσι δ' αὖ θνητοῖσιν οὗτος αἴτιος τοῦ τε βίου, καὶ τῶν νοσέων τοῖσι νοσέουσι. τοσαύτη δὲ τυγχάνει πᾶσι χρείη τοῖσι σώμασι τοῦ πνεύματος ἐοῦσα, ὥστε τῶν μὲν ἄλλων ἁπάντων ἀποσχόμενος ὁ ἄνθρωπος, καὶ σιτίων, καὶ ποτῶν δύναιτ' ἂν ἡμέρας δύο, καὶ τρεῖς, καὶ πλείονας διάγειν·

CAPVT II.

Morborum omnium modum vnum vnamque speciem, & causam esse; triplex alimentum; quid spiritus; quid aër; quid flatus; quid ventus; de aëris vsu necessario, vitæ, & morborum authoris.

C Morborum autem omnium idem modus, locus verò diuersus est. Morbi igitur ob locorum varietatem & dissimilitudinem, nihil inter se habere simile videntur. Est tamen vna & eadem omnium morborum forma & causa, quam procedente oratione quænam sit declarare conabor. Hominum enim & reliquorum animantium corpora triplici alimento nutriuntur; cuius hæc sunt nomina, cibus, potus, spiritus. Ac spiritus quidem qui in corporibus insunt, flatus nominantur, qui verò extra corpora aër. Qui quum maximus in omnibus quæ corpori accidunt autor ac dominus sit, illius vim inspicere D operæpretium videtur. Ventus enim est aëris fluxus & effusio. Quum igitur copiosus aër vehementem fluxum fecerit, tum & arbores vi spiritus è terra radicitus euelluntur, mare æstu fluctuat, & immensæ naues onerariæ in altum iactantur. Hanc igitur vim in ista obtinet. Qui etsi oculis minimè cernitur, ratione tamen conspicuus est. Quid enim sine hoc fit tandem? aut à quonam hic abest, aut cui non præsens est? Quod enim cœlum & terram interiacet, id omne spiritu plenum est, idque hyemis & æstatis causa existit, per hyemem quidem condensatum & frigidum, per æstatem verò leue & tran- E quillum. Quinetiam solis, lunæ & astrorum viam spiritus dirigit. Igni enim spiritus nutrimentum est, eóque priuatus ignis viuere non potest. Atque adeò perennem solis cursum, aër perennis & tenuis esse facit. Quin & in mari quandam esse spiritus communionem cuius est manifestum. Neque enim natantia animantia sine spiritu viuere possent. Quónam autem alio pacto cum illo commercium habeant, si non per aquam & ex aqua spiritum attraherent? Et lunæ in eo sedes est ac fundamentum, hicque terræ vehiculum, neque quicquam spiritu est va- F cuum. Atque hæc quidem causa, cur in cæteris aër tantùm possit, dicta est. Mortalibus autem hic tum vitæ, tum morborum ægrotis causa est. Tantáque corporibus omnibus spiritus inest necessitas, vt si quidem aliis omnibus & cibis, & potionibus quis abstineat, duos tamen & tres, vel plures dies possit vitam ducere;

At

At si quis spiritus in corpus vias intercipiat, vel exigua diei parte, homini pereundum sit, adeò necessarius est vsus spiritus in corpore. Ad hæc quoque quum omnes alias actiones homines intermittunt, quòd mutationibus innumeris vita sit exposita, ab hac tamen sola actione nunquam desistunt animantia, quin aut inspirent, aut expirent. Quòd igitur omnibus animantibus cum aëre maxima intercedat communio, dictum est. Huic quoque orationi subiiciendum, morbos vnquam vix aliunde quàm ab aëre oriri posse, quum is aut copiosior, aut parcior, aut etiam plenior, aut & morbidis inquinamentis infectus in corpus subierit. De tota re igitur hæc mihi sufficere videntur.

CAPVT III.

Aërem omnium morborum, & febrium causam esse; febrem omnium morborum comitem; eámque duplicem communem & priuatam; quid vtraque; à spiritu eructationes, horrores, & rigores.

DEinceps autem ad opera ipsa oratione progressus, morbos omnes istius sobolem esse, & ab hoc oriundos demõstrabo. Ac primùm à febre maximè communi morbo exordium ducam, quæ omnium aliorum morborum, præcipuè verò inflammationis comes est. Quod indicant pedum læsiones. Mox enim cum inflammatione inguinum tumor & febris consequitur; febrium autem duo sunt genera (vt id quoque hîc attingam) vnum quidem omnibus commune, pestis appellatur; alterùm verò ob prauam victus rationem priuatam prauo victu vtentibus contingens. Horum autem vtriusque aër author existit. Communis igitur febris ideò communiter omnes inuadit, quòd eundem omnes spiritum attrahunt, & simili corpori spiritu similiter permixto, similes oriuntur febres. At fortè obiiciat quispiam, cur igitur non omnibus animantibus, sed alicui ipsorum generi eiusmodi morbi contingunt? Quòd (dixerim) corpus à corpore, natura à natura, & alimentum ab alimento differt. Neque enim omni animantium generi eadem sunt commoda aut incommoda, sed alia aliis conueniunt. Quum igitur aër inquinamentis huiusmodi quæ hominum naturæ aduersantur, plenus fuerit, tum homines ægrotãt. Quum verò alteri cuidam animantium generi aër incommodus fuerit, tunc ideò morbo corripitur. Quinam igitur populares sint morbi, & quare, & quomodo, & quibus, & vnde oriantur, dictum. Febrem autem quæ ex prauo victu oritur, tibi deinceps exponam. Est autem eiusmodi praua victus ratio, primùm quidem quum quis copiosiores cibos, aut liquidos, aut siccos corpori exhibeat quàm ipsum ferre possit, neque labore aliquo ciborum copiam compensat; Deinde quum varios & dissimiles inter se cibos immittat. Dissimilia enim seditionem excitant, & alia citiùs, alia tardiùs concoquuntur. Ac cum multis cibis multum etiam spiritum ingeri necesse est. Nam cum omnibus his quæ eduntur aut bibuntur, spiritus aut copiosior, aut paucior subit. Atque id inde manifestum est, quòd eructationes plerisque post assumptos cibos & potus accidunt, nimirum quum inclusus aër recurrat, vbi bullas in quibus latet perfregerit. Quando igitur corpus cibis expletum fuerit, tum spiritus quoque m gna copia accedit,

A ἢν δέ τις ἐπιλάβοι τὰς τοῦ πνεύματος εἰς τὸ σῶμα διεξόδους, ἐν βραχεῖ μέρει ἡμέρης, ἀπόλοιτο ἄν, ὡς μεγίστης χρείης ἐούσης τῷ σώματι τοῦ πνεύματος. ἔτι τοίνυν τὰ μὲν ἄλλα πάντα διαλείπουσιν ἄνθρωποι πρήσσοντες, ὁ γὰρ βίος μεταβολέων πλέως ἐστί. τοῦτο δὲ μοῦνον ἀεὶ διατελέουσιν ἅπαντα τὰ θνητὰ ζῶα πρήσσοντα, τοτὲ μὲν ἐμπνέοντα, τοτὲ δὲ ἐκπνέοντα. ὅτι μὲν οὖν μεγάλη κοινωνίη ἅπασι τοῖσι ζώοισι τοῦ ἠέρος ἐστὶν, εἴρηται. μετὰ τοῦτο τοίνυν, εὐθέως ῥητέον, ὅτι οὐκ ἄλλοθέν ποθεν εἰκός ἐστι γίνεσθαι τὰς ἀρρωστίας μάλιστα, ἢ ἐντεῦθεν· ὅταν τοῦτο, ἢ πλέον, ἢ ἔλασσον, ἢ καὶ ἀθροώτερον, καὶ
B μεμιασμένον νοσηροῖσι μιάσμασιν, ἐς τὸ σῶμα ἐσέλθῃ. περὶ μὲν οὖν ὅλου τοῦ πρήγματος, ἀρκεῖ μοι ταῦτα.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Γ'.

Τὸν ἠέρα αἴτιον εἶναι ἁπασῶν τῶν νούσων, καὶ πυρετῶν· πυρετὸν τῇσι πάσῃσι νούσοισιν ἐφεδρεύειν, καὶ τοῦτον διττὸν, τὸν μὲν κοινὸν, τὸν δὲ ἴδιον· τί ἐστιν ἀμφότερος· τούς ἐρυγμούς τε, καὶ τὰς φρίκας, καὶ τὰ ῥίγεα ἀπὸ τοῦ πνεύματος γίνεσθαι.

ΜΕτὰ δὲ ταῦτα, πρὸς αὐτὰ τὰ ἔργα τῷ λόγῳ πο-
C ρευθεὶς, ἐπιδείξω τὰ νοσήματα τούτου ἀπόγονά τε, καὶ ἔκγονα πάντα ἐόντα. πρῶτον δὲ ἀπὸ τοῦ κοινοτάτου νοσήματος ἄρξομαι πυρετοῦ, τοῦτο γὰρ τὸ νόσημα πᾶσιν ἐφεδρεύει τοῖσιν ἄλλοισιν νουσήμασι, μάλιστα δὲ φλεγμονῇ. δηλοῖ δὲ τὰ γινόμενα προσκόμματα. ἅμα γὰρ τῇ φλεγμονῇ εὐθὺς βουβὼν, καὶ πυρετὸς ἕπεται· ἔστι δὲ διττὰ ἔθνεα πυρετῶν, ὡς ταύτῃ διελθεῖν, ὁ μὲν κοινὸς ἅπασι, καλεόμενος λοιμός· ὁ δὲ διὰ πονηρὴν δίαιταν ἴδιον, τοῖσι πονηρῶς διαιτεομένοισι γινόμενος. ἀμφοτέρων δὲ τουτέων, αἴτιος ὁ ἀήρ. ὁ μὲν οὖν κοινὸς πυρετὸς, διὰ τοῦτο τοιοῦτός ἐστιν, ὅτι
D τὸ πνεῦμα ταὐτὸ πάντες ἕλκουσιν· ὁμοίου δὲ ὁμοίως τοῦ πνεύματος τῷ σώματι μιχθέντος, ὅμοιοι καὶ οἱ πυρετοὶ γίνονται. ἀλλ᾽ ἴσως φήσει τις, διὰ τί οὖν οὐχ ἅπασι τοῖσι ζώοισι, ἀλλ᾽ ἔθνει τινὶ αὐτέων ἐμπεριπίπτουσιν αἱ τοιαῦται νοῦσοι; διότι, φαίην ἂν, διαφέρει σῶμα σώματος, καὶ φύσις φύσιος, καὶ τροφὴ τροφῆς. οὐ γὰρ πᾶσι τοῖσιν ἔθνεσι τῶν ζώων ταῦτα, οὔτ᾽ ἀνάρμοστα, οὔτ᾽ εὐάρμοστά ἐστιν, ἀλλ᾽ ἕτερα ἑτέροισι ξύμφορα. ὁκόταν μὲν οὖν ὁ ἀὴρ τοιουτέοισι πληθῇ μιάσμασιν, ἃ τῇ ἀνθρωπίνῃ φύσει πολέμιά ἐστιν, ἄνθρωποι τότε νοσέουσιν. ὅταν δὲ ἑτέρῳ τινὶ ἔθνει ζώων ὁ ἀὴρ ἀνάρμο-
E στος ᾖ, τὸ νούσημα κεῖνο νοσέουσιν. αἱ μὲν οὖν δημόσιαι οὖσαι τῶν νούσων εἴρηνται· καὶ ὅ,τι, καὶ ὅκως, καὶ οἷσι, καὶ ἀφ᾽ οὗ γίνονται. τὸν δὲ διὰ πονηρίαν διαίτης γινόμενον πυρετὸν, διέξειμί σοι. πονηρὴ δέ ἐστιν ἡ τοιήδε δίαιτα· τοῦτο μὲν οὖν ὅταν τις πλείονας τροφὰς, ἢ ὑγρὰς, ἢ ξηρὰς διδῷ τῷ σώματι, ἢ τὸ σῶμα δύναται φέρειν, καὶ πόνον μηδένα τῷ πλήθει τῶν τροφῶν ἀντιτιθῇ· τοῦτο δὲ ὅταν ποικίλας, καὶ ἀνομοίους ἀλλήλῃσιν ἐσπέμπῃ τροφάς. τὰ γὰρ ἀνόμοια στασιάζει, καὶ τὰ μὲν θᾶσσον, τὰ δὲ σχολαίτερον πέσσεται. μετὰ δὲ πολλῶν σιτίων ἀνάγκη, καὶ πολὺ πνεῦμα εἰσιέναι. μετὰ πάντων
F γὰρ τῶν ἐσθιομένων καὶ πινομένων, εἴσεισι πνεῦμα ἐς τὸ σῶμα, ἢ πλέον, ἢ ἔλασσον. φανερὸν δὲ τοῦτο, τῷδε ἐστιν· ἐρυγμοὶ γὰρ γίνονται μετὰ τὰ σιτία, καὶ τὰ ποτὰ τοῖσι πλείστοισιν, ἀνατρέχει γὰρ ὁ κατακλεισθεὶς ἀὴρ, ὁκόταν ἀναρρήξῃ τὰς πομφόλυγας, ἐν ᾗσι κρύπτεται. ὅτε οὖν τὸ σῶμα σιτίων πληθῇ, καὶ πνεύματος πλησμονὴ ἐπὶ πλεῖον γίνεται,

τῶν σιτίων χρονιζομένων. χρονίζεται δὲ τὰ σιτία, διὰ πλῆθος οὐ δυνάμενα διελθεῖν. ἐμφραχθείσης δὲ τῆς κάτω κοιλίης, εἰς ὅλον τὸ σῶμα διέδραμον αἱ φῦσαι. προσπίπτουσαι δὲ τὰ ἐναιμότατα τοῦ σώματος, ἔψυξαν. τουτέων δὲ τῶν τόπων ψυχθέντων, ὅκου αἱ πηγαὶ καὶ αἱ ῥίζαι τοῦ αἵματός εἰσι, διὰ παντὸς τοῦ σώματος ἡ φρίκη διῆλθεν. ἅπαντος δὲ τοῦ αἵματος ψυχθέντος, ἅπαν τὸ σῶμα φρίσσει. διὰ τοῦτο μὲν οὖν πρὸ τῶν πυρετῶν, αἱ φρίκαι γίνονται. ὅκως δ' ἂν ὁρμήσωσιν αἱ φῦσαι πλήθει καὶ ψυχρότητι, τοιοῦτον γίνεται καὶ ῥῖγος· ἀπὸ μὲν πλειόνων καὶ ψυχροτέρων, ἰσχυρότερον· ἀπὸ δὲ ἐλασσόνων καὶ ἧσσον ψυχρῶν, ἧσσον ἰσχυρόν. ἐν δὲ τῇσι φρίκῃσι καὶ οἱ τρόμοι τοῦ σώματος, κατὰ τόνδε γίνονται τὸν τρόπον. τὸ αἷμα φοβεόμενον τὴν παροῦσαν φρίκην, συντρέχει καὶ διεξάισσει κατὰ παντὸς τοῦ σώματος ἐς τὰ θερμότατα. αὗται μὲν οὖν αἱ ἄλλαι. καθαλλομένου δὲ τοῦ αἵματος ἐκ τῶν ἀκρωτηρίων τοῦ σώματος, τὰ σπλάγχνα τρομέουσι, καὶ αἱ σάρκες. τὰ μὲν γὰρ τοῦ σώματος γίνεται πολύαιμα· τὰ δὲ ἄναιμα. τὰ μὲν οὖν ἄναιμα, διὰ τὴν ψύξιν οὐκ ἀτρεμέουσιν, ἀλλὰ πάλλονται· τὸ γὰρ θερμὸν ἐξ αὐτέων ἐκλέλοιπε. τὰ δὲ πολύαιμα, διὰ τὸ πλῆθος τοῦ αἵματος τρέμουσι, καὶ φλεγμονὰς ἐμποιέει. οὐ γὰρ δύναται πολλὸν γινόμενον ἀτρεμίζειν.

A diutiùs immorantibus cibis qui quidem quum præ multitudine exire nequeant, diutiùs immorantur. Obstructo autem inferiore ventre, in vniuersum corpus flatus percurrunt; & ad sanguine refertas corporis partes illapsi, eas refrigerant. Ac refrigeratis his locis in quibus fontes & radices sanguinis continentur, per vniuersum corpus horror penetrat. Vniuerso autem sanguine perfrigerato, totum corpus horret. Hanc igitur ob causam primùm horrores ante febres oriuntur, & quò maiore copia & frigiditate flatus irruperint, talis quoque rigor consequitur, à pluribus quidem & frigidioribus, vehementior; à paucioribus verò minúsque B frigidis, minùs quoque vehemens. Cum horroribus autem corporis quoque tremores ad hunc modum contingunt. Sanguis enim præsentem horrorem fugiens, per totum corpus perreptat, & ad maximè calidas partes concurrit. Atque hi sunt eius saltus. Desiliente autem ab extremis corporis partibus sanguine, & viscera, & carnes contremiscunt. Aliæ enim corporis partes copioso sanguine refertæ, aliæ exangues existunt. Atque exangues quidem ob frigus minimè conquiescunt, sed concutiuntur, quòd eas calor destituerit. Quæ verò sanguine replentur, ob sanguinis copiam contre- C miscunt, & inflammationes excitant. Neque enim fieri potest vt sanguinis copia conquiescat.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Δ'.

Τίνα τὰ συμπτώματα πρὸ τῶν πυρετῶν γίνονται· χάσμαι καὶ τῶν ἄρθρων διαλύσιες· ἅμα δὲ τῷ πυρετῷ οἱ τῆς κεφαλῆς πόνοι, καὶ ἱδρῶτες, καὶ οἱ ἀμφὶ τοὺς κροτάφους σφυγμοί.

Χασμῶνται δὲ πρὸ τῶν πυρετῶν, ὅτε πολὺς ἢ ὁ ἀὴρ ἀθροισθεὶς, ἀθρόον τε ἄνωθεν διεξιὼν, ἐξεμόχλευσε καὶ διέστησε τὸ στόμα. ταύτῃ γὰρ εὐδιέξοδός ἐστιν. ὡς γὰρ ἀπὸ τῶν λεβήτων ἀτμὸς ἀνέρχεται πολὺς, ἑψομένου τοῦ ὕδατος, οὕτω καὶ σώματος θερμαινομένου, δίεισι διὰ τοῦ στόματος ὁ ἀὴρ ξυνεστραμμένος, καὶ βίῃ φερόμενος. καὶ τά τε ἄρθρα διαλύονται πρὸ τῶν πυρετῶν. χλιαινόμενα γὰρ τὰ νεῦρα διίστανται. ὁκόταν δὲ συναλισθῇ ἀθροισθὲν τὸ πλεῖστον τοῦ αἵματος, διαθερμαίνεται πάλιν ὁ ἀὴρ, ὁ ψύξας τὸ αἷμα, κρατηθεὶς ὑπὸ τῆς θερμότητος, διάπυρος δὲ καὶ μύδρος γενόμενος, ἐν ὅλῳ τῷ σώματι τὴν θερμασίην ἐνειργάσατο· συνεργὸν δὲ αὐτῷ τὸ αἷμά ἐστι. τήκεται γὰρ πυρούμενον, καὶ γίνεται πνεῦμα ἐξ αὐτοῦ· τοῦ δὲ πνεύματος προσπίπτοντος πρὸς τοὺς πόρους τοῦ σώματος, οἱ ἱδρῶτες γίνονται. τὸ δὲ πνεῦμα συνιστάμενον, ἐς ὕδωρ ἔρχεται, καὶ διὰ τῶν πόρων διεξελθὸν, ἔξω περαιοῦται, τὸν αὐτὸν τρόπον, ὅνπερ ἀπὸ τῶν ἑψομένων ὑδάτων ὁ ἀτμὸς ἐπανιὼν, ἢν ἔχῃ στερέωμα πρὸς ὅ, τι χρὴ προσπίπτειν, παχύνεται, καὶ πυκνοῦται, καὶ σταγόνες ἀποπίπτουσιν ἀπὸ τῶν σωμάτων, οἷσιν ἂν ὁ ἀτμὸς προσπίπτῃ. πόνοι δὲ τῆς κεφαλῆς ἅμα τῷ πυρετῷ γίνονται, διὰ τόδε. στενοχωρίη τῇσι διεξόδοισιν ἐν τῇ κεφαλῇ τοῦ αἵματος γίνεται, πεπλήρωνται γὰρ ἠέρος· πλησθεῖσαι δὲ καὶ πρησθεῖσαι, τὸν πόνον ἐμποιέουσιν ἐν τῇ κεφαλῇ. βίᾳ γὰρ τὸ αἷμα βιαζόμενον διὰ στενῆς ὁδοῦ θερμὸν ἐὸν, οὐ δύναται περαιοῦσθαι ταχέως· πολλὰ γὰρ ἐμποδών ἐστιν αὐτῷ κωλύματα, καὶ ἐμφράγματα. διὸ δὴ καὶ οἱ σφυγμοὶ γίνονται ἀμφὶ τοὺς κροτάφους. οἱ μὲν οὖν πυρετοὶ διὰ τοῦτο, ὡς ἔφην, γίνονται, καὶ τὰ μετὰ τῶν πυρετῶν ἀλγήματα καὶ νοσήματα.

CAPVT IV.

Quæ symptomata febres vel præcedunt, oscitationes, articulorum exolutiones; vel comitantur, capitis dolores, sudores, temporum pulsationes.

Oscitationes autem febres præcedunt, quum copiosus aër coaceruatus fuerit, confertimque ad superiora erumpens, tanquam machina- D tione aliqua os diducit, quòd hac ei facillimus exitus pateat. Quemadmodum enim ab aqua in lebetibus ebulliente vapor copiosus euehitur, sic corpore concalefacto aër coaceruatus & vi quadam delatus, per os erumpit. Articuli quoque ante febres exoluuntur. Calefacti enim nerui relaxantur. Coacto autem cumulatim plurimo sanguine, aër ipse qui sanguinem refrigerauit, à calore superatur, rursus incalescit, incensúsque ac velut igneus existens, in toto corpore calorem excitat; ad id etiam subseruiente ipso sanguine. Quod enim incensum est liquatur, ex eóque spi- E ritus oritur, quo ad corporis meatus irrumpente, sudores fiunt. Coactus autem spiritus in aquam abit, & per meatus subiens, ad eundem modum foràs erumpit, quo à feruentibus aquis sublatus vapor, si ad solidum quiddam impingat, incrassescit ac condensatur, guttæque ab his corporibus, in qua vapor impegit, decidunt. Capitis autem dolores vnà cum febre hanc ob causam oriuntur. Sanguinis in capite viis angustia contingit quum aëre replentur; eæque repletæ ac distentæ capiti dolorem afferunt. Sanguis enim vi pulsus quum calidus existat, per angustam F viam transire celeriter nequit, quòd eum multa remorentur quæ impediunt & obstruunt. Eámque sanè ob causam pulsationes circa tempora contingunt. Ad hunc ergo modum, quem dixi, febres contingunt, & cum febribus dolores & morbi.

CAP.

A

CAPVT V.

Voluulos, conuoluulos, tormina aliáque aposterigmata à flatibus oriri, vt & fluxiones & hæmorrhagias pectoris, & rupturas; doloresque à flatibus fotu calido mitigari.

ALiorum autem morborũ quales sunt voluuli, aut intestinorum conuolutiones, aut tormina, aut alij obfirmati & inhærentes morbi, à flatibus causam dependere cuiuis esse manifestũ existimo. B Horum enim omnium spiritus traiectio causa est. Hic enim vbi ad loca tenera, inassueta, nec priùs attracta incubuit, ad instar spiculi infixi carnes subit, & interdum quidem ad præcordia, interdum etiam ad laterum inanitates, quandoque verò ad vtramque partem irrumpit. Eam sanè ob causam etiam foris adhibitis calidis fomentis, dolorem lenire conantur. Rarefacta enim cute per fomenti calorem, spiritus extra corpus peruadit, ac proinde dolorem quies quædam consequitur. Ac fortasse dixerit quispiam. Quomodo ergo fluxus à flatibus contingunt? aut quonam modo sanguinis eruptionum circa pectus causa existunt? Hæc autem istis C de causis fieri me declaraturum existimo. Quum capitis venæ aëre repletæ fuerint, primùm quidem caput vrgentibus flatibus grauatur. Deinde spiritus vnà cum sanguine propter viarũ angustiam intus conuoluitur, quod verò sanguinis est tenuissimum, per venas forâs eliditur. Hoc sanè humidum vbi copiosum coaceruatum fuerit, per alios meatus effluit, quumque confertum ad aliquam corporis partem peruenerit, ibi morbus constituitur. Vbi igitur ad oculos venerit, ij laborant; si ad aures, ibi morbus est; si ad nares, grauedo exoritur; si ad pectus, raucedo appellatur. Pituita namque D acribus humoribus permixta, vbi in loca minimè assueta irruperit, ea exulcerat. Quum verò ad fauces teneras etiam fluxio ingruit, eas exasperat. Spiritus enim per fauces respiratione attractus, ad pectus fertur, ac rursus per eandem viam effertur. At vbi deorsum delata pituita spiritui ascendenti occurrerit, tussis superuenit, & pituita supernè reiicitur. Quibus ita se habentibus, fauces exulcerantur, exasperantur, & incenduntur, calefactæ verò humorem ex capite attrahunt; caput autem rursus à reliquo corpore assumens, iis transmittit. Quum igitur hunc in modum fluxio effluere consueuerit, E meatúsque velut in torrentis alueum excauati fuerint, ad pectus quoque transfundunt. Acris autem existens pituita, & in carnem irrumpens, venas exulcerat & refringit. Sanguis verò in alienum locum effusus, mora computrescens in pus vertitur, neque sursum conscendere, neque infra subire potest. Neque enim naturæ humidæ, vt neque quibusuis aliis rebus quæ in se admixtam grauitatem habent, facilis est sursum via, quum accliuis existat; infra autem subire septum transuersum vetat. Quam sanè ob causam fluxionem interdum citra spiritum perrumpi contingit, & partim sponte qui- F dem, partim verò ob dolores. Ac spontè quidem, quum aër vltrò venas subiens, sanguinis vias coarctat. Cõpressus enim sanguis, sua copia, qua maximè impressionẽ fecerit, venas perrumpit. Vbi verò sanguinis copia effusa fuerit, in his etiã dolores spiritu venas cõplent, (Affectum enim locum spiritũ cõtinere necesse est) aliáq; dictis similia cõtingere.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ε.

Εἰλεοὺς, εἰλήματα, στρόφους, καὶ ἕτερα ἀποστηρίγματα ἀπὸ τῶν φυσῶν γίνεσθαι, ὥσπερ καὶ τὰ ῥεύματα, καὶ τὰς περὶ τὰ στέρνα αἱμορραγίας, καὶ τὰ ῥήγματα, καὶ τοὺς διὰ τὰς φύσας πόνους τοῖσι πυριήμασι μαλθάσσεσθαι.

ΤΩν δὲ ἄλλων ἀῤῥωστημάτων ὁκόσοι μὲν εἰλεοὶ εἰσὶν, ἢ εἰλήματα, ἢ στρόφοι, ἢ ἕτερα ἀποστηρίγματα, φύσας εἶναι αἰτίας, ἅπασιν ἡγεῦμαι φανερὸν εἶναι. πάντων γὰρ τῶν τοιουτέων αἰτίη, τοῦ πνεύματος ἡ διέξοδος. τοῦτο γὰρ ὁκόταν προσπέσῃ πρὸς τόπους ἁπαλοὺς, καὶ ἀήθεας, καὶ ἀθίκτους, ὥσπερ τόξευμα ἐγκείμενον διαδύνον διὰ τῆς σαρκὸς περαιοῦται, ποτὲ μὲν πρὸς τὰ ὑποχόνδρια, ποτὲ δὲ πρὸς τὰς λαπάρας, ποτὲ δὲ ἐς ἀμφότερα. διὸ δὴ καὶ θερμαίνοντες ἔξωθεν πυριήμασι πειρῶνται μαλθάσσειν τὸν πόνον. ἀραιουμένου γὰρ ὑπὸ τῆς θερμασίης τοῦ χρωτὸς τοῦ πυριήματος, διέρχεται τὸ πνεῦμα διὰ τοῦ σώματος, ὥστε παῦλάν τινα γίνεσθαι τοῦ πόνου. ἴσως δὴ ἄν τις εἴποι, πῶς οὖν τὰ ῥεύματα γίνεται διὰ τὰς φύσας; ἢ τίνα τρόπον τῶν αἱμορραγιῶν τῶν περὶ τὰ στέρνα τοῦτο αἴτιόν ἐστιν; οἴομαι δὲ καὶ ταῦτα δηλώσειν, διὰ ταῦτα γινόμενα. ὅταν περὶ τὴν κεφαλὴν αἱ φλέβες γεμισθῶσιν ἠέρος, πρῶτον μὲν ἡ κεφαλὴ βαρύνεται τῶν φυσέων ἐγκειμένων. ἔπειτα συνθλᾶται τὸ πνεῦμα καὶ τὸ αἷμα διὰ τὴν στενότητα τῶν ὁδῶν. τὸ δὲ λεπτότατον τοῦ αἵματος, διὰ τῶν φλεβῶν ἐκθλίβεται. τοῦτο δὴ τὸ ὑγρὸν ὅταν ἀθροισθῇ, ῥεῖ δι᾽ ἄλλων πόρων. ὅκου δ᾽ ἂν ἀθρόον ἀφίκηται τοῦ σώματος, ἐνταῦθα ξυνίσταται ἡ νοῦσος. ἐπὴν μὲν οὖν ἐπὶ τὴν ὄψιν ἔλθῃ, ταύτης ὁ πόνος· ἢν δὲ ἐς τὰς ἀκοὰς, ἐνταῦθ᾽ ἡ νοῦσος· ἢν δὲ ἐς τὰς ῥῖνας, κόρυζα γίνεται· ἢν δὲ ἐς τὰ στέρνα, βράγχος καλέεται. τὸ γὰρ φλέγμα δριμέσι χυμοῖσι μεμιγμένον, ὅποι ἂν προσπέσῃ ἐς ἀήθεας τόπους, ἑλκοῖ. τῇ δὲ φάρυγγι ἁπαλῇ ἐούσῃ καὶ τὸ ῥεῦμα προσπῖπτον, τραχύτητα ἐργάζεται. τὸ γὰρ πνεῦμα τὸ διαπνεόμενον διὰ τοῦ φάρυγγος, ἐς τὰ στέρνα βαδίζει, καὶ πάλιν ἐξέρχεται διὰ τῆς ὁδοῦ ταύτης. ὅταν δὲ ξυμβάλλῃ τῷ πνεύματι τὸ ῥεῦμα κάτωθεν τῷ ἀνιόντι, βὴξ ἐπιγίνεται, καὶ ἀναρριπτέεται ἄνω τὸ φλέγμα. τουτέων δὲ τοιουτέων ἐόντων, ἡ φάρυγξ ἑλκοῦται, καὶ τρηχύνεται, καὶ θερμαίνεται, καὶ ἕλκει τὸ ἐκ τῆς κεφαλῆς ὑγρὸν θερμὴ ἐοῦσα. ἡ δὲ κεφαλὴ πάλιν παρὰ τοῦ ἄλλου σώματος λαμβάνουσα, ταύτῃ δίδωσιν. ὁκόταν γοῦν ἐθισθῇ τὸ ῥεῦμα οὕτως ῥέειν, καὶ χαραδρωθέωσιν οἱ πόροι, διαδίδωσι δὴ καὶ ἐς τὰ στέρνα. δριμὺ δὲ ὂν τὸ φλέγμα προσπῖπτόν τε τῇ σαρκὶ, ἑλκοῖ καὶ ἀναρρήγνυσι τὰς φλέβας. ὁκόταν δὲ ἐκχυθῇ τὸ αἷμα εἰς ἀλλότριον τόπον, χρονιζόμενον καὶ σηπόμενον, γίνεται πῦον, καὶ οὔτε ἄνω δύναται ἀνελθεῖν, οὔτε κάτω ὑπελθεῖν. ἄνω γὰρ οὐκ εὔπορος ἡ πορείη, προσάντης τις οὖσα ὑγρῷ ἐρείσματι καὶ ἑτέρῳ παντὶ βάρος ἔχοντι· κάτω δὲ κωλύει φραγμὸς ὁ τῶν φρενῶν. διότι δήποτε τὸ ῥεῦμα τὸ ἄνευ πνεύματος ἀναρρηγνύμενον, ἀναρρήγνυται τὸ μὲν αὐτόματον, τὸ δὲ διὰ πόνους. αὐτόματον μὲν οὖν, ὅταν αὐτόματος ὁ ἀὴρ εἰσελθὼν εἰς τὰς φλέβας, στενοχωρίην ποιήσῃ τῇσι τοῦ αἵματος διεξόδοισι. τό τε γὰρ πιεζόμενον τὸ αἷμα πολὺ γιγνόμενον, ἀναρρήγνυσι τοὺς πόρους ᾗ ἂν ὡς τὰ μάλιστα βρίσῃ. ὁκόταν δὲ πλῆθος αἱμορραγήσῃ, καὶ τούτοισιν οἱ πόνοι πνεύματος ἐνέπλησαν τὰς φλέβας (ἀνάγκη γὰρ τὸν πονέοντα τόπον κατέχειν τὸ πνεῦμα) τἆλλα τοῖσιν εἰρημένοισιν ὅμοια γίνεται.

 T

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ϛ'.

Διὰ τὰς φύσας τά ῥήγματά τε καὶ τὰ ὕδρωπα, καὶ τὴν ἀποπληξίαν γίνεσθαι.

Τὰ δὲ ῥήγματα γίνεται διὰ τάδε· ὁκόταν ὑπὸ βίης διαστέωσιν αἱ σάρκες ἀπ' ἀλλήλων, ἐς δὲ τὴν διάστασιν ὑποδράμῃ πνεῦμα, τοῦτο τὸν πόνον παρέχει. ἢν δὲ διὰ τῶν σαρκῶν αἱ φῦσαι διεξιοῦσαι τοὺς πόρους τοῦ σώματος ἀραιοὺς ποιήσωσιν· ἕπεται δὲ τῇσι φύσεσιν ὑγρασίη, ἧς τὴν ὁδὸν ὁ ἀὴρ ἀπηργάσατο. διαβρόχου δὲ γινομένου τοῦ σώματος, ὑπεκτήκονται μὲν αἱ σάρκες, οἰδήματα δὲ ἐς τὰς κνήμας καταβαίνει· καὶ λέγεται τὸ τοιοῦτον νόσημα, ὕδρωψ. μέγιστον δὲ σημεῖον, ὅτι φῦσαι τοῦ νοσήματός εἰσιν αἴτιαι, τόδε ἐστίν· ἤδη τινὲς ὀλεθρίως ἔχοντες, ἐκλύθησαν, καὶ ἐκενώθησαν τοῦ ὕδατος. παραυτίκα μὲν οὖν τὸ ἐξιὸν ἐκ τῆς κοιλίης ὕδωρ, πολὺ φαίνεται· χρονιζόμενον δὲ, ἔλασσον γίνεται. διὰ τί δὴ γίνεται, καὶ τοῦτο δῆλον· ὅτι παραυτίκα μὲν τὸ ὕδωρ, ἠέρος πλῆρές ἐστιν, ὁ δὲ ἀὴρ, ὄγκον παρέχεται μέγαν. ἀπιόντος δὲ τοῦ πνεύματος, ὑπολείπεται τὸ ὕδωρ αὐτό· διὸ δὴ φαίνεται μὲν μικρὸν ἐὸν, ἔστι δὲ ἴσον. ἄλλο δὲ αἰτιῶν τόδε σημεῖον. κενωθείσης γὰρ παντελῶς τῆς κοιλίης, οὐ τρεῖς ἡμέραι διέλθωσι, καὶ πάλιν πλήρης γίνεται. τί οὖν ἄρα ἐστὶ τὸ πληρῶσαν, ἀλλ' ἢ τὸ πνεῦμα; τί γὰρ ἂν οὕτως ἄλλο ταχέως ἐξεπλήρωσεν; οὐ γὰρ δή που ποτὸν ἴσως τοσοῦτον ἐσῆλθεν ἐς τὸ σῶμα, καὶ μὴν οὐδὲ σάρκες ὑπάρχουσιν αἴτιαι ἀποτακησόμεναι· λείπεται γὰρ ὀστέα, καὶ νεῦρα, καὶ ἶνες, ἀφ' ὧν οὐδενὸς οὐδεμίη δύναιτ' ἂν αὔξησις ὕδατος γενηθῆναι. τὸ μὲν οὖν αἴτιον τοῦ ὕδρωπος ἤδη εἴρηται. αἱ δὲ ἀποπληξίαι γίνονται καὶ αὗται διὰ τὰς φύσας, ὅταν γὰρ αἱ φῦσαι ψυχραὶ οὖσαι καὶ πολλαὶ διαδύνωσι, καὶ ἐμφυσήσωσιν ἐς τὰς σάρκας, ἀναίσθητα γὰρ ταῦτα γίνεται τοῦ σώματος· ἢν μὲν οὖν πολλαὶ φῦσαι ἐν ὅλῳ τῷ σώματι διατρέχωσιν, ὅλος ὁ ἄνθρωπος ἀπόπληκτος γίνεται· ἢν δὲ ἐν μέρει τινὶ, τοῦτο τὸ μέρος. καὶ ἢν μὲν οὖν ἀπέλθωσιν αὗται, παύεται ἡ νοῦσος· ἢν δὲ παραμένωσι, παραμένει. ὅτι δὲ ταῦτα οὕτως ἔχει χασμῶνται συνεχῶς.

CAPVT VI.

A flatibus rupturas, hydropem, & apoplexiam procreari.

At verò ruptiones has ob causas contingunt; quum vi quadam à se inuicem carnes discedunt ac diuelluntur, & in ipsam discessionem spiritus dolorem inferens subierit. Quòd si flatus per carnes perrumpentes, corporis meatus rarefecerint, eos humiditas consequitur, cui viam aër antea struxit. Corpore autem madore perfuso, carnes quidem colliquescunt, œdemata ad tibias descendunt, & morbus hic hydrops dicitur. Quòd autem huius morbi causa sit flatus id maximum est argumentum, quòd iam perniciosè affecti quidam, aqua euacuata planè sint liberati. Quæ quidem simul atque è ventre erumpit, multa apparet, paulùm autem morata, imminuitur. Cur verò hoc fiat satis manifestum est, quòd quæ quidem subitò erumpit aqua, aëre plena est, aër autem tumorem exhibet ingentem. Quum autem spiritus decesserit, eadem planè aqua relinquitur, quæ sanè quidem pauca apparet, quum tamen æqualis sit. Est & hoc aliud eius rei indicium. Nam venter penitus vacuatus, intra tridui spatium, rursus impletur. Quidnam igitur aliud quàm spiritus impleat? quídve aliud tam citò implere possit? Neque enim tanta potus copia in corpus ingesta est, ac neque carnes quæ colliquescent, in causa esse possunt; quum ossa supersint, & nerui, & fibræ, ex quibus nulla quidem tanta aquæ copia augeri potest. Atque hydropis quidem causa iam dicta est. At verò etiam apoplexiæ ipsæ ex flatibus oriuntur, nimirum quando flatus frigidi & copiosi carnes subierint & inflarint, hæ enim corporis partes stupidæ redduntur. Et siquidem multi flatus totum corpus permeant, totus homo apoplecticus redditur; si verò partem aliquam, pars illa. Atque vbi quidem flatus illi discesserint, morbus cessat, vbi verò permanserint, permanet *& morbus*. Hæc autem ita se habere continuæ oscitationes indicant.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ζ'.

Διὰ τὰς φύσας γίνεσθαι τὴν ἱερὴν νόσον, τά αὐτῆς αἴτια, καὶ συμπτώματα, καὶ διάστασις. τὸ ἐν καθεστηκότι σχήματι αἷμα, ἐς φρόνησιν ξυμβάλλειν· ἐξαλλάσσοντος δὲ αὐτοῦ, μεταπίπτειν καὶ τὸ φρόνημα· καὶ τὴν μέθην τε, καὶ τὰ ἐνύπνια, καὶ τὴν τοῦ σώματος διαστροφὴν ποιέειν.

Δοκεῖ δέ μοι καὶ τὴν ἱερὴν καλεομένην νόσον τοῦτο εἶναι τὸ παρεχόμενον. οἷσι δὲ λόγοισιν ἐμαυτὸν ἔπεισα, τούτοισιν αὐτέοισιν, καὶ τοὺς ἀκούοντας πείσειν πειράσομαι. ἡγέομαι γὰρ ἔμπροσθεν μηδὲν εἶναι μᾶλλον τῶν ἐν τῷ σώματι ξυμβαλλομένων ἐς φρόνησιν ἂν, ἢ τὸ αἷμα. τοῦτο δὲ ὅταν ἐν τῷ καθεστηκότι σχήματι μένῃ, μένει καὶ ἡ φρόνησις· ἐξαλλάσσοντος δὲ τοῦ αἵματος, μεταπίπτει καὶ τὸ φρόνημα. ὅτι δὲ ταῦτα ὧδ' ἔχει, πολλά τὰ μαρτυρέοντα. πρῶτον μὲν ὅπερ ἅπασι ζώοισι κοινόν ἐστιν, ὁ ὕπνος, οὗτος μαρτυρεῖ τοῖσιν εἰρημένοισιν. ὅταν γὰρ ἐπέλθῃ τῷ σώματι ὁ ὕπνος, τότε τὸ αἷμα ψύχεται· φύσει γὰρ πέφυκεν ὁ ὕπνος ψύχειν. ψυχθέντος δὲ τοῦ αἵματος, νωθρότεραι γίνονται αἱ διέξοδοι. δῆλον δέ· ῥέπει γὰρ τὰ σώματα, καὶ βαρύνεται (πάντα γὰρ τὰ βαρέα πέφυκεν ἐς βυθὸν φέρεσθαι) καὶ τὰ

CAPVT VII.

A flatibus morbum sacrum procreari; eius causæ, symptomata, discessio; sanguinem commoderatum prudentiam efficere, perturbatum imprudentiam, ebrietatem, insomnia, corporis subuersionem.

Ac mea quidem opinione, hi etiam morbum sacrum vulgò dictum, producere videntur. Quibus autem rationibus adductus sim, iisdem eos qui audire volent, persuadere conabor. Imprimis autem in animum induco, ex iis quę in corpore insunt, nihil magis ad prudentiam conferre quàm sanguinem. Is namque vbi consistente habitu persistit, prudentia etiam cōstat. Permutato verò sanguine, simul quoque prudentia concidit. Cuius rei multa sunt testimonia. Ac primùm quidē somnus, qui animàtibus omnibus communis est, quæ dicta sunt cōfirmat. Somnus enim vbi corpus corripuerit, tum sanguis refrigeratur; Nam naturâ somnus refrigerare solet. Perfrigerato autem sanguine, tardiores sunt eius pertransitus. Id verò inde fit manifestum, quòd corpora sua grauitate inclinentur (quum grauia omnia ad imum ferri naturâ soleat)

oculi clauduntur, & prudentia permutatur, opiniones etiam alienæ diutiùs immorantur, quæ certè insomnia appellantur. Rursus verò per ebrietatem aucto repentè sanguine, animus prudénsque mens concidit, & malorum instantium obliti, futurorum bonorum optimam spem concipiunt. Multa etiam eiusmodi commemorare possem, in quibus sanguinis permutationes animi prudentiam immutant. Perturbato igitur in totum sanguine, prorsus quoque prudentia deperit. Affectus enim, & recognitiones consuetudines existunt. Quum verò à solita consuetudine discedimus, prudentia nobis tollitur. At sacrum morbum tum censeo, quum spiritu copioso per totum corpus vniuerso sanguini permixto, obstructiones multæ multis modis per venas contingunt. Quum igitur in crassiores & sanguine abundantes venas copiosus aër prorupit, progressúsque immoretur, sanguinis pertransitus prohibetur, atque hîc quidem sistitur, ibi verò tardiùs permeat, alibi autem citiùs. Ex qua per corpus peruadentis sanguinis inæqualitate, variæ inæqualitates contingunt. Totum enim corpus vndique contrahitur, & corporis partes perturbantur, sanguine ipso ad tumultum & conturbationem subministram operam suppeditante, & ex sanguinis peruersione, variæ etiam vndique corporis peruersiones oriuntur. Sub id verò tempus, nihil omninò sentiunt, neque quæ dicuntur audiunt, neque quæ fiunt vident, neque vllos dolores sentiunt. Sic enim conturbatus aër, simul quoque sanguinem conturbauit & infecit. Quinetiam spuma per os non sine causa excurrit. Per iugulares enim venas aër subiens, exit quidem ipse, secúmque id quod in sanguine est tenuissimum subuehit, humidum verò simul permixtum, albescit. Aër enim purus per tenues membranas pellucidus apparet, eámque sanè ob causam spumæ omnes albæ conspiciuntur. Qui igitur hoc morbo corripiuntur, quomodo morbo & præsenti tempestate liberentur, ego enarrabo. Quum laboribus exercitatum corpus incaluerit, incalescit etiam sanguis, sanguis autem calefactus, flatus quoque calefacit. Ij verò calefacti dissoluuntur, & sanguinem coactum simul dissoluunt, partimque cum spiritu, partim cum pituita foràs prodeunt. At vbi deferbuit spuma, & sanguis conquieuit, tranquillitásque in corpore oborta est, morbus cessat. Horum igitur sanè omnium multis modis flatus causæ esse videntur, cætera verò omnia vel adiuuantis, vel consequentis causæ rationem habere. Hæc verò esse morborum causa nobis est demonstrata, quod me declaraturum receperam. Spiritum autem cùm in aliis rebus, tum vel maximè in animantium corporibus plurimùm posse demonstraui. Orationem verò ad morborum & ægritudinum cognitionem perduxi, in quibus hoc argumentum verum esse apparuit. Quod si reliquas ægritudines oratione persequi velim, prolixior sanè foret oratio, nihilo tamen minus aut veritatis aut fidei habitura.

A ὄμματα κλείεται, καὶ ἡ φρόνησις ἀλλοιοῦται· δόξαι δέ τινες ἕτεραι ἐνδιατρίβουσιν, ἃ δὴ ἐνύπνια καλέονται. πάλιν ἐν τῇσι μέθῃσι, πλέονος ἐξαίφνης γινομένου τοῦ αἵματος, μεταπίπτουσιν αἱ ψυχαὶ, καὶ τὰ ἐν τῇσι ψυχῇσι φρονήματα, καὶ γίνονται τῶν μὲν ὄντων κακῶν ἐπιλήσμονες, τῶν δὲ μελλόντων εὐέλπιδες ἀγαθῶν. ἔχοιμι δ' ἂν πολλὰ τοιαῦτα εἰπεῖν, ἐν οἷς αἱ τοῦ αἵματος ἐξαλλαγαὶ, τὴν φρόνησιν ἐξαλλάσσουσιν. ἢν μὲν οὖν παντελῶς ἅπαν ἀνατάραχθῇ τὸ αἷμα, παντελῶς ἡ φρόνησις ἐξαπόλλυται. τὰ γὰρ παθήματα, καὶ τὰ ἀναγνωρίσματα, ἐθίσματά ἐστιν. ὅταν δὲ τοῦ
B εἰωθότος ἔθεος μεταστέωμεν, ἀπαιρέεται ἡμῖν ἡ φρόνησις. φημὶ δὲ τὴν ἱερὴν νοῦσον ὧδε γίνεσθαι· ὅταν πολὺ πνεῦμα κατὰ πᾶν τὸ σῶμα πάντῃ τῷ αἵματι μιχθῇ, πολλὰ ἐμφράγματα γίνονται πολλαχῆ ἀνὰ τὰς φλέβας. ἐπειδὰν οὖν ἐς τὰς παχείας, καὶ πολυαίμους τῶν φλεβῶν πολὺς ἀὴρ βρίσῃ, βρίσας δὲ μένῃ, κωλύεται τὸ αἷμα διεξιέναι. τῇ μὲν οὖν ἔστηκε, τῇ δὲ νωθρῶς διεξέρχεται, τῇ δὲ θᾶσσον. ἀνομοίης δὲ τῆς πορείης τοῦ αἵματος, διὰ τοῦ σώματος γινομένης, παντοῖαι ἀνομοιότητες. πᾶν γὰρ τὸ σῶμα πανταχόθεν ἕλκεται, καὶ τετάρακται τὰ μέρη τοῦ σώματος, ὑπηρετοῦντος τῷ θορύβῳ, καὶ ταράχῳ τοῦ αἵματος. ὑπὸ δὲ τῆς διαστροφῆς
C τοῦ αἵματος, αἱ διαστροφαὶ τοῦ σώματος παντοίως γίνονται. κατὰ δὲ τοῦτον τὸν καιρὸν, ἀναίσθητοι πάντων εἰσὶ, κωφοί τε τῶν λεγομένων, καὶ τυφλοὶ τῶν γινομένων, ἀνάλγητοί τε πρὸς τοὺς πόνους. οὕτω γὰρ ὁ ἀὴρ ταραχθεὶς, ἀνετάραξε καὶ τὸ αἷμα, καὶ ἐμίηνε. καὶ ἀφροὶ διὰ τοῦ στόματος ἀνατρέχουσιν εἰκότως. διὰ γὰρ τῶν σφαγιτίδων φλεβῶν διαδύνων ὁ ἀὴρ, ἔρχεται μὲν αὐτὸς· ἀνάγει δὲ μεθ' ἑωυτοῦ τὸ λεπτότατον τοῦ αἵματος. τὸ δὲ ὑγρὸν τὸ περιμισγόμενον, λευκοῦται. διὰ λεπτῶν γὰρ ὑμένων καθαρὸς ἐὼν ὁ ἀὴρ διαφαίνεται· διὸ δὴ λευκοὶ φαίνονται πάντες οἱ ἀφροί. πότε
D μὲν οὖν παύονται τῆς νόσου, καὶ τοῦ παρεόντος χειμῶνος, οἱ ὑπὸ τοῦ νοσήματος ἁλισκόμενοι, ἐγὼ φράσω. ὁκόταν γυμνασθὲν ὑπὸ τῶν πόνων τὸ σῶμα θερμανθῇ, θερμαίνεται καὶ τὸ αἷμα· τὸ δὲ αἷμα θερμανθὲν, ἐξεθέρμανε τὰς φύσας. αὗται δὲ θερμανθεῖσαι, διαλύονται, καὶ διαλύουσι τὴν ξύστασιν τοῦ αἵματος· αἱ μὲν οὖν ἐξέλθουσαι μετὰ τοῦ πνεύματος, αἱ δὲ μετὰ τοῦ φλέγματος. ἀποζέσαντος δὲ τοῦ ἀφροῦ, καὶ καταστάντος τοῦ αἵματος, καὶ γαλήνης ἐν τῷ σώματι γινομένης, πέπαυται τὸ νόσημα. φαίνονται οὖν αἱ φῦσαι
E διὰ πάντων τούτων, πολυπρηγμονέστεραι αἰτίαι οὖσαι· τὰ δ' ἄλλα πάντα, συναίτια καὶ μεταίτια. τὸ δὲ αἴτιον τῶν νούσων ἐὸν, τοῦτο ἐπιδέδεικταί μοι, ὑπεσχόμην δὲ τὸ αἴτιον τῶν νοσημάτων φράσαι. ἐπέδειξα δὲ τὸ πνεῦμα, καὶ ἐν τοῖσιν ἄλλοισι πρήγμασι δυναστεῦον, καὶ ἐν τοῖσι σώμασι τῶν ζώων. ἤγαγον δὲ τὸν λόγον ἐπὶ τὸ γνώρισμα, καὶ τῶν νοσημάτων, καὶ τῶν ἀρρωστημάτων, ἐν οἷσιν ἀληθὴς ἡ ὑπόθεσις ἐφάνη. ἀμφὶ δὲ τῶν ἀρρωστημάτων εἰ λέγοιμι, μακρότερος μὲν ὁ λόγος γένοιτο ἂν, ἀτρεκέστερος δὲ οὐδὲν ἧττον, οὐδὲ πιστότερος.



ΓΑΛΗΝΟΥ ΕΙΣ ΤΟ ΠΕΡΙ ΔΙΑΙΤΗΣ ΥΓΙΕΙΝΗΣ ΤΩΝ ΙΔΙΩΤΩΝ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ, Η ΠΟΛΥΒΟΥ, ὑπόμνημα.

GALENI IN HIPPOCRATIS VEL POLYBI OPVS DE SALVBRI VICTVS RATIONE PRIVATORVM COMMENTARIVS.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΤΩΝ ΕΝ ΤΩι ΒΙΒΛΙΩι.

Τὴν τοῖσιν ἰδιώτῃσιν δίαιταν καθίστασθαι κατὰ τὸ τῆς ὥρας τε, καὶ τῆς ἕξιος, καὶ ἡλικίας, καὶ διαθέσεων, καὶ γένεος, καὶ ἔθος λόγον.

ARGVMENTVM LIBRI.

Rationem victus iis, qui sibi viuunt, instituit, pro temporis, habitus, ætatis, affectuum, sexus, & consuetudinis ratione,

ΠΡΟΟΙΜΙΟΝ ΓΑΛΗΝΟΥ.

Τὸ ὅ,τι τοῦτο βιβλίον ᾖ, καὶ οὗτινος, καὶ τί διδάσκῃ, δείκνυται.



N τοῦτό ἐστι βιβλίον ἰδίαν ἐπαγγελίαν A ἔχον, ὥσπερ τὸ πρῶτον μέρος ὅλου τοῦ προκειμένου βιβλίου, καθ' ὃ περὶ φύσιος ἀνθρώπου διαλέγεται. συντετέλεσται γὰρ ἐν ἐκείνῳ τὸ ἐπαγγελθὲν, οὐδεμιᾶς ἔτι προφάσεως δεόμενον. ἐν τούτῳ δὲ πάλιν ἃ προὔθετο, διδάσκει δι' ὅλου τοῦ βιβλίου, καὶ διὰ τοῦτο τῶν μεταξὺ τῶν δύο βιβλίων τούτων ἐξαιρεθέντων, προσηκούσης ἐπιγραφῆς ἰδίας ἔτυχε τὸ σύμπαν, ἣν ἐπέγραψάν τινες αὐτῷ, περὶ φύσιος ἀνθρώπου, καὶ διαίτης. B ὥσπερ δὲ ἄμεμπτον μέν ἐστι πάντη τὸ περὶ φύσιος ἀνθρώπου, μεμπτὰ δὲ πάντη τὰ παρεγγεγραμμένα μεταξὺ τῶν δύο βιβλίων, οὕτω τὸ περὶ διαίτης ὑγιεινῆς, ἐν τοῖς πλείστοις μὲν ἄμεμπτόν ἐστιν, ἐχόμενον ἀεὶ τῆς Ἱπποκράτους στοιχειώσεως. ἐν τισὶ δ' ἄν τις αὐτῷ μέμψαιτο παντελῶς ὀλίγοις, ὑποκείσθω δ' εἶναι Πολύβου, καθότι πολλοῖς ἔδοξε.

PRÆFATIO GALENI.

Quæ, quis hic liber sit, & cuius, & quid edoceat indicat.



NVS hic liber est peculiari inscriptus titulo, quemadmodum prima totius superioris libri pars, qua de hominis natura disserit. Nam absolutum in illo est quod titulus enunciauit, nullam adhuc orationem desiderans. In hoc autem rursus, quæ proposuerat, toto commentario perdocet. Quamobrem iis quæ duobus his libris interiacent, sublatis, commodam inscriptionem peculiarem totum opus sortitur; quam nonnulli de natura humana & victus ratione indiderunt. At vt nullum planè vitium habet libellus de natura humana, vitiosa autem omnia quæ duobus libris interposita sunt; ita *commentarius* hic de victus ratione salubri, in plurimis culpa ac vitio caret, Hippocratis institutionem de elementis semper repræsentans. In quibusdam verò, iisque paucissimis, criminari aliquis possit librum. Porrò statuamus esse Polybi, sicut plerisque visum est.

Salubrem diætam solis priuatis hîc præscribi; quid sint idiotæ.

A

Δίαιταν τὴν ὑγιεινὴν τοῖσι μόνοισιν ἰδιώτησιν ἐνταῦθα καθίστασθαι· τί εἰσιν οἱ ἰδιῶται.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 1.

IDiotas hac viuendi ratione vti oportet.

COMMENTARIVS GALENI.

QVosnam idiotas nominet, commentarij interpretes omiserunt, iis quæ mihi videre contigit exemplariis; imò neque ego quum opus præceptores mihi prælegerent, inquirere vnquam cogitaui. Nunc verò quod huius explicationem scribere mihi proposuerim, malè præceptores nostros & expositores existimaui prætermisisse coniiciendum considerandúmque quos idiotas vocitet. Liquet enim deinceps conscriptam victus rationem non vniuersis hominibus, verùm solis priuatis Polybum consuluisse. Atqui si priuatis duntaxat præcepta conscripsit, minus rectè interpretes citra distinctionem inaudierunt, quasi omnibus communiter illa tradiderit. Nam inuenimus apud Græcos non simpliciter, sed relatione ad aliquid, idiotas, siue priuatos appellari. Nam alium huius artis idiotam, alium illius vitæ studij nominant; interdum à populi aut ciuitatis gubernatoribus, aut certè publico aliquo munere fungentibus, distinguentes illos qui velut propria curant, idiotas nuncuparunt. Consideranti iam mihi, quos ex his Polybus nunc idiotas vocet, athletas palàm ab aliis hominibus seiungere videbatur; quoniam illi nullam victus rationem in pane & carnium esu præfinitam habent; quemadmodum nec iis qui militiam sequuntur, vel iter faciunt, vel etiam pugnant, cibariorum delectus præscribi potest quæ offerenda aut non offerenda sunt, quippe necessitas cogit assumere, quorum quisque copiam habuerit. Forsan etiam quomodocunque festinam profectionem subeuntibus, aut omninò in ciuilib. negotiis, aut circũforanea vita, aut calamitosa) peristaticam appellant) versantibus, certus viuendi modus, vt Polybus iubet, nullus potest institui. Solis igitur priuata administrantibus, res suas agẽtibus dictis, ratio victus quam explicabo conuenit.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. α΄.

ΤΟὺς ἰδιώτας ὧδε χρὴ διαιτᾶσθαι.

ΥΠΟΜΝΗΜΑ ΓΑΛΗΝΟΥ.

ΤΙνας δὲ ἰδιώτας λέγει, παραλελοίπασιν οἱ ἐξηγησάμενοι τὸ βιβλίον, οἷς γε δὴ περιέτυχον ὑπομνήμασιν. οὐ μὴν οὐδὲ ἐπεζήτησα ποτε, κατὰ τὴν παρὰ τοῖς διδασκάλοις

B

ἀνάγνωσιν τοῦ βιβλίου. νυνὶ δὲ γράφειν ἐξήγησιν αὐτοῦ προθέμενος, ἐπενόησα κακῶς παραλελεῖφθαι τοῖς τε διδασκάλοις ἡμῶν, καὶ τοῖς ἐξηγηταῖς ἐπισκέψασθαι τίνας ἰδιώτας λέγει. δῆλον γὰρ δή, ὅτι τὴν ἐφεξῆς γεγραμμένην δίαιταν οὐ πᾶσι τοῖς ἀνθρώποις, ἀλλὰ μόνοις τοῖς ἰδιώταις συνεβούλευσεν ὁ Πόλυβος. καὶ μὴν εἰ μόνοις τοῖς ἰδιώταις ὑποθήκας ἔγραψεν, οὐκ ὀρθῶς οἱ ἐξηγησάμενοι τὸ βιβλίον ἀδιορίστως ἤκουσαν, ὡς κοινῇ πᾶσι τοῖς ἀνθρώποις εἰρημένων αὐτῶν. εὑρίσκομεν γὰρ δὴ παρὰ τοῖς Ἕλλησιν ἰδιώτας ὀνομαζομένους, οὐχ ἁπλῶς, ἀλλ᾽ ἐν τῷ πρός τι. τὸν μὲν γάρ τινα

C

λέγουσιν ἰδιώτην εἶναι τῆσδε τῆς τέχνης, τὸν δέ τινα, τοῦδε τοῦ ἐπιτηδεύματος. ἐνίοτε δὲ πρὸς τοὺς ἔθνος, ἢ πόλιν διοικοῦντας, ἢ ὅλως πράττοντάς τι δημόσιον, ἀντιδιαιρούμενοι, τοὺς τὰ ἴδια πραγματεύοντας, ὠνόμασαν ἰδιώτας. ἐπισκεπτομένῳ δή μοι τίνας τούτων νῦν ὁ Πόλυβος ἰδιώτας εἴρηκε, τοὺς μὲν ἀθλητάς, ἄντικρυς ἐδόκει τῶν ἄλλων ἀνθρώπων ἀποκρίνειν, ἐπειδὴ μίαν ἔχουσιν ἐκεῖνοι δίαιταν ὡρισμένην ἐν ἄρτῳ καὶ κρεῶν ἐδωδῇ. τούτων δ᾽ ἑξῆς ὅσοι πολεμοῦσιν, ἢ ὁδοιποροῦσιν, ἢ καὶ μάχονται. καὶ γὰρ τούτοις, οὐκ ἐγχωρεῖ διακρίνειν ἃ χρὴ προσφέρεσθαι, καὶ μὴ προσφέρεσθαι σιτία. χρῆσθαι

D

γὰρ ἀναγκαῖον αὐτοῖς, οἷς ἂν εὐπορήσωσιν ἕκαστος· τάχα δὲ καὶ τοὺς ὁπωσοῦν ἐσπευσμέναις ὁδοιπορείαις χρωμένους, ἀδύνατόν ἐστιν, ὡς ὁ Πόλυβος κελεύει διαιτᾶσθαι, καὶ ὅλως τοὺς ἐν ἀσχολίαις πολιτικαῖς ὄντας, ἢ τῷ καλουμένῳ περιστατικῷ βίῳ. μόνοις οὖν τοῖς τὰ ἴδια πράττουσιν, οὓς ὀνομάζουσιν ἰδιοπραγμοῦντας, ἡ ῥηθησομένη δίαιτα γέγραπται.

De hyemali victus ratione.

TEXTVS HIPPOCRATIS 2.

HYeme quidem edere quamplurimùm, quàm minimum verò bibere, sed potum esse decet vinum quàm meracißimum, cibos verò panem, obsonia, assa omnia. Oleribus autem quàm paucißimis hac tempestate vtendum. Sic enim potißimùm corpus tum calidum, tum siccum fuerit.

COMMENTARIVS GALENI.

TOtius victus summam præfatus, rectè nimirum fecit, qui in sermonis fine ascripserit quamobrem vnumquodque dictorum instituat. Etenim calefaciendum corpus, siccãdúmque propter immoderatum tempestatis huius temperamẽtum autumat. Quod si commoderatum, sicut veris, esset, victus modum quoque commoderatum fieri iussisset. Commoderatè namque disposita conseruare conuenit; quæ immoderatè, commutare.

Περὶ τῆς χειμερινῆς διαίτης.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. β΄.

E

ΤΟῦ μὲν χειμῶνος ἐσθίειν, ὡς πλεῖστα, πίνειν δέ, ὡς ἐλάχιστα. εἶναι δὲ χρὴ τὸ πόμα, οἶνον ὡς ἀκρητέστατον· τὰ δὲ σιτία, ἄρτον, καὶ τὰ ὄψα, ὀπτὰ πάντα. λαχάνοισι δέ, ὡς ἐλαχίστοισι χρέεσθαι ταύτην τὴν ὥρην. οὕτω γὰρ ἂν μάλιστα τὸ σῶμα θερμόν τε, εἴη καὶ ξηρόν.

ΥΠΟΜΝΗΜΑ ΓΑΛΗΝΟΥ.

ΤΟ κεφάλαιον εἰπὼν τῆς ὅλης διαίτης, ὀρθῶς ἐποίησε προσγράψας ἐπὶ τῇ τελευτῇ τῆς ῥήσεως, διὰ τί τῶν

F

εἰρημένων ἕκαστον αἱρεῖται. θερμαίνειν μὲν γὰρ ἀξιοῖ τὸ σῶμα, καὶ ξηραίνειν, διὰ τὴν ἀμετρίαν τῆς κατὰ τὴν ὥραν κράσεως. ὡς εἴ γε ἦν σύμμετρον, ὡς κατὰ τὸ ἔαρ ἐστί, σύμμετρον ἂν ἐκέλευσε, καὶ τὴν δίαιταν ποιεῖσθαι. φυλάττειν μὲν γὰρ προσήκει τὰ συμμέτρως διακείμενα, μεταβάλλειν δὲ τὰ ἀμέτρως.

μεταβολὴ δὲ οὐκ ἄλλως ἄν, ἢ ἐκ τῶν ἐναντίων ἀμετρίων γένοιτο. A τὸ μὲν γὰρ ἀμετρότερον, ἢ τεθερμασμένον, ἢ θερμαινόμενον σῶμα, ψύχειν προσήκει. τὸ δὲ ἐψυγμένον, ἢ ψυχόμενον, θερμαίνειν. ὡσαύτως δὲ κἀπὶ καὶ κατὰ τὸ ὑγρόν τε καὶ ξηρὸν ἀμετρίας, διὰ τῆς τῶν ἐναντίων προσφορᾶς, τὰς νοσαζούσας ὑπερβολὰς καθαιρεῖν χρή, τὴν ἐναντίαν ἀμετρίαν προσφέροντας, τοσοῦτον ἀπέχουσαν τοῦ μέσου τε καὶ συμμέτρου, ὅσον ἀφέστηκεν ἡ νοσάζουσα. κατὰ τοῦτο γοῦν ἐν τῷ χειμῶνι ψυχρῷ, καὶ ὑγρῷ τὴν κρᾶσιν ὄντι, συμφέρει ἐσθίειν μὲν ὡς πλεῖστα, πίνειν δὲ ὡς ἐλάχιστα. πλεῖστα δὴ ἀκουστέον, οὐχ ὡς πρὸς τὴν δύναμιν, ἀλλ᾽ ὡς πρὸς τὰς ἄλλας ὥρας. ὡσαύ- B τως δὲ καὶ πίνειν, ὡς ἐλάχιστα, πρὸς τὰς ἄλλας ὥρας ἀναφέροντα τὴν παραβολήν. ὁμοίως δὲ εἴρηται καὶ τὸ τὸν οἶνον ἀκρατέστατον εἶναι δεῖν, ὡς πρὸς τὴν ἐν ταῖς ἄλλαις ὥραις κρᾶσιν αὐτοῦ. τῷ μέντοι πρὸς τὴν δύναμιν μέτρῳ, καὶ τῷ πρὸς τὴν ἐνεστῶσαν ὠφέλειαν προσέχων τὸν νοῦν, ἀεὶ τὸ σύμμετρον οἴνου τε καὶ σιτίου δώσεις, ὥσπερ γε καὶ ὕπνου, καὶ γυμνασίων, καὶ πάντων ἁπλῶς τῶν καλουμένων ὑπὸ τῶν ἰατρῶν ἐπιτηδευμάτων. ὅτι δὴ οἶνος ὁ ἀκρατέστερος, καὶ ὅτι τὰ ὀπτὰ κρέα θερμαίνει καὶ ξηραίνει, παραβαλλόμενα μάζῃ τε καὶ λαχάνοις, οὐδεὶς ἀγνοεῖ. παραπλησίως δέ, καὶ ὁ ἄρτος, εἰ παραβάλλοιτο C μάζῃ, θερμαίνειν τε καὶ ξηραίνειν λεχθήσεται. ταῦτα οὖν ὡς παραδείγματα νομιστέον εἰρῆσθαι τἀνδρί. σὺ δὲ καὶ τῶν ὀσπρίων ἐπιλέξῃ τὰ θερμαίνοντα καὶ ξηραίνοντα, καθάπερ τὴν φακῆν. ἀλλὰ καὶ τῶν λαχάνων, ὅσα ταύτην ἔχει τὴν δύναμιν, ὥσπερ ἡ κράμβη. καὶ τῶν κρεῶν ὡσαύτως, οἷα τὰ τῶν ἀγρίων ζώων ἐστί, καὶ τὰ ταριχευθέντα. ταῦτα δὲ λέλεκται κἀμοὶ πάντα παραδείγματος ἕνεκεν. ἡ δὲ σύμπασα κατὰ μέρος ὕλη τῶν τροφῶν, ἐν τρισὶν ὑπομνήμασι σύγκειται, τὴν δὲ ἐπιγραφὴν ἔχουσα, περὶ τῶν ἐν ταῖς τροφαῖς δυνάμεων. ὥσπερ οὖν ταῦτα καλῶς εἴρηται περὶ τῆς κατὰ τὰς ποιότητας αἱρέσεώς τε καὶ φυγῆς D σιτίων, οὕτω καὶ τὰ περὶ τῆς τῶν σιτίων ποσότητος. ἐσθίειν γὰρ ὡς πρὸς τὰς ἄλλας ὥρας πλεῖστα συγχωρητέον ἐν χειμῶνι, μεμαθηκότας ἐν ἀφορισμοῖς ὀρθῶς εἰρῆσθαι. θέρεος καὶ φθινοπώρου σιτία δυσφορώτατα φέρουσι, χειμῶνος ῥᾷστα, ἦρος δεύτερον. εἰ δέ, καὶ διὰ τί γίνεται ταῦτα μαθεῖν ἐθέλοι τις, ἐδίδαξε καὶ τοῦτο κατὰ τοὺς ἀφορισμοὺς εἰπών. αἱ κοιλίαι χειμῶνος, καὶ ἦρος θερμόταται φύσει, διότι τὸ περιέχον ψυχρὸν ὄν, ἐναποστέγει στεγανοῦν, καὶ κατακλείει τὸ ἔμφυτον θερμὸν ἐν τῷ βάθει τοῦ σώματος. ἐν δὲ τῷ θέρει, διαφορεῖται μὲν τοῦτο διὰ τῆς διαπνοῆς. διὰ τῆς ἀναπνοῆς δὲ ἕλκεται τὸ περιέχον E θερμόν. ὀνομάζω δὲ ἀναπνοὴν μέν, τὴν διὰ τοῦ στόματος ἔξω τε καὶ εἴσω φορὰν τοῦ πνεύματος, διαπνοὴν δέ, τὴν δι᾽ ὅλου τοῦ σώματος ὁμοίως γιγνομένην.

Sed mutatio haud aliter quàm ex contrariis ametriis fieri potest. Nam quod corpus immoderatiùs vel calefactum est, vel incalescit, refrigerari desiderat; quòd verò refrigeratum est aut refrigeratur, calefieri. Eadē ratione in humidi siccique ametria contrariis adhibitis morbosas exuperantias euertere oportet; contrariam immoderationem offerendo, à medio temperatóque tantum recedentem, quantum morbosa inde recessit. Quocirca per hyemem frigidam humidámque temperamento, quamplurimum quidem edere, quam paucissimum verò bibere conducit. Verùm, hoc quamplurimum, non ceu ad facultatem, sed tanquam ad alias anni tempestates referendum. Sic quàm parcissime bibere, relata ad alia tempora comparatione protulit. Similiter verò dictum est, vinum meracissimum esse oportere, putà ipsius temperamenti collatione ad alias anni partes facta. Attamen si huic modo ad facultatem præsensque commodum relato animum adhibueris, vinum semper ac cibum commoderatum dabis; quemadmodum somnum, gymnasia, absolutè omnia quæ à medicis exercitia vocantur, moderata concedes. At quòd vinum meracius, ac carnes assæ calefaciant, siccéntque, si cum maza, & oleribus conferas, nemo est qui ignoret. Pari modo panem, si mazæ comparetur, calefacere dices, & exiccare. Hæc itaque omnia tanquam exempla ab authore dicta putandum est. Tu verò legumina deliges quæ calefaciunt & exiccant, vt lenticulam. Quin & olerum quædam hac virtute prædita, vti Brassicam. Ad hæc carnes cuiusmodi sunt animantium agrestium, & sale conditæ. Sed hæc omnia ego etiam exempli gratia produxi. Cæterùm vniuersa alimentorum materia tribus nostris commentariis sigillatim tractata est, hunc titulum continentibus, De Alimentorum facultatibus. Quæ vt pulchrè de cibis deligendis ac vitandis secundum qualitates prodita, sic de ciborum quantitate nihil hic prætermissum est. Edere namque plurimùm, vt ad alias anni partes, per hyemem concedendum; haud ignaris probè in aphorismis esse dictum; *Æstate & autumno cibos difficillimè ferunt; per hyemem facillimè, mox Vere.* Quòd si quis iam condiscere cupiat, quare hæc fiant, docuit & hoc Hippocrates in aphorismis quum dicit; *Ventres hyeme & Vere natura calidissimi*, quoniam aër nos ambiens frigidus, constringendo cutem, insitum calorem exire prohibet & in alto corpore concludit; qui æstate perspiratu euaporat, respiratione verò circonstans calidus aër attrahitur. Nominamus autem respirationem foràs ac intrò spiritus per os tralationem; Perspirationem verò, quæ per totum ex æquo corpus accidit.

Περὶ τῆς ἐαρινῆς τε, καὶ τῆς θερινῆς διαίτης.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. γʹ.

Ὁκόταν δὲ τὸ ἔαρ ἐπιλαμβάνῃ, τό τε πόμα χρὴ πλέον πίνειν οἶνον, καὶ ὑδαρέστερον, καὶ κατ᾽ ὀλίγον, καὶ τοῖσι σιτίοισι μαλθακωτέροισι χρέεσθαι, καὶ E ἐλάσσοσι· καὶ τὸν ἄρτον ἀφαιρέοντα, μάζαν προστιθέναι· καὶ τὰ ὄψα κατὰ τὸν αὐτὸν λόγον ἀφαιρέειν, ἔκ τε τῶν ὀπτῶν πάντα ἑφθὰ ποιέεσθαι, καὶ λαχάνοισιν ἤδη χρέεσθαι τοῦ ἦρος ὀλίγοισιν, ἕως ἐς τὴν θερείην καταστήσεται ὁ ἄνθρωπος· τοῖσί τε σιτίοισι πᾶσι μαλακωτέροισι χρεόμενος, καὶ

De verna ac æstiua diæta.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 3.

At quum ver accedit, tunc copiosius, & dilutius, paulatimque vinum bibendum est; cibisque mollioribus & paucioribus vtendum; panis subtrahendus, & maza offerenda; eadémque ratione opsonia detrahenda, & pro assis elixa omnia paranda. Oleribus etiam paucis vere vtendum, donec ad æstatem homo deueniat; tum molliores omnes cibos, tum

opsonia

opsonia cocta sumendo, & olera cocta & cruda; similiterque potus plurimos, & quam dilutissimos, idque sensim, vt ne magna mutatio derepente vtenti contingat.

COMMENTARIVS GALENI.

VEre (inquit) copiosius & dilutius bibendum est, non plurimum, neque dilutissimum. Nam plurimum, ac dilutissimum æstate bibere præcipit, vt quæ contrarium hyemi temperamentum obtinet. Ver autem, vt in summorum medio temperamentum habet, ita quoque mediam victus rationem requirit, frigidiorem sanè & humidiorem, vt ad hyemem: calidiorem & sicciorem tanquam ad æstatem. Ex his igitur liquet, quomodo æstatis & autumni victus ab eo præscriptus inaudiri debeat. Quare id mihi præterire visum est. Illis qui sæpius commentarium relegunt, mentémque diligenter adhibent, omnia manifestò dicta comperio, vt nullam hactenus deducta series interpretationem desideret.

De diæta æstiua ac autumnali.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 4.

AEstate autẽ tum molli maza, tum potu copioso & diluto, opsoniisque omnibus elixis nutriri oportet, iisque ita vtendum dum æstas fuerit, quò corpus molle sit & frigidum. Siquidem hæc tempestas calida est & sicca, & corpora æstuosa & squalida reddit. Hac igitur instituta victus ratione iis succurrendum est. Eadem verò ratione quemadmodum ex hyeme ad ver, sic etiam ex vere ad æstatẽ deueniendum, cibos quidẽ demendo, potum verò augendo, ad eúmque modum contraria adhibendo, ex æstate ad hyemem perueniendum. In autumno contrà, cibi quidẽ maiore copia, & sicciores exhibendi, & opsonia ad eundem modum: potus etiam pauciores & meraciores, vt homo commodam degat hyemem, & potibus vtatur meracioribus, & paucis, cibísque quamplurimis & siccissimis. Ita enim cùm vel maximè valebit, tũ minimè frigus sentiet, quũ hæc anni tẽpestas admodum sit frigida & humida.

COMMENTARIVS GALENI.

PRæsens institutio clara est, nec interprete opus habet, (quum Polybus manifesta omnibus reddiderit) neque obscuræ cuiusdam methodi inuestigatore. Verùm vt verba iacent, ita quoque per se satis innotescunt.

Victus carnosis, mollioribus, ac humidis idoneus.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 5.

COrporibus verò carnosis, mollioribus, rubris confert sanè maiorem anni partem sicciore victus ratione vti, humida namque eorum corporum natura est.

A τοῖσιν ὄψοισιν ἑφθοῖσιν, καὶ λαχάνοισιν ὠμοῖσι καὶ ἑφθοῖσι, ὡσαύτως καὶ τοῖσι πόμασιν, ὡς ὑδαρεστάτοισι, καὶ πλείστοισι, καὶ ὅκως μὴ μεγάλη ἡ μεταβολὴ ἔσται κατὰ μικρὸν, μὴ ἐξαπίνης χρεομένῳ.

ΥΠΟΜΝΗΜΑ ΓΑΛΗΝΟΥ.

ΠΛέον εἶπε, καὶ ὑδαρέστερον, οὐ πλεῖστον, οὐδὲ ὑδαρέστατον ἐν τῷ ἦρι τὸ πόμα προσφέρεσθαι. τὸ γὰρ πλεῖστον, καὶ ὑδαρέστατον ἐν τῷ θέρει κελεύει πίνειν, ὡς ἐναντίαν ἔχοντι τὴν κρᾶσιν, ἧς ὁ χειμὼν ἔχει. τὸ δὲ ἔαρ, ὥσπερ ἐν τῷ μεταξὺ τῶν ἄκρων ἔχει τὴν κρᾶσιν, οὕτω καὶ τῆς διαίτης μέσης δεῖται, ψυχροτέρας μὲν καὶ ὑγροτέρας, ὡς πρὸς τὸν χειμῶνα, θερμοτέρας δὲ καὶ ξηροτέρας, ὡς πρὸς τὸ θέρος. ἐκ τούτων οὖν δῆλόν ἐστιν, ὅπως ἀκούειν χρὴ τῆς κατὰ τὸ θέρος καὶ φθινόπωρον εἰρημένης ὑπ᾽ αὐτοῦ διαίτης· ὡς ἐμοὶ μὲν ὑπερβαίνειν αὐτὰ προσήκει. τοῖς δ᾽ ἀναγινώσκουσι πολλάκις ἐπιμελῶς τε προσέχουσι τὸν νοῦν, εἴρηται πάντα σαφῶς, ὡς μηδεμιᾶς ἐξηγήσεως δεῖσθαι τὰς ἄχρι δεῦρο λελεγμένας.

C Περὶ διαίτης τῆς θερινῆς τε, καὶ τῆς φθινοπωρινῆς.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. δ'.

ΤΟῦ δὲ θέρεος τῇ τε μάζῃ μαλακῇ τρέφεσθαι, καὶ τῷ ποτῷ ὑδαρεῖ, καὶ πολλῷ, καὶ τοῖσιν ὄψοισι πᾶσιν ἑφθοῖσι, καὶ οὕτω δεῖ χρέεσθαι τουτέοισιν ὁκόταν τὸ θέρος ᾖ, ὅκως ψυχρὸν εἴη τὸ σῶμα, καὶ μαλακόν. καὶ γὰρ ἡ ὥρη, θερμή τε καὶ ξηρὴ, καὶ ποιεῖ τὰ σώματα καυματώδεα, καὶ αὐχμηρά. δεῖ οὖν τοῖσιν ἐπιτηδεύμασι τουτέοισιν ἀλέξασθαι, κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν λόγον, ὥσπερ ἐκ τοῦ χειμῶνος εἰς τὸ ἦρ, οὕτω καὶ ἐκ τοῦ ἦρος εἰς τὸ θέρος καταστῆσαι. τῶν μὲν σιτίων ἀφαιρέων, τῷ δὲ ποτῷ προστιθεὶς, καὶ οὕτως τὰ ἐναντία ποιέοντα, καταστῆσαι ἐκ τοῦ θέρεος εἰς τὸν χειμῶνα. ἐν δὲ τῷ φθινοπώρῳ πάλιν, τὰ μὲν σιτία πλείω ποιεόμενον καὶ ξηρότερα, καὶ τὰ ὄψα κατὰ τὸν αὐτὸν λόγον, τὰ δὲ ποτὰ, ἐλάσσω τε καὶ ἀκρητέστερα. ὅκως ὅ τε χειμὼν ἀγαθὸς ἔσται, καὶ ὁ ἄνθρωπος διαχρήσεται τοῖσί τε πόμασιν ἀκρητεστέροισι καὶ ὀλίγοισι, καὶ τοῖσι σιτίοισιν, ὡς πλείστοισί τε καὶ ξηροτάτοισιν. οὕτω γὰρ ἂν καὶ ὑγιαίνοι μάλιστα, καὶ ῥιγῴη ἥκιστα. ἡ γὰρ

E ὥρη, λίαν ψυχρή τε καὶ ὑγρή.

ΥΠΟΜΝΗΜΑ ΓΑΛΗΝΟΥ.

ΤΑ παρόντα διὰ ταῦτα τεμάχια, οὔτε τινὸς ἐξηγητοῦ δέονται, πᾶσι δῆλα τοῦ Πολύβου ποιήσαντος, οὔτε τινὰ μέθοδον ἀκραιφνῆ ζητοῦντος, ἀλλὰ καθὰ κεῖται, αὐτὰ καὶ μόνα δῆλα καθεστήκασι.

Δίαιτα τοῖσι σαρκώδεσι, καὶ πλείω μαλακοῖσι, καὶ ὑγροῖσι συμφέρουσα.

F

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. ε'.

ΤΟῖσι δὲ εἴδεσι τοῖσι σαρκώδεσι, καὶ πλείω μαλακοῖσι, καὶ ἐρυθροῖσι, ξυμφέρει δὴ τὸν πλείονα χρόνον τοῦ ἐνιαυτοῦ ξηροτέροισι διαιτήμασι χρέεσθαι, ὑγρὴ γὰρ ἡ φύσις τῶν εἰδέων τουτέων.

ΥΠΟΜΝΗΜΑ ΓΑΛΗΝΟΥ.

Ὥσπερ αἱ διαφοραὶ τῶν ὡρῶν ἐνδείκνυνται διάφορον δίαιταν, οὕτω καὶ τοῦ σώματος αἱ ἕξεις, ἐφ᾽ ἃς νῦν ἧκε συντελέσας τὸν περὶ τῶν ὡρῶν λόγον. ὥσπερ δὲ ἐν ταῖς ὥραις ἐνεδείκνυτο τὴν προσήκουσαν δίαιταν, οὕτω κἀν τοῖς τοῦ σώματος ἰδέαις. οἱ μὲν γὰρ σαρκώδεις, καὶ μαλακοὶ, καὶ ἐρυθροὶ, διὰ τὴν τῆς κράσεως ὑγρότητα τοιοῦτοι γεγόνασιν. οἱ δὲ ἐναντίως αὐτοῖς διακείμενοι, περὶ ὧν ἐφεξῆς ἐρεῖ, διὰ τὴν ξηρότητα. προσήκει τοιγαροῦν τοῖς μὲν ὑγροῖς, ξηροτέρᾳ χρῆσθαι διαίτῃ, τοῖς δὲ ξηροῖς ὑγροτέρᾳ. καὶ εἴπερ ταῦτα ἀληθῶς εἴρηται, πρόδηλον ὅτι καὶ τοὺς εὐκράτους, εὐκράτῳ χρῆσθαι προσήκει τῇ διαίτῃ. λέγω δὲ εὐκράτους, οὓς οὔτε σαρκώδεις, οὔτε ἀσάρκους, ἀλλ᾽ εὐσάρκους ὀνομάζουσι.

COMMENTARIVS GALENI.

A Quemadmodum tempestatum differentiæ diuersam victus rationem ostendunt, sic etiam corporum habitus, ad quorum enarrationem descendit, sermone de anni temporibus absoluto. Sed vt in anni tempestatibus conuenientem viuendi modum, ita in corporum speciebus ostendit. Etenim carnosi, molles, rubicundi, ex temperamenti humiditate tales euaserunt. Oppositi verò his affecti, de quibus mox dicturus est, ob siccitatem. Conuenit igitur humidos ficciore diæta vti; siccos, humidiore. Atque si hæc vera pronunciata sint, nimirum temperati, victu temperato vtentur. Voco autem temperatos, neque obesos neque graciles, sed quadratos, bene carnosos appellant. B

Δίαιτα τοῖσι στρυφνοῖσι, καὶ τοῖσι ξηροῖσι συμφέρουσα.

Durioribus ac ficcioribus corporibus idonea diæta.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. ϛ′.

Τοὺς δὲ στρυφνοὺς, καὶ προσεσταλμένους, καὶ πυῤῥοὺς, καὶ μέλανας τῇ ὑγροτέρῃ διαίτῃ χρὴ τὸ πλείω διαιτᾶσθαι χρόνον, τὰ γὰρ σώματα τοιαῦτα ὑπάρχει ξηρὰ ἐόντα.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 6.

Duros verò, graciles, fuluos, & nigros humidiore victu, diuturniori tempore vti oportet. Nam huiusmodi corpora ſicca ſunt. C

ΥΠΟΜΝΗΜΑ ΓΑΛΗΝΟΥ.

Τὰ τῶν κράσεων γνωρίσματα γέγραπταί μοι τελέως ἐν τοῖς περὶ κράσεων ὑπομνήμασιν, ἐν οἷς ὅτι μὲν οἱ στρυφνοὶ, τουτέστιν οἱ σκληροὶ, καὶ οἱ προσεσταλμένοι, τουτέστιν οἱ ἰσχνοὶ, ξηροτέρας εἰσὶ κράσεως, ὡς ἐδιδάξαμεν, ὥσπέρ γε καὶ οἱ μέλανες. οὐ μὴν γε τούς γε πυῤῥοὺς εἶναι ἔφαμεν ξηροὺς τὴν κρᾶσιν, ἀλλὰ τοὺς πλησιάζοντας αὐτοῖς, κατὰ τὴν χροιὰν, οὓς ξανθοὺς ὀνομάζουσιν, ἐπεί γε καὶ ξανθὴ χολὴ τὴν κρᾶσιν ξηρά ἐστι. χρώμενοι δὲ ἐνίοτε τοῖς ὀνόμασιν, οὐκ ἀκριβῶς ἔνιοι τῶν βιβλία γραψάντων, τὴν τῶν πραγμάτων διδασκαλίαν ταράττουσιν. οὕτως γοῦν τινες ὀνομάζουσι τοὺς Γερμανοὺς ξανθοὺς, καίτοι γε οὐκ ὄντας ξανθοὺς, ἐὰν ἀκριβῶς τις ἐθέλοι καλεῖν, ἀλλὰ πυῤῥούς. τὰ δὲ ἄλλα τῆς προκειμένης ῥήσεως, ἀληθῶς τε ἅμα καὶ σαφῶς εἴρηται.

COMMENTARIVS GALENI.

Temperamentorum notas perfectè in commentariis de temperaturis scripsimus; vbi rigidos, hoc est duros; contractos id est graciles ficcioris esse temperamenti, ficut nigros quoque docuimus. At rufos non temperamento ficcos, sed his colore vicinos, quos flauos nominant, esse diximus; quoniam & flaua bilis temperamento ficca est. Verùm librorum scriptores nonnulli interdum vocabulis haud accuratè D vtentes, rerum disciplinam confundunt. Sic enim nonnulli Germanos vocant flauos, etsi tales non sint, si velit aliquis accuratè nuncupare, sed rufi. Reliqua in sermone præcedenti verè simulque manifestè dicta sunt.

Διαιτήματα τὰ τοῖσι νέοισι τῶν σωμάτων τε, καὶ τοῖσι πρεσβυτέροισι συμφέροντα· καὶ ὁ τῶν ἡλικιῶν τε, καὶ τῆς διαίτης διορισμός.

Iunioribus corporibus idonea victus ratio; & senibus distinctio ætatum & diætæ.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. ζ′.

Καὶ τοῖσιν νέοισι τῶν σωμάτων ξυμφέρει, μαλακωτέροισί τε, καὶ ὑγροτέροισι χρέεσθαι τοῖσι διαιτήμασιν· ἡ γὰρ ἡλικίη ξηρὴ, καὶ τὰ σώματα πέπηγεν. τοὺς δὲ πρεσβυτέρους τῷ ξηροτέρῳ χρὴ τρόπῳ τὸ πλεῖον τοῦ χρόνου διάγειν. τὰ γὰρ σώματα ἐν ταύτῃ τῇ ἡλικίῃ, ὑγρὰ, καὶ μαλθακὰ, καὶ ψυχρά.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 7.

E *Iunioribus corporibus confert, tum molliori, tum humidiori victu vti; hæc enim ætas ficca est, & eorum corpora induruerunt. Senes verò ficciore victus modo plurimam temporis partem degere oportet; nam ea ætate humida, mollia, & frigida ſunt corpora.*

ΥΠΟΜΝΗΜΑ ΓΑΛΗΝΟΥ.

Ἐπὶ τὰς ἡλικίας μεταβὰς, ἐλλιπῆ τὸν διορισμὸν ἐποιήσατο, μὴ τεμὼν εἰς τέσσαρας διαφορὰς αὐτὰς, ἀλλ᾽ εἰς δύο μόνας. ἐχρῆν δὲ εἴπερ ἀπὸ τῶν κατὰ τὰς ἡλικίας κράσεων ἔνδειξιν ἔμελλε λήψεσθαι τοῦ τρόπου τῆς διαίτης, ὥσπερ αἱ κράσεις τέτταρές εἰσιν, οὕτω καὶ τὰς ἡλικίας εἰς τέτταρα τεμεῖν, ὑγρὰν μὲν καὶ θερμὴν τὴν τῶν παίδων εἰπόντα, ξηρὰν δὲ καὶ θερμὴν τὴν τῶν ἀκμαζόντων, καὶ ξηρὰν μὲν καὶ ψυχρὰν τὴν τῶν παρακμαζόντων, ὑγρὰν δὲ καὶ ψυχρὰν τὴν τῶν γερόντων.

COMMENTARIVS GALENI.

Ad ætates digressus, imperfectam diuisionem fecit, qui eas in quatuor, sed duas tantùm differentias non secuerit. Nam F si victus modi indicationem ab ætatum temperamentis accepturus erat, certè conueniebat, vt quatuor sunt temperamenta, sic ætates quoque in quatuor partes secare; ac humidam & calidam statuere puerorum; Siccam & calidam, florentium; Siccam & frigidam, declinantium; Humidam & frigidam, senum. At

At puerorum quidem humidam esse ætatem conuenit, quòd in alio temperamento corporum incrementum fieri nequeat. Florenti verò, quoniam preter modum calidior & siccior est, contrario cõfert vti victu; quemadmodũ & vigore decrescentibus. At de senũ ætate non mediocris quæstio est, ab omnibus propemodũ neglecta, de qua pòst paulum dicturi sumus, vbi sermonem de prioribus ætatibus absoluerimus. Nam si in confesso est pueros plus humiditatis habere, quàm integrè sanis conferat; plus item caloris (haud enim simpliciter calidi sunt vt iuuenes, sed innato calore, qui temperatus est, in probo sanguine consistens) media inter pueros & iuuenes, quæ est puberum & adolescentium *ætas*, in optimo nimirum temperamento consistet. Quum autem optimũ medium est, etiam victum temperamento medium adhibere conuenit, qui nec humidius, nec siccius, vel calidius, vel frigidius ipsorum corpus efficiat. Puerorum sanè *corpus* etsi humidius, quàm salubris habitus postulat, non tamen exiccandum. Hoc enim modo, ne ipsa crescerent, prohiberemus. Verùm de senibus, quoniam nonnulli ipsos humidos, aliqui siccos, vtrique indefinitè dixerunt, distinguendum nobis venit quatenus sint sicci, quatenus humidi. Ostensum id est in opere de Temperamentis. Ipsis enim solidis corporis partibus siccos esse declarauimus. Quia verò multis ob temperamenti frigiditatem excrementis abundant, humidi nominantur. Ratio igitur est, contrariam ac duplicem ab hac ætate indicationem medicis fieri, tum propter temperamenti partium solidarũ, quæ humectari cupiũt, siccitatem; tum ob humidorum superfluitatem, quæ exiccari postulant. Proinde quæ vtraque quónam modo obserues, absolutè traditũ est in opere de Tuenda valetudine. In præsenti verò oratione, satis fuerit summam eorum quæ isthic descripsimus, paucis indicare. Cibi quidem & potus aliáque vniuersa scopum habeant humectandi, & calefaciendi, quantum scilicet humectare & calefacere senum corporis solidas partes decet, quæ solæ etiam propriè nominantibus partes existunt. Rursus autem de pituitosiorum excrementorum euacuatione priùs considerãdum est. Proinde si ex opere de temperamẽtis repetas, discásque artificio ac scientia peculiare senum temperamentum frigidum esse & siccum, humiditatem verò ascititiam propter pituitæ recrementorum generationem, ipsos habere: digressus etiam inde ad Sanitatis tuendæ libros, vnà condiscas quis diætæ modus senibus sit præscribendus; luculenter intelliges, quod nihil in præscripta serie definitum distinctúmque sit. Neque enim bifariam hominum vita diuidenda erat; neque senum corpora mollia & humida dicere oportebat; neque quòd siccis ipsos temperamento alimentis vti conueniret. Quum enim iuuenes dixit compacta corpora habere, & temperamento esse siccos, satis constat de florentibus solùm verba fecisse, & hos nominasse iuuenes. Omisit ergo & puerorum ætatem, & declinantium, vtque ego arbitror, & temperatissimam, quæ inter pueros & florentes media consistit. Atqui obscurum non est, vel ipsummet orationem suam suspectam habere. Non enim simpliciter ait seniores victu sicciore alendos, sed adiecit, magna ex parte. Idem namque id erat ac si dixisset, non perpetuò; quòd certè neque habitui corporis, neque ætati alteri apposuit; quoniam suam cuique corpori diætam semper oportet instituere.

A ἀλλὰ τὴν μὲν τῶν παίδων, ὑγρὰν εἶναι προσήκει, μὴ δυναμένης γε τῆς αὐξήσεως ἐν ἑτέρᾳ κράσει γενέσθαι. τὴν δὲ τῶν ἀκμαζόντων, ἐπειδὴ παρὰ τὸ προσῆκόν τε ἐστι θερμοτέρα καὶ ξηροτέρα, συμφέρει χρῆσθαι τοῖς ἐναντίοις διαιτήμασι, καθάπερ γε καὶ τὴν τῶν παρακμαζόντων. ἐπὶ δὲ τῆς τῶν γερόντων ἡλικίας, οὐ σμικρὸν ἐστι ζήτημα σχεδὸν ἅπασιν ἠμελημένον, ὑπὲρ οὗ μικρὸν ὕστερον ἐρῶ, τὸν περὶ τῶν ἔμπροσθεν ἡλικιῶν συντελέσας λόγον. εἰ γὰρ ὡμολόγηται τὰ παιδία πλέον μὲν ἔχειν ὑγρότητος, ἢ συμφέρει τοῖς ἀβλαβῶς ὑγιαίνουσι, πλέον δὲ θερμότητος (οὐ γὰρ ἁπλῶς ἐστι θερμὰ καθάπερ οἱ ἀκμάζοντες, ἀλλὰ κατὰ

B τὴν ἔμφυτον θερμασίαν, ἥτις εὔκρατός ἐστιν, ἐν αἵματι χρηστῷ τὴν ὕπαρξιν ἔχουσα,) τὸ μεταξὺ τῶν παίδων τε καὶ τῶν ἀκμαζόντων, ὅπερ ἐστὶν ἐφήβων τε καὶ μειρακίων, εἴη ἂν ἐν τῇ ἀρίστῃ κράσει. τῆς δὴ ἀρίστης μέσης οὔσης, καὶ τὰ διαιτήματα μέσα τῇ κράσει προσήκει ποιεῖσθαι, μήθ' ὑγρότερον ἐργαζομένους, μήτε ξηρότερον, ἢ θερμότερον, ἢ ψυχρότερον αὐτῶν τὸ σῶμα. τὸ μέν τοι τῶν παιδίων, εἰ καὶ πλέον, ὡς πρὸς ὑγιεινὴν ἕξιν ἔχοι τὸ ὑγρὸν, ὅμως οὐ χρὴ ξηραίνειν· ἀναυξῆ γὰρ αὐτὰ ποιήσομεν. ἐπὶ δὲ τῶν γερόντων, ἐπειδή τινες μὲν αὐτοὺς ὑγροὺς εἶναι λέγουσι, τινὲς δὲ ξηροὺς, ἀδιορίστως ἑκάτεροι, διοριστέον ἡμῖν ἐστι κατά τι μὲν

C αὐτοὺς ὄντας ξηροὺς, κατά τι δὲ ὑγρούς. ἐδείχθη δὲ τοῦτο ἐν τοῖς περὶ κράσεων. αὐτοῖς μὲν γὰρ τοῖς στερεοῖς τοῦ σώματος μορίοις, ἐδείχθησαν ὄντες ξηροί. περιττώματα δὴ ἔχοντες διὰ τὴν ψυχρότητα τῆς κράσεως πολλὰ, καὶ δι' αὐτὰ ὑγροὶ λεγόμενοι. κατὰ λόγον οὖν ἔνδειξις ἐναντία τε, καὶ διττὴ γίνεται τοῖς ἰατροῖς ἀπὸ τῆς ἡλικίας ταύτης, διὰ μὲν τὴν ξηρότητα τῆς τῶν στερεῶν κράσεως ὑγραίνεσθαι δεομένων αὐτῶν, διὰ δὲ τὴν περιουσίαν τῶν ὑγρῶν ξηραίνεσθαι. πῶς μὲν οὖν ἀμφοτέρων ἄν τις στοχάζοιτο, τελέως εἴρηται κατὰ τὴν ὑγιεινὴν πραγματείαν. ἐν δὲ τῷ παρόντι λόγῳ τὸ κεφάλαιον, ὧν ἐν ἐκείνῃ γεγράφαμεν εἰπεῖν ἀρκέσει. τὰ

D μὲν σιτία, καὶ ποτὰ, καὶ τἄλλα πάντα, σκοπὸν ἐχέτω τό θ' ὑγρὸν καὶ τὸ θερμὸν, ὡς δέον ὑγραίνειν τε καὶ θερμαίνειν τῶν γερόντων τὰ στερεὰ μόρια τοῦ σώματος, ἅπερ καὶ μόνα κυρίως ὀνομαζόντων, ἐστὶ μόρια. προσνοητέον δὲ πάλιν ἐπὶ τῆς τῶν φλεγματωδῶν περιττωμάτων κενώσεως. εἴπερ οὖν ἐκ μὲν τῆς περὶ κράσεων πραγματείας ἀναλέξαις τε, καὶ μάθοις ἐπιστημονικῶς ψυχρὰν καὶ ξηρὰν εἶναι τὴν οἰκείαν τῶν γερόντων κρᾶσιν, ἐπίκτητον δὲ ἴσχειν αὐτοὺς ὑγρότητα, διὰ τὴν τῶν φλεγματωδῶν περιττωμάτων γένεσιν. ἐλθὼν δὲ ἀπ' ἐκείνων ἐπὶ τὰ τῶν ὑγιεινῶν ὑπομνήματα, προσεπιμάθοις ὅπως χρὴ διαιτᾶν τοὺς γέροντας, εὔδηλον

E ἔσται σοὶ τὸ τῆς νῦν προκειμένης ῥήσεως ἀδιόριστον. οὔτε γὰρ εἰς δύο ἐχρῆν διαιρεῖσθαι τὸν ἀνθρώπινον βίον, οὔτε ἐπὶ τῶν γερόντων, ὑγρὰ καὶ μαλακὰ σώματα εἰρῆσθαι, οὔθ' ὅτι ξηροῖς τῇ κράσει ἐδέσμασι διαιτητέον αὐτούς. τοὺς μέντοι νέους πεπηγότα φήσας ἔχειν τὰ σώματα, καὶ τῇ κράσει εἶναι ξηροὺς, εὔδηλός ἐστιν ἐπὶ τῶν ἀκμαζόντων μόνων τὸν λόγον πεποιημένος, καὶ τούτους ὀνομάσας νέους. παρέλιπεν οὖν τήν τε τῶν παίδων ἡλικίαν, καὶ τὴν τῶν παρακμαζόντων, ὡς δὲ ἐγώ φημι καὶ τὴν εὐκρατοτάτην γε, ἥτις ἐστὶν ἐν τῷ μεταξὺ τῶν παιδίων τε καὶ τῶν ἀκμαζόντων. εὔδηλος δὴ ἐστὶ καὶ αὐτὸς ὑποπτεύων τὸν ἑαυτοῦ λόγον. οὐ γὰρ ἁπλῶς εἶπε,

F τοὺς πρεσβυτέρους τῷ ξηροτέρῳ χρὴ τρόπῳ διαιτᾶν, ἀλλὰ προσέθηκε, τὸ πλέον τοῦ χρόνου. τοῦτο δὲ ταὐτόν ἐστι, τῷ φάναι μὴ διὰ παντὸς, ὅπερ οὔτε τῇ ἕξει τοῦ σώματος, οὔτε τῇ ἡλικίᾳ προσέθηκεν ἑτέρᾳ, διὰ παντὸς γὰρ χρὴ τὴν οἰκείαν ἑκάστῳ σώματι δίαιταν αἱρεῖσθαι.

Ἐξ ὧν ἡ προσηκόντως γραφομένη δίαιτα.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. η'.

ΔΕῖ οὖν πρὸς τὴν ἡλικίην, καὶ τὴν ὥρην, καὶ τὸ ἔθος, καὶ τὴν χώρην, καὶ τὰ εἴδεα, τὰ διαιτήματα ποιέεσθαι ἐναντιούμενον τοῖσι καθισταμένοισι, καὶ θάλπεσι, καὶ χειμῶσιν. οὕτως γὰρ ἂν μάλιστα ὑγιαίνοιεν.

ΥΠΟΜΝΗΜΑ ΓΑΛΗΝΟΥ.

ΚΑθόλου ὁ λόγος οὗτος εἴρηται πρὸς αὐτοῦ, καὶ σαφῶς, καὶ ἀληθῶς ἤδη πολλάκις ἐν πολλοῖς ἡμῖν διῃρημένος.

A Vnde diæta præscribenda.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 8.

QVare pro ætate, tempestate, consuetudine, regione, loco, corporum habitu, victus ratio instituenda est, reluctandúmque constitutionibus, æstatibus, & brumis: ita namque optima valetudo consequetur.

COMMENTARIVS GALENI.

TOtus hic sermo & verè & clarè ab eo dictus est, iam sæpe in pluribus commentariis nobis B absolutus.

Περὶ τῆς συμφερούσης ὁδοιπορίας.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. θ'.

ΚΑὶ ὁδοιπορέειν τοῦ μὲν χειμῶνος ταχέως χρή, τοῦ δὲ θέρεος ἡσυχῇ ἔχειν, ἢν μὴ διὰ καύματος ὁδοιπορέῃ.

ΥΠΟΜΝΗΜΑ ΓΑΛΗΝΟΥ.

ΠΩς ὁδοιπορεῖν χρή, διδάσκει καθ' ἑκάστην τῶν ὡρῶν. τοῦ μὲν χειμῶνος αἱρούμενον τὸν ξηραίνοντά τε καὶ θερμαίνοντα περίπατον, τοῦ θέρεος δὲ τὸν ἐναντίον σκοπὸν ποιεῖν, ἢ μὴ δι' ἡλίου, φησίν, ὁδοιπορεῖν. τηνικαῦτα γὰρ ἐπείγεσθαι χρὴ θᾶττον ἀπαλλαγῆναι τῆς γινομένης κατὰ τὴν τοιαύτην ὁδοιπορίαν, ξηρότητός τε καὶ θερμότητος ἐν τῷ σώματι.

De incessu idoneo.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 9.

AC hyeme quidem celeriter incedendum, æstate verò conquiescendum est, nisi per solis ardorem iter sit faciendum.

COMMENTARIVS GALENI.

QVomodo incedendum sit in quaque anni parte, docet. Hyeme quidem exiccans calefaciénsque ambulatio deligenda; Æstate contra- C rius scopus conuenit, nisi per solem, ait, iter faciendum. Tunc enim iter maturandum, ocyúsque eam quæ per hunc incessum oboritur, Siccitatem & calorem vitare oportet.

Περὶ χρείας τῆς ὁδοιπορίας τε καὶ τῶν λουτρῶν.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. ι'.

ΔΕῖ δέ, καὶ τοὺς μὲν σαρκώδεας θᾶττον ὁδοιπορέειν, τοὺς δὲ ἰσχνοὺς ἡσυχέστερον. λουτροῖσι δὲ χρὴ πολλοῖσι χρέεσθαι τοῦ θέρεος, τοῦ δὲ χειμῶνος, ἐλάσσοσι. χρὴ δὲ τοὺς στρυφνοὺς μᾶλλον λούεσθαι τῶν σαρκωδέων.

ΥΠΟΜΝΗΜΑ ΓΑΛΗΝΟΥ.

ΗΤαχεῖα κίνησις τὴν θερμασίαν ἐπὶ πλέον αὔξουσα, τήκει τὸ σῶμα. κατὰ δὲ τὰς βραχείας κινήσεις ἡ σύμμετρος θερμασία, καὶ τὴν αἱμάτωσιν, καὶ τὴν θρέψιν ἐργάζεται βελτίονα, καὶ διὰ τοῦτο συναίρεται τοῖς ζώοις εἰς εὐτροφίαν.

De incessus ac balnei vsu.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 10.

COrpulentos autem celerius, graciles verò lenius iter facere conuenit. Balneis etiam multis per æstatem, at per hyemem paucis vtendum. Duris verò magis quàm carnosis.

COMMENTARIVS GALENI.

CEler motus calorem plus satis inaugens, corpus colliquat. Ex lento calor mediocris tum sanguinem feliciùs generat, tum nutrit plenius, eóque animantibus in probam alimoniam simul vertitur.

Περὶ ἱματίων χειμερινῶν τε καὶ θερινῶν.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. ια'. E

ΗΜφιέσθαι δὲ χρή, τοῦ μὲν χειμῶνος καθαρὰ ἱμάτια, τοῦ δὲ θέρεος ἐλαιοπινέα.

ΥΠΟΜΝΗΜΑ ΓΑΛΗΝΟΥ.

ΤΙ μὲν συνετώτερον ἐπενόησεν ὁ γράψας, τοῦ τοῖς ἐξηγηταῖς εἰρημένου πᾶσιν, αὐτὸς ἂν εἰδείη. εἰ δὲ τὰ μὲν καθαρὰ διὰ τὸ μᾶλλον θερμαίνειν, ἢ καὶ τὸ τὰς διαπνοὰς μὴ κωλύειν, ἀξιοῖ τοῦ χειμῶνος ἀμφιέννυσθαι, τὰ δὲ ἐλαιοπινῆ τοῦ θέρους, ἢ διὰ τὸ ψύχειν, ἢ τὰς διαπνοὰς ἀποφράττειν, οὐκ ἐπαινῶ τὸν λόγον. καὶ γὰρ τῶν καθαρῶν ἱματίων, ὅσα πυκνὴν ἔχει τὴν ὑφήν, καὶ μάλιστα εἰ ἂν ᾖ τετριμμένα, ψύχει, τούτων οὖν ἄμεινον χρῆσθαι. τὰ γὰρ ἐλαιοπινῆ, ῥυπαρὰ πάντως ἐστίν. οὐδεὶς δὲ τῶν καθαρείων ἀνθρώπων ἀνέχεται ῥυπαρῶν ἱματίων, καὶ μάλιστα θέρους. καὶ μέντοι θερμαίνει χρονίσαντα τὰ ἐλαιοπινῆ μᾶλλον τῶν καθαρῶν, εἰ καὶ κατὰ τὴν πρώτην προσβολὴν εἴη ψυχρότατα.

De indumentis hybernis ac æstiuis.

TEXTVS HIPPOCRATIS 11.

ET hyeme quidem vestes puras inducere conuenit; æstate verò oleo imbutas.

COMMENTARIVS GALENI.

QVid sanè scriptor doctius considerauit eo quod ab omnib. dictū est interpretibus, ipse nouerit. Nam si puras vestes hyeme censet gestandas, quòd magis calefaciant, vel etiam perspiratum non impediant; oleo autem infectas per æstatē, aut quòd refrigerent, aut quòd perspiratū obturēt, sermonē non probo. Etenim ex puris vestimentis quę F densam ac frequentem filorum texturam habent, maximè verò si fuerint detrita velamina, refrigerant. His igitur vti commodius est. Quippe oleo infecta, sordida planè sunt; nemo autem elegantiorū hominū sordidas vestes sustinet, præsertim æstate. Quinetiam infecta puris temporis spatio magis calefaciunt, licet primo occursu fuerint frigidissima.

De-

A

De diæta attenuante crassiora corpora.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 12.

Crassos autem oportet, quique tenues fieri volunt, eos labores omnes ieiunos subire, & adhuc ex labore anhelantes, necdum refrigeratos cibum assumere, vinumque prius bibere dilutum, ac non perfrigidum. Opsonia quoque ex sesamis, aut condimentis aliisque id genus apparata assumere. Atque sint pinguia quæ opsonia offeruntur: Sic enim à paucissimis bellariis impleatur.

COMMENTARIVS GALENI.

QVod in textus fine dictum est, puta, *Sic enim paucissimis saturantur*, nonnulli de omnibus commemoratis dictum esse confirmant; quidam de solis obsoniis, quæ ex sesamis, & similibus, aliisque multis quibusdam præparari iubet. Prædicta sunt; *ieiunum exerceri*; hoc enim manifestò vacuat, sicut à cibo *labor* implet. Huc accedit illud, adhuc ab exercitiis anhelantes cibum assumere, calore nondum in eis discusso, neque corpore refrigerato; quam causam esse, quò quis celeriter impleatur manifestè apparet. Si verò alia quadam ratione huius libri author corpus attenuare conatur, id nobis obscurum est. Quòd tamen plerisque hoc obstructiones in visceribus ac maximè in hepate produxit, accuratè nouimus; quemadmodum & celeres à cibo exercitationes. Adde etiam quòd balnea arctos in iecinore transitus alimenti habentibus, obstructiones efficiunt. Dictum est mihi de his omnibus, simul cum peculiaribus distinctionibus in opere de Sanitate tuenda. Restat, vt de ipsa verborum serie disceptemus, vbi ait, *& vinum non perfrigidum prius bibere.* Vt enim frigidum esse iubet, non autem insigniter frigidum, ita sermonem deduxit. Atqui non prorsus copiosum vinum ab exercitiis statim bibendum censet, sed aquam prius; quemadmodum athletæ faciunt, id experientia edocti. Caput enim vinum conscendit, & si post balneum statim ante alios omnes cibos & potus bibatur. Non tamen frigidæ potio ab exercitiis, nisi calidum præbibas, tuta est. Nam & ipsa ventrem, tum iecur manifestò lædit, quorumdam quoque neruos. Attamen habitus frigidum vinum corroborat. Vult autem horum scriptor ipsos soluere. Forsitan alio modo quid scriptum erat; verùm peccauit, qui idem postea apposuerit. Multa siquidem eiusmodi etiamnum accidere videntur; cum pro eo quod est, neque ex toto calidum, non perfrigidum scribere ipsum conueniat. Nam qui cibum adhuc anhelantibus offerendum iudicat, corpori videlicet multis vaporibus pleno, volet etiam vini calidi potione magis ipsos implere. Quum autem percalidum frigido similiter contrahat ventrem, & corroboret idem efficere obseruatur.

Περὶ διαίτης τὰ παχέα σώματα λεπτὰ ἐργαζομένης.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. ιβʹ.

ΤΟὺς δὲ παχέας χρὴ, καὶ ὅσοι βούλονται λεπτοὶ γενέσθαι, τὰς ταλαιπωρείας ἁπάσας, νήστιας ἐόντας ποιέεσθαι, καὶ τοῖσι σιτίοισιν ἐπιχειρέειν ἔτι ἀσθμαίνοντας, καὶ μὴ ἀνεψυγμένους, καὶ προπεπωκότας οἶνον κεκραμένον, καὶ μὴ σφόδρα ψυχρόν· καὶ τὰ ὄψα σκευάζειν σησαμοῖσιν, ἢ ἡδύσμασι, καὶ τοῖσιν ἄλλοισι τοῖσι τοιουτοτρόποισι. καὶ πίονα δὲ B ἔστω τὰ προσφερόμενα ὄψα, οὕτω γὰρ ἂν ἀπό γε ἐλαχίστων πεμμάτων ἐνεμπίπλαιντο.

ΥΠΟΜΝΗΜΑ ΓΑΛΗΝΟΥ.

ΤΟ κατὰ τὴν τελευτὴν τῆς ῥήσεως εἰρημένον, τὸ οὕτω γὰρ ἀπὸ ἐλαχίστων ἐνεμπίπλαιντο, τινὲς μὲν ἐπὶ πάντων τῶν προειρημένων εἰρῆσθαί φασι. τινὲς δὲ ἐπὶ τῶν ὄψων μόνον, ἃ διά σησάμων τε καὶ τῶν ὁμοίων σκευάζεσθαι κελεύει, καὶ ἄλλων τινῶν πολλῶν. τὰ προειρημένα δή ἐστι, τό τε νῆστιν γυμνάζεσθαι, κενοῖ γὰρ φανερῶς τοῦτο, καθάπερ πληροῖ τὸ μετὰ τροφήν. C ἔτι τε πρὸς τούτοις, τὸ ἀσθμαίνοντας ἀπὸ τῶν γυμνασίων, ἐσθίειν, οὐδέπω τῆς ἐπ' αὐτοῖς θερμασίας διαπεφορημένης, οὐδὲ ἀνεψυγμένου τοῦ σώματος. ὅπερ ὅτι μὲν αἴτιον γίγνεται τοῦ ταχέως ἐμπιπλάσθαι, σαφῶς φαίνεται. εἰ δὲ κατ' ἄλλον τινὰ λόγον ὁ τοῦ βιβλίου συγγραφεὺς βούλεται λεπτύνειν αὐτὸ, τοῦθ' ἡμῖν ἄδηλόν ἐστιν. ὅτι μέντοι πολλοῖς τοῦτο τῶν ἐν τοῖς σπλάγχνοις ἐμφράξεων αἴτιον ἐγένετο, καὶ μάλιστα τῶν κατὰ τὸ ἧπαρ, ἀκριβῶς οἶδα, καθάπερ γε καὶ τὰ μετὰ τροφὴν ὀξέα γυμνάσια. καὶ μέντοι καὶ τὰ λουτρὰ τοῖς στενὰς ἔχουσι, κατὰ τὸ ἧπαρ διεξόδους τῆς τροφῆς, ἐμφράξεις D ἐργάζεται. λέλεκται δέ μοι περὶ τούτων ἅμα τοῖς οἰκείοις διορισμοῖς ἐν τῇ τῶν ὑγιεινῶν πραγματείᾳ. λοιπὸν δὴ ἂν εἴη περὶ αὐτῆς τῆς λέξεως διασκέψασθαι, καθ' ἣν φησι, καὶ προπεπωκότας οἶνον μὴ πάνυ ψυχρόν. ὡς γὰρ ψυχρὸν μὲν εἶναι κελεύων αὐτὸν, οὐ πάνυ δὲ ψυχρὸν, οὕτως ἐποιήσατο τὸν λόγον· οὐ πάνυ δὲ ὅλως ἀξιοῖ μετὰ τὰ γυμνάσια πίνειν οἶνον εὐθέως, ἀλλ' ὕδωρ πρότερον, ὥσπερ καὶ οἱ ἀθληταὶ ποιοῦσι ταυτὶ τῇ πείρᾳ δεδιδαγμένοι. κεφαλῆς τε γὰρ ἅπτεται οἶνος, καὶ εἰ μετὰ τὸ βαλανεῖον εὐθέως πίνοιτο, πρότερος τῶν ἄλλων ἁπάντων ἐδεσμάτων τε καὶ πομάτων. οὐ μὴν οὐδ' ἡ τοῦ ψυ- E χροῦ πόσις ἐπὶ τοῖς γυμνασίοις ἄνευ τοῦ προπιεῖν θερμὸν, ἀβλαβές ἐστι. βλάπτει γὰρ καὶ αὐτὴ σαφῶς τήν γαστέρα τε καὶ τὸ ἧπαρ, τινῶν δὲ καὶ τὰ νεῦρα. καὶ μέντοι καὶ τὰς ἕξεις ὁ ψυχρὸς οἶνος ἐπιτονοῖ. βούλεται δὲ ὁ ταῦτα γράψας, ἐκλύειν αὐτάς. μήτι οὖν ἑτέρως μὲν ἦν γεγραμμένον, ἥμαρτε δὲ ὁ μεταγράψαμενος αὐτό. πολλὰ γὰρ ὁρᾶται τοιαῦτα καὶ νῦν γινόμενα, καὶ δέον αὐτὴ τοῦ μὴ θ' ὅλως θερμὸν αὐτὸν γράψαι, μὴ λίαν ψυχρόν. ὁ γὰρ ἀσθμαίνουσιν ἔτι διδόναι τὴν τροφὴν ἀξιῶν, ἀτμῶν πολλῶν ὄντος μεστοῦ τοῦ σώματος, βουλήσεται δὲ καὶ δι' οἴνου πόσεως θερμοῦ πληρῶσαι μᾶλλον αὐτούς. πε- F φυκότος δὲ τοῦ πάνυ θερμοῦ, παραπλησίως τῷ ψυχρῷ, στεγνοῦν καὶ τονοῦν τὴν γαστέρα, φυλάττεται προσάξαι τοῦτο.

Ὅπως χρὴ τοὺς παχέας λεπτύνειν.

ῬΗΣΙΣ ἹΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. ιγ΄.

Ἀλλὰ καὶ μονοσιτέειν, καὶ ἀλουτέειν, καὶ σκληροκοιτέειν, καὶ γυμνὸν περιπατέειν, ὅσον οἷόν τε μάλιστα, εἴη.

ΥΠΟΜΝΗΜΑ ΓΑΛΗΝΟΥ.

Κάλλιον ἂν ἦν εἰρῆσθαι πρὸς αὐτῷ μὴ μονοσιτέειν, ἀλλ' ὀλιγοσιτεῖν. ἔνιοι γὰρ τῶν μονοσιτούντων, πολὺ πλείω προσφέρονται τῶν δὶς σιτουμένων. ὥσπερ δὲ τὸ λουτρὸν ἐκθερμαῖνον τὸ σῶμα, καὶ μάλιστα τοὐκτὸς, εἰς ἀνάδοσίν τε τροφῆς καὶ πρόσθεσιν τῶν ἀναδοθέντων συντελεῖ, κατὰ τὸν αὐτὸν λόγον ἡ ἀλουσία τοῖς ἐναντίοις συναίρεται. καὶ ἡ σκληροκοιτία δὲ λυπεῖ, καὶ συνέχει, καὶ σφίγγει τὸ σῶμα, καὶ διὰ τοῦτο τὴν εἰς πᾶν μέρος ἐπίδοσιν αὐτοῦ κωλύει. κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν λόγον, καὶ τὸ γυμνὸν περιπατεῖν, ψύχει μὲν ἅπαντα τὰ μετὰ τὸ δέρμα μόρια. συνελαύνει δὲ εἰς τὸ βάθος, καὶ τὰ σπλάγχνα τὴν θερμασίαν, ὡς πέττεσθαι μὲν καλῶς τὰ σιτία, τὴν δὲ πάντη φορὰν αὐτῶν κωλύειν.

Vt crassi attenuantur.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 13.

Sed & semel tantum die cibum assumere, supersedere balneis, duriter cubare, nudúmque obambulare, quoad eius fieri queat, oportet.

COMMENTARIVS GALENI.

Melius dixisset, cibi modicum sumere, quàm semel tantum cibum sumere. Quidam enim semel die cibo vtentium multò plura assumunt, quàm qui bis eo vtuntur. Quemadmodum lauacrum corpus excalfaciens, præsertim extrinsecus, ad alimenti distributionem, & distributorum appositionem conducit; eadem ratione lotionis penuria contraria perficit. Durum cubile corpus molestat, contrahit, & adstringit, ideóque in omnem partem incrementum ipsius impedit. Eadem ratione nudum obambulare, omnes summas ad cutem partes refrigerat; calorem etiam in altum, & viscera cogit, vt cibi probè quidem concoquantur; verùm in omne corpus ferri prohibet.

Ὑγιεινὴ δίαιτα πρὸς τὴν λεπτότητα.

ῬΗΣΙΣ ἹΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. ιδ΄.

Ὁκόσοι δὲ βούλονται λεπτοὶ ἐόντες παχύτεροι γενέσθαι, τά τε ἄλλα ποιέειν τἀναντία ἐκείνοισιν οἷσιν ἔφην, καὶ νῆστιν μηδεμίην ταλαιπωρίην ποιέεσθαι.

ΥΠΟΜΝΗΜΑ ΓΑΛΗΝΟΥ.

Τἀναντία τῶν εἰρημένων τοῖς παχέσιν ἐστὶ, τὸ μήτε ἀσθμαίνοντας ἐπιχειρεῖν τοῖς σιτίοις, ἀλλ' ὅταν ἤδη κατὰ φύσιν ἀναπνέωσι, μήτε μονοσιτεῖν, ἀλλ' ἤτοι δὶς ἐσθίειν, ἢ καὶ τρίς. οὕτω δὲ καὶ ταῖς ἀλουσίαις τἀναντία ποιῶν, λούσεται δὶς, ἐξ ἅπαντος μὲν ἐπὶ τροφῇ χρόνου τὸ δεύτερον λουτρὸν παραλαμβάνων, ἔσθ' ὅτε δὲ καὶ τὸ πρῶτον. οὕτω δὲ καὶ τὰ γυμνάσια, βραχέα τε γυμνάσεται, καὶ βραδέα, καὶ μετὰ τροφήν. κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν λόγον, καὶ τὸ μαλακῶς κοιμᾶσθαι, καὶ μὴ γυμνὸν ὁμιλεῖν τῷ περιέχοντι, τούτοις ἐστὶ χρήσιμον. διὰ τοῦτο γοῦν καὶ οἱ γυμνασταὶ, τὰ μὲν μετὰ τοῦ προσάπτεσθαι καὶ σωματομαχεῖν, οὕτω γὰρ ὀνομάζουσιν αὐτοί τινα γινόμενα γυμνάσια, παραλαμβάνουσιν, ἐφ' ὧν σαρκῶσαι θέλουσι, φυλαττόμενοι γυμνοὺς γυμνάζειν αὐτοὺς τὸ σῶμα, καὶ μὴ μετὰ συμπλοκῆς. ἔμπαλιν δὲ ὅσους λεπτῦναι βούλονται, μετὰ τοῦ ταχέος γυμνασίου, καὶ χωρὶς τῆς πρώτης συμπλοκῆς γυμνάζουσιν.

Aduersus maciem salubris diæta.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 14.

Qui verò tenues quum sint crassiores effici volunt, tum alia his contraria facere, tum ieiunos nullam exercitationem ipsos subire oportet.

COMMENTARIVS GALENI.

Contraria superioribus crassis sunt; neque anhelantes ex labore epulas assumere, sed vbi iam secundum naturam respirauerint; neque semel tantùm cibum sumere, verùm aut bis, aut etiam ter comedere. Sic abstinentiæ balneorum contraria qui facit, bis lauabit, semper autem ab epulis alterum lauacrum ingrediens, nonnunquam & primum. Pari modo ad exercitia modica, lenta, eáque post cibum accedet. Eadem verò ratione molliter cubare, non sine vestibus ambulare in aëre, his conducit. Propterea gymnastæ nonnulla exercitia, quæ manuum consertione, & corporum pugna (sic enim vocant ipsi) contingunt, adhibent in iis quos carne implere conantur, vitantes ne corpore nudo exercendi incedant, neque cum complexu. Econtrariò, quos extenuare volunt, celeri exercitio, & citra primum complexum mouent.

Ὅτε γε, καὶ ᾗ καθαρτέον.

ῬΗΣΙΣ ἹΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. ιε΄.

Τοῖσι δὲ ἐμέτοισι χρὴ, καὶ τοῖσι καταχλύσμασι τοῖσι τῆς κοιλίης, ὧδε χρέεσθαι· ἓξ μῆνας τοὺς χειμερινοὺς ἐμέειν· οὗτος γὰρ ὁ χρόνος φλεγματωδέστερος τοῦ θερινοῦ, καὶ τὰ νουσήματα γίνεται περὶ τὴν κεφαλὴν, καὶ περὶ τὸ χωρίον τοῦτο τὸ ὑπὲρ τῶν φρενῶν. ὅταν δὲ ᾖ τὸ θάλπος, τοῖσι καταχλύσμασι χρέεσθαι. ἡ γὰρ ὥρη καυματώδης, καὶ χολωδέστερόν ἐστι τὸ σῶμα, καὶ αἱ βαρύτητες ἐν τῇ ὀσφύϊ, καὶ ἐν τοῖσι γούνασιν, καὶ θέρμαι γίνονται, καὶ ἐν τῇ γαστρὶ στρόφοι

Quando, & quà purgandum.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 15.

Vomitionibus autem, & infusis aluum eluentibus sic vtendum. Sex hybernis mensibus vomitus ciendus; id enim tempus æstiuo pituitæ plus accumulat, & capite morbi & regionem quæ supra septum transuersum est, obsident. At quum æstatis feruór adsit, cataclysmatis vtendum. Hæc enim tempestas æstuosa est, & corpus biliosum magis redditur, grauitates etiam lumbos & genua infestant, calores oboriuntur, ventris tormina concitantur.

tantur. Corpus igitur refrigerandū, & quae sursum attolluntur, deorsum ex istis locis deducenda.

A γίνονται. δεῖ οὖν τὸ σῶμα ψύχειν, καὶ τὰ μετεωριζόμενα κάτω ὑπάγειν ἀπὸ τῶν χωρίων τουτέων.

COMMENTARIVS GALENI.

QVae cataclysmata, idest, *ablutiones* vocet, sequentibus, ipse declarauit; nempe quę ex lacte conficiuntur, & cicerum decoctionis aquam; ad hæc muriam, & marinam. Diuersa nanque ab his medicamenta sunt purgantia, quæ vniuersum corpus euacuant. Quemadmodum igitur balneatores balnea dicunt abluere, quum lapidum in eis lutum & sordes abstergent; ita ventris intestinorúmque infusa, pituitam & bilem ipsorum detergent. Quoniam itaque pituita per hyemem in ventriculo generatur, euacuari ipsam vomitu consulit. Æstate bilem sursum conscendentem, deorsum reuelli. Attamen vbi totum corpus purgare volueris, *æstate per superiorem, hyeme per inferiorem ventrem, purgandum est*; sicut in Aphorismis dictum inuenimus. Etenim iam abundantibus purgatio per loca quò vergunt adhibita medetur. Quippe ducenda quò vergunt per loca idonea. Quæ verò ab incremento prohibere velis, per opposita reuellere conducit.

ΥΠΟΜΝΗΜΑ ΓΑΛΗΝΟΥ.

Τίνα καλεῖ καταπλύσματα, διὰ τῶν ἐφεξῆς ἐδήλωσεν αὐτός. τά τε ἀπὸ τῶν γαλάκτων εἰπὼν, καὶ τὸ ἀπὸ τῶν ἐρεβίνθων ἑψημένον ὕδωρ, ἅλμην τε, καὶ θάλασσαν. ἕτερα γάρ ἐστι τούτων τὰ καθαίροντα φάρμακα κενωτικὰ τοῦ παντὸς σώματος ὄντα. ὥσπερ οὖν τὰ βαλανεῖα κατακλύζειν οἱ βαλανεῖς λέγουσι, τῶν ἐν αὐτοῖς λίθων ἀποπλύνοντες τὸν πηλὸν, καὶ τὸν ῥύπον, B οὕτω καὶ τὰ τῆς γαστρός τε, καὶ τῶν ἐντέρων κατακλύσματα, περιπλύνει τὸ φλέγμα καὶ τὴν χολὴν αὐτῶν. ἐπεὶ τοίνυν ἐν τῷ χειμῶνι φλέγμα γίνεται κατὰ τὴν κοιλίαν, ἐκκενοῦν αὐτὸ διὰ τῶν ἐμέτων συμβουλεύει. τοῦ θέρεος δὲ, τὴν ἐπιπολάζουσαν ἄνω χολὴν ἀντισπᾶν κάτω. καθαίρειν μέντοι τὸ σύμπαν σῶμα βουληθέντι σοι, θέρεος μὲν διὰ τῆς ἄνω, χειμῶνος δὲ διὰ τῆς κάτω κοιλίας φαρμακευτέον, ὡς ἐν ἀφορισμοῖς εἴρηται. τὰ μὲν γὰρ ἤδη πλεονάζοντα, ἡ κάθαρσις ἰᾶται, διὰ τῶν χωρίων ἢ ῥέπει τὴν κάθαρσιν ποιουμένη. ἀκτέα γὰρ ἢ ῥέπει διὰ τῶν συμφερόντων χωρίων. ὅσα δὲ κωλῦσαι θέλεις αὐξηθῆναι, C διὰ τῶν ἀντικειμένων χωρίων ἀντισπᾶν προσήκει.

Quæ cataclysmata obesis, ac gracilibus conueniant.

Τίνα τὰ κατακλύσματα τοῖσι παχυτέροισί τε, καὶ τοῖσι προσεσταλμένοισι συμφέροντα.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 16.

SInt autē cataclysmata crassioribus quidē & humidioribus magis salsa & tenuiora, siccioribus verò & gracilioribus, & imbecillis pinguiora & crassiora. At infusa sunt pinguia & crassa quæ ex lacte parantur, & aqua cicerum cocta, cæteráque id genus. Tenuia verò & salsa muria, aqua marina, & quæ sunt eiusmodi.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. ιϛʹ.

Ἔστω δὲ τὰ κατακλύσματα, τοῖσι μὲν παχυτέροισι καὶ ὑγροτέροισιν ἁλμυρώτερα καὶ λεπτότερα, τοῖσι δὲ ξηροτέροισι, καὶ προσεσταλμένοισι, καὶ ἀσθενεστέροισι, λιπαρώτερα καὶ παχύτερα. ἔστι δὲ τῶν κατακλυσμάτων λιπαρὰ καὶ παχέα, D τὰ ἀπὸ τῶν γαλάκτων, καὶ ἀπὸ ἐρεβίνθων ὕδωρ ἑφθὲν, καὶ τῶν ἄλλων τῶν τοιουτέων. τὰ δὲ λεπτὰ καὶ ἁλμυρὰ, ἅλμη καὶ θάλασσα, καὶ τὰ τοιαῦτα.

COMMENTARIVS GALENI.

QVæ magis incidunt cataclysmata corpulentioribus adhibenda existimat, hi nanque sunt pituitosiores. Leniora verò gracilibus, vt qui sunt biliosiores. Porrò quales amborum sint materiæ, ex verbis proximis constat, adeò vt interpretationem non requirat. Quamobrem iis relictis ad sequentia me conuertam.

ΥΠΟΜΝΗΜΑ ΓΑΛΗΝΟΥ.

Τὰ τμητικώτερα μὲν ἐπὶ τῶν παχυτέρων ἀξιοῖ προσφέρειν, φλεγματικώτεροι γὰρ οὗτοι. τὰ λειότερα δ' ἐπὶ τῶν ἰσχνῶν, ὡς ἂν χολωδεστέρων ὄντων. ὁποῖαι δέ εἰσιν ἑκατέρων αἱ ὗλαι, διὰ τῆς ἐχομένης ῥήσεως ἐδήλωσεν, ἐξηγήσεως οὐ δεομένης· διὸ καὶ παραλιπὼν αὐτὴν, ἐπὶ τὰ συνεχῆ τρέψομαι.

E

Obesis quando vomitus prouocandus.

Ὅτε χρὴ τοῖσι παχέσι τὸν ἔμετον ποιέεσθαι.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 17.

VOmitus autem hoc modo prouocandi sunt. Qui homines obesi sunt, ac minimè tenues, ieiuni vomant à cursu, aut celeri deambulatione circa meridiem.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. ιζʹ.

Τοὺς δὲ ἐμέτοις ὧδε χρὴ ποιέεσθαι. ὅσοι μὲν τῶν ἀνθρώπων παχέες εἰσὶ, καὶ μὴ ἰσχνοὶ, νήστιες ἐμεούντων, δραμόντες, ἢ ὁδοιπορήσαντες διὰ τάχεος κατὰ μέσον τῆς ἡμέρης.

COMMENTARIVS GALENI.

EXcalefactum esse corpus obesis, qui vomituri sunt, præcipit, vt humores pituitosi, quos crassi copiosos habent, diffundantur. Quin & vasorum adapertio, omniúmque angustorum meatuum raritas, sic potissimum queat accidere. Cæterùm hęc omnia ad vomitum facilem, citráque molestiam excitandum conducunt.

ΥΠΟΜΝΗΜΑ ΓΑΛΗΝΟΥ.

F Ἐκτεθερμάνθαι βούλεται τὸ σῶμα τοῖς παχέσιν, ἐμεῖν μέλλουσιν ἕνεκα τῆς χύσεως τῶν φλεγματικῶν χυμῶν, οὓς πλείους ἔχουσιν οἱ παχεῖς. ἀλλὰ καὶ ἡ τῶν ἀγγείων ἀναστόμωσις, ἁπάντων τε τῶν κατὰ λεπτὸν πόρων ἀραίωσις, οὕτως ἂν μάλιστα γένοιτο. χρήσιμα δὲ ταῦτα πάντα πρὸς τὸ ῥαδίως τε, καὶ ἀλύπως γίνεσθαι τὸν ἔμετον.

Τμητικὸν πόμα.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. ιη'.

Ἔστω δὲ ἡμικοτύλιον ὑσσώπου τετριμμένου ἐν ὕδατος χοεῖ, καὶ τοῦτο ἐκπιέτω, ὄξος παραχέων, καὶ ἅλας παραβάλλων, ὅκως ἂν μέλλῃ ἥδιστον ἔσεσθαι.

ΥΠΟΜΝΗΜΑ ΓΑΛΗΝΟΥ.

Ὅτι τμητικὸν εἶναι βούλεται τὸ πόμα, καὶ δι' ἥν τινα αἰτίαν, οὐκ ἄδηλον. ἐπεὶ γὰρ οἱ παχεῖς ἄνθρωποι, καὶ τοὺς χυμοὺς ἔχουσι τοὐπίπαν παχεῖς τε καὶ ψυχρούς, καί τινας αὐτῶν, καὶ γλίσχρους, διὰ τοῦτο τμητικὸν εἶναι κελεύει τὸ ποτὸν αὐτῶν. ὁπόσον δέ τι τὸ πλῆθος δίδωσιν οὗ συντίθησι πόματα, οὐκ ἀκριβῶς ἔχω φάναι, διὰ τὸ, μέτρον, ἔστιν ὅτε, ὃ καλοῦσι χοέα, μὴ τὸ αὐτὸ μέγεθος ἔχειν παρὰ πᾶσιν. εἰ δὲ τὸν Ἀττικὸν κελεύει πίνειν, οὐ πάνυ συντίθεμαι τοῖς ἔθεσι, πολὺ γὰρ εἶναί μοι δοκεῖ. συνήθες μέντοι τοῖς παλαιοῖς ἦν, εἴτε ὀῤῥῷ γάλακτος, εἴτε τοιούτῳ τινὶ κατακλύσματι προείλοντο χρῆσθαι, πάμπολυ τῷ πλήθει διδόναι.

Ὅκως χρὴ τὸ ἐμετικὸν πιεῖν.

ΡΗΣΙΣ ΙΓΓΟΚΡΑΤΟΥΣ. ιθ'.

Πινέτω δὲ τὸ μὲν πρῶτον ἡσυχέστερον, ἔπειτα δὲ ἐπὶ θᾶσσον.

ΥΠΟΜΝΗΜΑ ΓΑΛΗΝΟΥ.

Ἂν μὲν οὖν ἐν ἀρχῇ πίῃ λάβρως, εὐθέως ἐμεῖται, πρὶν ἐκπίῃ τὸ πᾶν, ἀποῤῥύψαι τε τοὺς ἐν τῇ γαστρὶ χυμούς, οἷς συνεκκενοῦνται, καὶ οἱ κατὰ τὰς πρώτας φλέβας. ἐὰν δὲ ἐν ἀρχῇ μὲν ἡσυχέστερον, ὕστερον δὲ πλεῖον πάντως πίῃ, οὕτω δυνήσεται χρόνῳ τε συμμέτρῳ κατασχεῖν, ὁρμήσει τε πρὸς ἔμετον ἐν καιρῷ διὰ τὸ πίνειν ἀθροώτερον ὕστερον.

Δίαιτα τοῖσι λεπτοτέροισί τε, καὶ τοῖσιν ἀσθενεστέροισιν ἐπιτήδειος.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. κ'.

Οἱ δὲ λεπτότεροι καὶ ἀσθενέστεροι, ἀπὸ σιτίων ποιεέσθωσαν τὸν ἔμετον τρόπῳ τοιῷδε. λουσάμενοι θερμῷ, προπιέτωσαν ἀκρήτου κοτύλην, ἔπειτα σιτία παντοδαπὰ ἐσθιέτωσαν, καὶ μὴ πινέτωσαν ἐπὶ τῷ σιτίῳ, μηδὲ ἀπὸ τοῦ σιτίου, ἀλλὰ ἐπισχέτωσαν ὅσον τέσσαρα στάδια διελθεῖν. ἔπειτα δὲ συμμίξας οἴνους τρεῖς πίνειν διδόναι αὐστηρόν, καὶ γλυκύν, καὶ ὀξύν. πρῶτον μὲν ἀκρητέστερον, καὶ κατ' ὀλίγον, καὶ διὰ πολλοῦ χρόνου· ἔπειτα δὲ ὑδαρέστερόν τε καὶ θᾶσσον, καὶ κατὰ πολλόν.

ΥΓΟΜΝΗΜΑ ΓΑΛΗΝΟΥ.

Λουσάμενον θερμῷ, προπίνειν ἀξιοῖ πόματος ἀκρατεστέρου, λογισμῷ τοιῷδε χρώμενος, ὡς ἄν εἰκάσειέ τις· ἐκ τοῦ θερμοῦ λουτροῦ θερμαίνεται πᾶν τὸ σῶμα, καὶ οἱ χυμοὶ χέονται, καὶ χαλαρὰ γίνονται τὰ ἀγγεῖα, τὰ αὐτὰ δὲ ταῦτα καὶ ὁ ἀκρατέστερος οἶνος ἐργάζεται, μετὰ τοῦ καὶ ῥωννύναι τὴν δύναμιν, ἧς μάλιστα φροντίζειν ἔοικεν ἐπὶ τῶν ἰσχνῶν. ἔπειτα,

Potus incidens.

TEXTVS HIPPOCRATIS 18.

Hyssopi hemina dimidia in aquæ congio contriti potui exhibeatur, affuso aceto, & addito sale, quò fiat iucundissima.

COMMENTARIVS GALENI.

QVòd potum incidētem esse cupiat, & quam ob causam, haud obscurum. Quoniam enim crassi homines, crassos etiam humores & frigidos, & quosdam eorum viscosos plerunque habent, ideo potionem ipsorum incidentem esse iubet. Quantam verò copiam illius, vnde cōficit potum, exhibeat, non exactè possum dicere; quòd mensura quam interdum cōgium nominant, non eandem apud omnes habeat magnitudinem. Si verò Atticum bibere præcipiat, non admodum consuetudini consentit. Multum nanque esse mihi videtur; etsi apud veteres moris erat, siue lactis sero, siue huiusmodi quodam cataclysmate volebant vti, permultum id exhibere.

Quomodo emeticum bibendum.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 19.

Ac primùm quidem sensim, deinde verò celeriùs ebibatur.

COMMENTARIVS GALENI.

SI igitur initio bibat affatim, mox euomet, ac priùs quàm totum ebiberit; proiiciétque humores in ventriculo contentos; cum quibus & in primis venis recepti euacuantur. Quòd si primùm lentiùs, dein copiosiùs bibat, & tempore mediocri continere poterit, & tempestiuè ad vomitum incitabitur; eo quòd postea confertim magis biberit.

Diæta gracilioribus & imbecillioribus idonea.

TEXTVS HIPPOCRATIS 20.

Graciliores autem & imbecilliores à cibis hunc in modum concitent; loti calidā meri heminam præbibant, mox cibos cuiusuis generis comedant, neque inter cibòs, neque à cibis bibant, sed se contineant quanto tēpore quis quatuor stadia percurrat. Deinde triplex illis vinum in potum permiscebis, austerum, dulce, & acidum, primùm quidem meracius, sensim, & ex magno interuallo: deinde verò dilutius, celerius, & affatim.

COMMENTARIVS GALENI.

IVbet hic calida lotum, meracius præbibere; hac (vt coniicere possum) ratione vsus, quòd ex calida lotione totum corpus incalescat, & humores diffundantur, vasáque laxiora fiant. Eadem verò hæc & vinum meracius efficit; præterquam quod facultatem corroborat; cuius rationem in gracilibus habere oportet. Postea cibum

cibum varium assumant, inquit, cuius causam omnes expositores non eandem tradiderunt. Quibusdam enim illorum varia exhiberi videntur, quòd inuicem luctantia faciliùs vomitum concitent, aliis quòd plus ingeratur. Nam simplicia eiusdémque speciei celeriùs implent. Verùm iis statim bibere non permittit, ne cibi mox supernatent; quod fieri nequaquam velit. Atque ideo tempus aliquod interea, quod ad nutritionem sufficiat, consumendum præstitit; nempe quo stadia quatuor perficias. His ita præmissis, potum adiicit, terna vina, qualitate inuicem differentia. Iubet enim aliquod ipsorum esse austerum, aliud dulce, aliud acidum; non relata ne hic quidem causa cur ita iniunxerit. Qui verò diuinant ipsius sententiam, aiunt austerum instrumentis corroborandis, per quæ vomitus accidet, exhiberi; Dulce, vt vomitum incitet, & humores diffundat; Acidum demum, vt quæ ventriculo sunt infixa, detergat. Forsan igitur cibos omnium qualitatum genere ipsos assumere iussit, vt ventriculum alij confirment, alij ad vomitum proritent, alij succos infartos abstergant. Quod autem sæpius dicere soleo in sociorum amicorúmque consortio, id nunc quoque dicam. Non parum mihi videntur errare viri qui sectam dogmaticam profitentur, eo quòd citra rationem prolatam, ea quæ consulunt, haud aliter quàm regia quædam decreta pronunciant. Præstiterat enim cuiusque rei vim, operis autorem explicasse, sicut Hippocrates in libro de Ratione Victus in morbis acutis factitauit, vbi ptissanæ meminit. Nam viscositas eius lenis; continua, iucunda, lubrica, & modicè laxa est, sitim arcet, & vbi ablutione opus est, facilè descendit; non adstringit, non vellicat grauiter, neque in ventre tumescit. Sic idem de aqua mulsa, de vino, de oxymelite, item de lauacris conscripsit. Itaque viæ iam nos principium habemus, qua post autorem nonnulla ab ipso prætermissa adiiciemus. Atqui dicta sunt omnia præter causæ rationem. Siquidem quòd vinum bibere meracius primùm, sed modicè & paulatim retulerit, postea dilutius, celerius, & copiosè, explorare nos oportet qua id sententia ille scripserit. Verùm aliàs exploratio tota, res est ambigua, maximè verò quum hominis sententia adhuc sit incognita. Dilutius igitur vinum bibere, & ocyus, tum copiosè, meritò dictum videbitur de his qui vomitum expetunt. Siquidem contraria, cohibere ipsum volentibus, & alimentum concoquere, sunt idonea; puta, meracius, modicè & paulatim bibere. Cur autem omninò ad coërcendum accommoda primùm in eo qui paulò post vomiturus est, vsurpauit, probabile nihil dicere possumus; forsan hinc autori probabile videbatur, quod etiam interpretum nonnullis placet; quia virtutem tenuium hominum, de quibus hæc scribit, dissolui nolit, ideo primum illam corroborat; mox ita ad vomitum cientia proficiscitur. Sed ad vires firmandas tempus à cibis oblatis suffecerat. Porrò aliud alij probabile (vt dixi) est, non absectum, ceu vnum quoddam, sicut necessarium, quod scientificis demonstrationibus confirmatur.

A φησί, σιτία παντοδαπὰ ἐσθιέτωσαν. τούτου δὲ λογισμὸν οὐ τὸν αὐτὸν πάντες ἔγραψαν οἱ ἐξηγησάμενοι τὸ βιβλίον. ἐνίοις μὲν γὰρ αὐτῶν δοκεῖ διδόναι παντοδαπὰ, διότι στασιάζοντα πρὸς ἄλληλα, ῥᾷον εἰς ἔμετον ὁρμᾷ. τισὶ δὲ παρὰ τὸ πλεῖον προσενεγκέσθαι, τὰ γὰρ ἁπλᾶ καὶ μονοειδῆ ταχέως ἐμπίπλησιν. οὐκ ἐᾷ δὲ πίνειν εὐθέως αὐτοὺς, ἵνα μὴ ταχέως ἐπιπολάσῃ τὰ σιτία, ὃ οὐ βούλεται. διὰ δὲ τὸ μὴ γενέσθαι τοῦτο, καὶ χρόνον τινὰ μεταξὺ πρὸς τὴν θρέψιν αὐτάρκη διατρίβειν ὁρίζει, καὶ τὸν χρόνον δὲ αὐτὸν εἶπεν, ὅσον τεσσάρων σταδίων διελθεῖν. ἐπὶ δὲ τούτοις, οὕτω παραχθεῖσι, δίδωσι τὸ ποτὸν, οἴνους τρεῖς διαφέ-
B ροντας ἀλλήλων κατὰ ποιότητα. κελεύει γὰρ εἶναι τὸν μὲν τινα τῶν οἴνων αὐστηρὸν, τὸν δὲ γλυκὺν, τὸν δὲ ὀξύν. οὐκ εἰπὼν οὐδὲ ἐνταῦθα τὴν αἰτίαν, δι' ἣν οὕτως ἐκέλευσεν. οἱ δ' ἀπομαντευόμενοι τῆς γνώμης αὐτοῦ, φασὶ τὸν μὲν αὐστηρὸν διδόναι, ῥώμης ἕνεκα τῶν ὀργάνων, δι' ὧν ὁ ἔμετος ἔσται. τὸν δὲ γλυκὺν, ἵνα εἰς ἔμετον ὁρμήσῃ, καὶ διὰ τὸ χέειν τοὺς χυμοὺς τὸν γλυκὺν οἶνον. τὸν δ' ὀξὺν, ἵνα ἀπορρύψῃ τὰ ἐμπεπλασμένα τῇ γαστρί. τάχα γοῦν καὶ τὰ σιτία παντοδαπὰ κατὰ τὰς ποιότητας ἐκέλευσε λαμβάνειν αὐτοὺς, ἵνα τὰ μὲν ῥώσῃ τὴν γαστέρα, τὰ δὲ εἰς ἔμετον παροξύνῃ, τὰ δὲ ἀπορρύψῃ τοὺς ἐμπεπλασμένους χυμούς.
C ὅπερ δὲ λέγω πολλάκις, ἐν ταῖς πρὸς τοὺς ἑταίρους τε, καὶ τοὺς ἄλλους φίλους συνουσίαις, ἐρῶ καὶ νῦν. οὐ σμικρά μοι δοκοῦσιν ἁμαρτάνειν, οἱ τὴν δογματικὴν αἵρεσιν ἄνδρες πρεσβεύοντες, ἄνευ τοῦ τὸν λογισμὸν εἰπεῖν ὧν συμβουλεύουσιν, ἀποφαινόμενοι καθάπερ τινὰ προστάγματα βασιλικά. βέλτιον γὰρ ἦν ἑκάστου τῶν πραττομένων, αὐτὸν τὸν γράψαντα τὸ βιβλίον εἰπεῖν τὴν δύναμιν, ὡς Ἱπποκράτης ἐποίησεν ἐν τῷ περὶ διαίτης ὀξέων, ἐπὶ τῆς πτισάνης εἰπών. τὸ γὰρ γλίσχρον αὐτῆς λεῖον, καὶ προσηνὲς, καὶ συνεχές ἐστι, καὶ ὀλισθηρὸν, καὶ πλαδαρὸν μετρίως, καὶ ἄδιψον, καὶ εὐέκπλυτον, εἴ τι καὶ τούτου
D προσδέοι, καὶ οὔτε στύψιν ἔχον, οὔτε ἄραδον κακὸν, οὔτε ἀνοιδίσκεται ἐν τῇ κοιλίᾳ. οὕτως δὲ καὶ περὶ μελικράτου, καὶ οἴνου, καὶ ὀξυμέλιτος, ἔτι τε λουτρῶν ἔγραψεν, ὥστε ἀρχὴν ἔχειν ἡμᾶς τῆς ὁδοῦ καθ' ἣν ἀκολούθως τῇ συγγραφῇ, τῶν οὐκ εἰρημένων ὑπ' αὐτοῦ προσθῶμέν τινα. καὶ νῦν οὖν εἰρηκότος αὐτοῦ τἆλλα, χωρὶς τοῦ τῆς αἰτίας λογισμοῦ, καὶ μέντοι ὡς ἤτοι πίνειν ἔνεστι τὸν οἶνον πρῶτον μὲν ἀκρατέστερον, καὶ κατ' ὀλίγον, καὶ διὰ πολλοῦ, ἔπειτα δὲ ὑδαρέστερόν τε, καὶ θᾶσσον, καὶ κατὰ πολλόν. ἡμᾶς δεῖ στοχάζεσθαι τῆς γνώμης αὐτοῦ, καθ' ἣν ἔγραψεν. ἔστι δὲ καὶ ἄλλως μὲν ἅπας στοχασμὸς, ἀμφίβολον
E πρᾶγμα· μάλιστα δὲ ὅταν ἔτ' ἀνθρώπου γνώμη ἠγνόηται. τὸ μὲν οὖν ὑδαρέστερον πίνειν τὸν οἶνον, καὶ θᾶσσον, καὶ κατὰ πολλὸν, εἰκότως ἂν εἰρῆσθαι δόξειεν ἐπὶ τῶν ἐμεῖν ἐθελόντων. εἴπερ γε καὶ τἀναντία τοῖς κατασχεῖν βουλομένοις, καὶ πέψαι τὴν τροφὴν, ἐστὶν ἐπιτήδεια, τό τε ἀκρατέστερον, καὶ κατ' ὀλίγον, καὶ διὰ πολλοῦ. διὰ τί δ' ὅλως τὰ πρὸς τὸ κατασχεῖν ἁρμόττοντα πρῶτα παρέλαβεν ἐπὶ τοῦ μέλλοντος ἐμεῖν ὀλίγον ὕστερον, οὐκ ἔχομεν εἰπεῖν τι πιθανόν. ἴσως δ' ἐκείνῳ τῷ γράψαντι ταῦτα, πιθανὸν ἐδόκει τὸ καὶ τῶν ἐξηγητῶν ἐνίοις ἀρέσκον. ἐπειδὴ βούλεται μὴ καταλύεσθαι τὴν δύναμιν τῶν
F λεπτῶν ἀνθρώπων ὑπὲρ ὧν ταῦτα γράφει· διὰ τοῦτ' οὖν πρότερον ἐκείνην ῥώννυσιν, εἶθ' οὕτως ἐπὶ τὰ τὸν ἔμετον κινοῦντα παραγίνεται. ἀλλ' εἰς τὸ ῥωσθῆναι τὴν δύναμιν, αὐτάρκης ἦν ὁ ἐπὶ τῇ τῶν σιτίων προσφορᾷ χρόνος. ἄλλο δὲ ἄλλῳ πιθανὸν, ὡς ἔφην ἐστὶν, οὐκ ἀποτετμημένον, ὡς ἕν τι, καθάπερ τὸ ἀναγκαῖον, ὃ κατὰ τὰς ἐπιστημονικὰς ἀποδείξεις βεβαιοῦται.

A

ΥΠΟΜΝΗΜΑ ΓΑΛΗΝΟΥ.

Εἰ οὕτως ἐγέγραπτο πάντα τοῖς δογματικοῖς ἰατροῖς, οὐκ ἂν εἶχον ἀφορμὴν πολυλογίας οἱ ἐξηγηταί. λέγω δὴ οὕτως ὡς προσθεῖναι τὴν αἰτίαν, δι᾽ ἣν ὧδέ πως ἐκέλευσε πράττειν ἡμᾶς, ὅπερ νῦν ἐποίησεν ὁ Πόλυβος.

COMMENTARIVS GALENI.

SI ita dogmatici medici omnia scripsissent, nulla esset loquacitatis occasio interpretibus relicta. Dico autem ita, si causam adiecissent cur sic nos agere iuberent, quod nunc Polybus factitauit.

Δίαιτα τοῖσι γυμναζομένοισι τοῖσι διαῤῥέουσιν ἐπιτήδειος.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. κζ'.

B

Ὁκόσοις γυμναζομένοις μάλιστα διάῤῥοιαι λαμβάνουσι, καὶ τὰ ὑποχωρήματα σιτώδεα καὶ ἄπεπτα, τουτέοισι τῶν τε γυμνασίων ἀφαιρέειν, μὴ ἔλασσον τοῦ τρίτου μέρεος, καὶ τῶν σιτίων τοῖσιν ἡμίσεσι χρέεσθαι. δῆλον γὰρ δὴ, ὅτι ἡ κοιλίη ξυνθάλπειν οὐ δύναται, ὥστε πέσσεσθαι τὸ πλῆθος τῶν εἰσιόντων σιτίων. ἔστω δὲ τουτέοισι τὰ σιτία ἄρτος, ὡς ἐξοπτότατος ἐν οἴνῳ ἐντετριμμένος, καὶ τὰ πόματα, ὡς ἐλάχιστα καὶ ἀκρητέστατα, καὶ περιπάτοισι μὴ χρέεσθωσαν ἀπὸ τοῦ σιτίου. μονοσιτέειν δὲ χρὴ ὑπὸ τοῦτον τὸν χρόνον, οὕτω γὰρ ἂν μάλιστα ξυνθάλποιτο ἡ κοιλίη, καὶ τῶν εἰσιόντων ἐπικρατέοι. γίνεται δὲ ὁ τρόπος οὗτος τῆς διαῤῥοίης τῶν σωμάτων μάλιστα τοῖσι πυκνοσάρκοισιν, ὁκόταν ἀναγκάζηται ὁ ἄνθρωπος κρεηφαγέειν, τῆς φύσιος ὑπαρχούσης τοιαύτης. αἱ γὰρ φλέβες πυκνωθεῖσαι, οὐκ ἀντιλαμβάνονται τῶν σιτίων τῶν εἰσιόντων.

C

Exercitatis diarrhœa laborantibus diæta idonea.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 27.

QVos quum exercentur diarrhœæ potißimum afficiunt, & alui excrementa cibos referentia, ac incocta, iis tum exercitationum tertia pars non paucior, tum ciborum dimidia subtrahenda est. Constat enim sanè ventriculum ciborum copiam vt concoquat concalefacere nõ posse. Cibus iis esto panis quàm maximè tostus in vino intritus, & potus quampaucißimi, & meracissimi neque deambulationibus à cibo vtantur. Sub hoc verò tempus semel duntaxat cibum sumere eos conuenit. Sic enim vel maximè concalefiat ventriculus, & ingestos cibos superauerit. Hoc autem alui profluuij genus corporum habitus densiori carne præditos potißimum exercet, quando ita natura comparatus est homo, vt ad carnium esum compellatur. Venæ siquidem condensatæ cibos ingestos non recipiunt.

ΥΠΟΜΝΗΜΑ ΓΑΛΗΝΟΥ.

Οὐ περὶ τῶν τῆς ὑγιείας ἕνεκα γυμναζομένων ἔοικε ποιεῖσθαι τὸν λόγον νῦν, ἀλλὰ περὶ τῶν γυμναστικὸν βίον μετιόντων ἐπιτηδεύματων, καὶ μήτε παύεσθαι τελέως αὐτοῦ δυναμένων, μήτε εἰς πάνυ βραχὺ συστεῖλαι, διὰ τοῦτο αὐτῶν ἀφαιρεῖ, τῶν μὲν γυμνασίων τὸ τρίτον μέρος, τῶν δὲ σιτίων τὸ ἥμισυ. τοσοῦτο γὰρ ἐλπίζει κρατήσειν αὐτοῦ, ὡς μηκέτι ἄπεπτά τε καὶ διαῤῥοίζεσθαι. ὀρθῶς δὴ ἐποίησε κἀνταῦθα προσγράψας αὐτῶν τὸν λογισμὸν, ᾧ χρώμενος, αὐτά τε ταῦτα, καὶ τὰ τούτοις εἰρημένα συνεβούλευσε. οὗτος γὰρ, φησὶν, ὁ τρόπος ἐστὶ τῆς διαῤῥοίης τοῖσι πυκνοσάρκοισι, ὅταν κρεηφαγεῖν ἀναγκάζονται. δηλώσας ἐνταῦθα περὶ τῶν γυμναστικῶν εἶναι τὸν λόγον αὐτοῦ, κρεηφαγεῖν γὰρ ἀναγκάζουσι τούτους. εἶτ᾽ ἐφεξῆς φησιν, αἱ φλέβες πυκνωθεῖσαι, οὐκ ἀντιλαμβάνονται τῶν σιτίων τῶν εἰσιόντων. ἀσαφῶς δὲ εἶπε τοῦτο, καὶ διὰ τοῦτο ἠναγκάσθησαν ὑπολαβεῖν οἱ ἐξηγηταί, τὰς πυκνωθείσας αὐτὸν λέγειν, ἀντὶ τοῦ σκληρὰς γινομένας, καὶ δυσεκτάτους, ὡς μὴ παραδέχεσθαι τὴν τροφὴν, καὶ σημαίνεσθαι τοῦτό φασιν, ἐκ τοῦ οὐκ ἀντιλαμβάνονται τῶν σιτίων. ἀλλὰ τοῦτό γε τὴν ἀνάδοσιν μᾶλλον, οὐ τὴν πέψιν εἴωθε βλάπτειν, ὥστε διαχωρεῖν μὲν αὖθις ὑγρὰ, οὐ μὴν ἄπεπτα. προείρηται δὲ ὑπ᾽ αὐτοῦ σιτώδη, καὶ ἄπεπτα τοὺς τοιούτους διαχωρεῖν. ὁπόταν δὲ προσγράψαντος αὐτοῦ τὸν λογισμὸν, ᾧ πιστεύσας συνεβούλευσεν ἃ συνεβούλευσεν, ὅμως ἀπορία τις ὑπολείπεται, τί χρὴ νομίζειν γίνεσθαι κατ᾽ ἐκείνους τῶν λόγων, ἐν οἷς οὐ προσέγραψε τὴν αἰτίαν ὧν κελεύει ποιεῖν ἡμᾶς. ἐγὼ δὲ εἰ μὲν μὴ προσεγεγράφει περὶ τῶν πυκνοσάρκων, ὡμολόγουν ἂν ἀπορεῖν παντάπασιν, ὡς ἐπὶ πολλῶν ἄλλων, ἐν οἷς οὐδὲν τοιοῦτον προσθέντος τοῦ συγγραφέως, ἀποφαίνονται τολμηρότατοι τὸ ἐπελθὸν αὖθις οἱ ἐξηγηταί. ἐπεὶ δὲ αὐτὸς ἐμνημόνευσε τῶν πυκνοσάρκων, ἀφορμὴν ἔδωκε τοῦ γράψαι τε καὶ αὖθις, χρήσιμον ἐπὶ τῶν

COMMENTARIVS GALENI.

NOn de iis qui sanitatis gratia exercentur, hunc sermonem instituere videtur, sed de illis qui studium aliquod gymnasticum subeunt, nec inde prorsus abstinere possunt, nec in arctum adeò contrahere. Ideò tertiam exercitij partem eis adimit, ciborum verò dimidiam. Tantillum enim sperat euinci posse, vt nec cruditate, nec ventris profluuio laborent. Rectè autem fecit & hîc, qui rationem ipsorum adscripserit; qua vtens, tum hæc ipsa, tum his explicata consuluit. *Siquidem hic profluuij modus*, inquit, *densa carne præditis accidit quum carnes edere coguntur.* Innuit hîc gymnasticos, quibus carnis esum præcipiunt. Deinde subnectit, Venæ densatæ cibos ingredientes non excipiunt. Obscurè hoc protulit, ideóque suspicari interpretes coacti sunt, densas pro duras, minúsque exporrectas, vt alimentum non recipiant, ipsum intelligere. Atque hoc significari aiunt, inde, quia cibos non excipiunt; quod distributionem magis quàm concoctionem lædere consueuit. Quare humida non tamen incocta ipsi deiiciunt, etsi author prædixerit cibos referentia crudáque tales per aluum reddere. Porrò cum ratione addita, cui fidens ille, visa sibi consuluit, dubitatio adhuc aliqua relinquatur, quid putandum est in illis fieri sermonibus, vbi causam eorum, quæ nobis facere iniungit, omisit? Ego sanè nisi densorum meminisset, faterer me planè hæsitare, vt in multis aliis; in quibus quum nihil eiusmodi scriptor adiecerit, audacissimi interpretes, quicquid ipsis in mentem venit, effutiunt. At quia Polybus ipse densa carne præditorum mentionem facit, occasionem & ipsis scribendi præbuit, quid huiusmodi naturis conueniat.

D

E

F

conueniat. Nam tales celerrimè copiam colligunt, parum perfectè perspirantes; eóque digestione retenta, humidæ omninò deiectiones euadunt; interdum non modo humidæ, sed etiam tenues, præsertim in edacibus. Quum enim quippiam ex deglutitis distribuitur, promptius venter reliqua concoquit. Quòd si in eo maneat ciborum copia, quum interdum ab eis grauetur, omnia ante concoctionem excutiuntur. Forsan ob venarum duritiem, alimenti distributio impediebatur, vt quæ magis extendi nequeant. Verùm talium naturarum curationem, ex contrariis apposuisse ipsum oportebat. Raritas namque & mollities totius habitudinis scopi existunt, molli frictione & pinguedine copiosa in soliis comparatæ. Hic quidem aduersus symptoma tantùm pugnat, cæterùm ipsius veluti radicem excindere negligit. Dictum est hoc quoque ab eo serie præposita. Liquet siquidem ventriculum fouere cibos non posse. Et profectò, si verè habitus densitatem, & venas non excipientes alimentum causatus est, falsò ventrem causatur. Siquidem hic ei tanquam verà dicenti concesseris, indubie etiam infra positam victus rationem rectè institutam esse concedes. Assum panem, potionem meracam, minus autem semel die cibum capere, non secundum epulas obambulare, probabis.

Naturam densam præcipitem esse.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 28.

HÆc autem natura quidem est preceps & ad vtramque partem vertitur, & huiusmodi corporum bonus habitus exiguo tẽpore viget.

COMMENTARIVS GALENI.

LVbricam vocauit naturam eorum qui densam carnem obtinent, vt quæ æquali celeritate mutetur. Nam subiungit, *vtrobique vertitur*, hoc est, in bonam, contrariamque habitudinem. Post hæc insuper adiungit, *& bonus huiusmodi corporum habitus exiguo tempore viget.* Ostensum namque est commentariis in Aphorismos, quòd exercitatorũ habitus probus cum sanguinis & carnium repletione naturalium facultatum robur conseruat. Sed quemadmodum illic habitudinem in summo bonam, indicauimus esse periculosam, quæ non citò raris corporibus aduenit, ita quoque in densioribus quamcelerrimè, quòd haud ex facili digerantur, accidit. Quippe quum relabi cogitur, repentè tum oritur, tum soluitur.

Rariores habitus diuturniores ac meliores.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 29.

ATqui rariores habitus ac hirsuti magis carniũ esum admittũt, laboresq; magis sustinẽt, diutiusq; in bona corporis habitudine perseuerant.

COMMENTARIVS GALENI.

HIrsuta corpora cutem magis raram, & carnosum genus habere, in opere de Temperamentis didicimus. Hæc itaque meritò ait carnis esum magis ferre, vt quæ perspirent; & labores, quoniam minus lassitudinem percipiunt. Hoc quoque in libro de Sanitate tuenda docuimus. Si hæc ita tolerant, etiam bonos habitus diuturniores habebunt, vt quæ non promptè ad summum perueniant.

A τοιούτων φύσεων. ἀθροίζουσι γὰρ οὗτοι τάχιστα πλῆθος, ἐλλιπῶς διαπνεόμενοι, καὶ διὰ τοῦτο τῆς ἀναδόσεως ἴσχομένης αὐτοῖς, ὑγρὰ μὲν πάντως γίγνεται τὰ διαχωρήματα. ποτὲ δὴ οὐχ ὑγρὰ μόνον, ἀλλὰ καὶ λεπτὰ, καὶ μάλιστα ἐπὶ τῶν ἀδδηφαγούντων. ὅταν μὲν γὰρ ἀναδίδοταί τι τῶν καταποθέντων, ἑτοιμότερον ἡ γαστὴρ πέττει τὰ κατάλοιπα. διαμένοντος δὲ ἐν αὐτῇ τοῦ πλήθους τῶν σιτίων, ὅταν ποτὲ βαρύνηται πρὸς αὐτῶν, ἀποτρίβεται πάντα πρὶν πεφθῆναι. ἴσως δὲ καὶ διὰ τὴν σκληρότητα τῶν φλεβῶν, ἡ τῆς τροφῆς ἀνάδοσις ἐκωλύετο, μὴ δυναμένων αὐτῶν ἐπὶ πλέον διατείνεσθαι, ἀλλὰ τήν γε τῶν τοιούτων φύσεων ἐπιμέλειαν

B ἐχρῆν αὐτὸν γεγραφέναι διὰ τῆς εἰς τοὐναντίον ἀγωγῆς. ἀραίωσις τε γὰρ καὶ μάλαξις ὅλης τῆς ἕξεως, εἰσὶν οἱ σκοποὶ, διὰ μαλακῆς τρίψεως, καὶ λίπους πολλοῦ ἐν τοῖς λουτροῖς γιγνόμεναι. ὁ δέ γε πρὸς τὸ σύμπτωμα μόνον ἵσταται, παραλιπὼν ὥσπερ τὰς οἷον ῥίζας ἐκκόψαι. λέλεκται δὲ κατὰ τὴν προκειμένην ῥῆσιν καὶ τοῦτο αὐτῷ. δῆλον γάρ ἐστι ἡ κοιλία συνθάλπειν οὐ δύναται, καὶ μὴν εἴπερ ἀληθῶς ᾐτιάσατο τὴν πυκνότητα τῆς ἕξεως, καὶ τὰς φλέβας οὐκ ἀντιλαμβανομένας τῆς τροφῆς, οὐκ ὀρθῶς αἰτιᾶται τὴν κοιλίαν. εἰ μὲν τις αὐτῷ συγχωρήσειεν ἀληθεύειν ἐν τούτῳ, συγχωρήσει καὶ τὴν ἐφεξῆς γεγραμμένην δίαιταν ὀρ-

C θῶς εἰρῆσθαι, τὸν ἐξόπτιον ἄρτον καὶ τὸ ποτὸν εὔκρατον. ἔλαττον δὲ καὶ τὴν μονοσιτίαν, καὶ τὸ μὴ περιπατεῖν ἐπὶ τοῖς σιτίοις.

Ὀξεῖαν εἶναι τὴν παχεῖαν φύσιν.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. κη'.

ΕΣτι δὲ αὕτη μὲν ὀξεῖη ἡ φύσις, καὶ τρέπεσθαι ἐφ' ἑκάτερα, καὶ ἀκμάζει ὀλίγον χρόνον ἡ εὐεξίη ἐν τοῖσι τοιουτοτρόποισι τῶν σωμάτων.

ΥΠΟΜΝΗΜΑ ΓΑΛΗΝΟΥ.

D ΟΞεῖαν εἶπε τὴν τῶν πυκνοσάρκων φύσιν, ἐν ἴσῳ τῷ ταχείας ποιουμένην τὰς μεταβολάς. ἐπιφέρων γοῦν ἐρεῖ, καὶ τρέπεσθαι ἐφ' ἑκάτερα, τουτέστιν ἐπί τε τὴν εὐεξίαν καὶ τοὐναντίον. ἐφεξῆς δὴ ἔτι φησὶ, καὶ ἀκμάζει ὀλίγον χρόνον ἡ εὐεξίη ἐν τοῖσι τοιουτοτρόποισι τῶν σωμάτων. ἐδείχθη γὰρ ἐν τοῖς εἰς τοὺς ἀφορισμοὺς ὑπομνήμασιν, ὅτι ἡ τῶν γυμναστικῶν εὐεξία μετὰ πληρώσεως αἵματός τε, καὶ σαρκῶν τὴν ῥώμην φυλάττουσα τῶν φυσικῶν δυνάμεων. ἀλλ' ὥσπερ ἐκεῖ τὴν ἐπ' ἄκρον εὐεξίαν ἐδείκνυμεν εἶναι σφαλερὰν, οὐ ταχέως γιγνομένην ἐν τοῖς ἀραιοῖς σώμασιν, οὕτω καὶ ἐπὶ τῶν πυκνοσάρκων, ἐπεὶ τάχιστα γίνεται, διὰ τὸ δυσφόρητον ἀναγκαζομένη δηλονότι μεταπίπτειν εὐθέως, ὀξεῖαν ποιεῖται τήν γένεσιν, καὶ τὴν λύσιν.

E

Τὰ ἀραιότερα τῶν σωμάτων χρονιώτερά τε καὶ καλλίονα.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. κθ'.

ΤΑ δὲ ἀραιότερα τῶν εἰδέων καὶ δασύτερα, καὶ τὴν κρεηφαγίην δέχεται, καὶ τὰς ταλαιπωρίας μᾶλλον ὑπομένει, καὶ χρονιώτεραι γίνονται αὐτέοισιν αἱ εὐεξίαι.

ΥΠΟΜΝΗΜΑ ΓΑΛΗΝΟΥ.

ΟΤι τὰ δασύτερα τῶν σωμάτων ἀραιότερον ἔχει τό τε δέρμα καὶ τὸ σαρκῶδες γένος, ἐμάθομεν ἐν τοῖς περὶ κράσεων. ταῦτ' οὖν εἰκότως φησὶ, καὶ τὴν κρεηφαγίαν ἀνέχεσθαι

F μᾶλλον, ὡς ἂν διαπνεόμενα, καὶ τὰς ταλαιπωρίας, ἧττον γὰρ ἁλίσκεται κόποις. ἐμάθομεν καὶ τοῦτο ἐν τοῖς ὑγιεινοῖς. εἰ δὲ ταῦτα, καὶ τὰς εὐεξίας ἕξει χρονιωτέρας, ὡς ἂν μὴ εἰς ἄκρον ἀφικνουμένας ἑτοίμως.

Δίαιτα ἐπιτήδειος τοῖσι τὰ σιτία ἀνερευγομένοισι.

ῬΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. λ΄.

ΚΑὶ ὁκόσοι τὰ σιτία ἀνερεύγονται τῇ ὑστεραίῃ, καὶ τὰ ὑποχόνδρια μετεωρίζεται αὐτέοισιν, ὡς ἀπέπτων τῶν σιτίων ἐόντων, τουτέοισι καθεύδειν μὲν πλείονα χρόνον ξυμφέρει. τῇ δὲ ἄλλῃ ταλαιπωρίῃ ἀναγκάζειν χρὴ αὐτῶν τὰ σώματα, καὶ τὸν οἶνον ἀκρητέστερον πινόντων καὶ πλείω, καὶ τοῖσι σιτίοισιν ἐλάσσοσι χρέεσθαι ὑπὸ τοῦτον τὸν χρόνον. δῆλον γὰρ δὴ, ὅτι ὑπ' ἀσθενείης καὶ ψυχρότητος, ἡ κοιλίη, οὐ δύναται τὸ πλῆθος τῶν σιτίων καταπέσσειν.

ΥΠΟΜΝΗΜΑ ΓΑΛΗΝΟΥ.

ΚΑλῶς ἐποίησεν ἐνταῦθα, προσθεὶς αὐτὸς ἐπὶ τῷ τέλει. δῆλον γὰρ δὴ ὅτι ὑπ' ἀσθενείης καὶ ψυχρότητος, ἡ κοιλίη, οὐ δύναται τὸ πλῆθος τῶν σιτίων καταπέσσειν. ὡς πρὸς τοῦτον γὰρ ἀποβλέπων τὸν σκοπὸν, ἐκθερμαίνειν αὐτὴν πειρᾶται. καὶ κατὰ τοῦτο καθεύδειν τε πλείω χρόνον αὐτοῖς συμβουλεύει, καὶ γυμνάζεσθαι. καὶ τὸν οἶνον ἀκρατέστερον πίνειν καὶ πλείονα, καὶ τοῖς σιτίοις ἐλάττοσι χρῆσθαι κατ' ἐκεῖνον τὸν χρόνον καθ' ὃν ἂν ἠπεπτηκότες τυγχάνωσιν, ὡς αὖ γε τῷ λοιπῷ γυμναζόμενοί τε καὶ κινούμενοι, καὶ πίνοντες τὸν οἶνον, ὡς εἰρήκαμεν, οὐδὲν τι δέονται τῆς συμμέτρου ποσότητος τῶν σιτίων ἀφαιρεῖν.

A Cibos eructantibus idonea diæta.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 30.

QVi postridie cibos eructant, & quibus hypochondria cibis non coctis attolluntur, iis longior somnus confert. Quin etiam ad alios corporis labores cogi debent, vinúmque meracius & copiosius bibere, & sub id tempus paucioribus vti cibariis. Constat enim sane ventriculum, præ imbecillitate & frigiditate, ciborum multitu-
B *dinem concoquere non posse.*

COMMENTARIVS GALENI.

PRobè ad sermonis calcem hic adiecit, constat enim ventriculum ciborum copiam imbecillitatis ac frigiditatis vitio concoquere non posse. Quippe huc respiciens, excalefacere ipsum conatur, ac ob id diuturniorem somnum ipsis consulit, item exercitia, ac vinum meracius & copiosius; cibos pauciores tunc, quum cruditatem contraxerint. Nam si reliquo tempore exercentur, mouentur, vinúmque bibunt
C (vti diximus) nihil à mediocri ciborum copia demendum erit.

Δίαιτα ἐπιτήδειος τοῖσι διψῶσι.

ῬΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. λα΄.

ΟΚόσοις δὲ δίψαι λαμβάνουσι, τουτέοισι τῶν τε σιτίων, καὶ τῆς ταλαιπωρίης ἀφαιρέειν, καὶ τὸν οἶνον πινόντων ὑδαρέα τε, καὶ ὡς ὅτι ψυχρότατον.

ΥΠΟΜΝΗΜΑ ΓΑΛΗΝΟΥ.

ΝΥν μὲν οὕτως εἴρηται τὸ γνώρισμα τῆς θερμῆς φύσεως, ἐν δὲ τῷ ἕκτῳ τῶν ἐπιδημιῶν κατὰ τήνδε τὴν ῥῆσιν. ἐν θερμῇ φύσει, ψυχρὸν ποτὸν ὕδωρ, ἐλιννύειν. αὐτὸς γὰρ ὀνομάσας τὴν κρᾶσιν τοῦ σώματος, ἐφεξῆς ἔγραψε τὴν δίαιταν, ἧς χρῄζουσιν οἱ οὕτω διακείμενοι, κεφάλαιον μὲν ἔχουσαν τὴν ψύξιν. ἐν δὲ τῷ κεφαλαίῳ τούτῳ τῆς διαίτης τὰ δραστικώτερα, ἥ τε ὑδροποσία ἐστὶν, καὶ ἡ ἀγυμνασία. κατὰ δὲ τὴν προκειμένην ῥῆσιν, τὸ μὲν ἐλιννύειν, ἑτέρῳ ὠνόμασεν, εἰπὼν καὶ τῆς ταλαιπωρίης ἀφαιρέειν. ἀντὶ δὲ τοῦ πίνειν ὕδωρ γράψας, καὶ τὸν οἶνον πινόντων ὑδαρέα τε, καὶ ὡς ὅτι ψυχρότατον, καί μοι δοκεῖ κάλλιον ἐνταῦθα παραινέσαι. τὸ γὰρ ὑδαρὲς πόμα καὶ ψυχρὸν, οὐκ ἐστέρηται μὲν τοῦ ἐμψύχειν. προσείληφε δὲ καὶ τὰς ἐκ τοῦ οἴνου ὠφελείας.

Sitientibus idonea diæta.

TEXTVS HIPPOCRATIS 31.

QVos autem sitis obsidet, iis cibi & labores subtrahendi, & vinum tam aquosum, quàm maximè frigidum propinandum.

D
COMMENTARIVS GALENI.

NVnc quidem calidæ naturæ notas sic prodidit. At in sexto Epidemiorum hisce verbis scriptum est. *In calida natura, frigida potio, & quies.* Ipse namque quum corporis temperamentum nominasset, mox diætam subijcit, qua sic affecti vtuntur, principale autem refrigerationem habet, ad quam consequendam, victus ratione efficaciora sunt, aquæ potio, & otium. In præposita serie quiescere aliud appellauit, quum diceret, laboribus de-
E mendum; pro aquæ potione scribens, vinum bibant dilutum, & perfrigidum. Atque mihi videtur hic rectiùs laudari. Siquidem diluta potio & frigida non priuata est refrigeratione; sumit autem ex vino præsidia.

Δίαιτα ἐπιτήδειος οἷσιν ἐκ γυμνασίης ὀδύναι ἐπιγίνονται κατὰ τὰ σπλάγχνα.

ῬΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. λβ΄.

ΟΚόσοισι δὲ ὀδύναι γίγνονται ἐκ τῶν σπλάγχνων, ἢ ἐκ γυμνασίης, ἢ ἐξ ἄλλης τινὸς ὁδοιπορίης, τουτέοισι ξυμφέρει ἀναπαύεσθαι ἀσιτίῃσι. πόματι δὲ χρέεσθαι ὅ, τι ἐλάχιστον εἰς τὸ σῶμα ἐσελθὸν, πλεῖστον οὖρον διάξει, ὅπως αἱ φλέβες, αἱ διὰ τῶν σπλάγχνων πεφυκυῖαι, μὴ κατατείνωνται πληρεύμεναι. ἐκ γὰρ τῶν τοιουτέων, τὰ φύματα γίνονται, καὶ οἱ πυρετοί.

Affectis viscerum doloribus ab exercitatione idonæa diæta.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 32.

QVibus verò viscerum dolores, aut ab exer-
F *citatione, aut ex alio aliquo itinere suboriuntur, his quiescere, & cibis abstinere confert. Potu autem vtantur, qui quàm paucissima copia plurimam vrinam ducat, vt ne venæ, natura visceribus insitæ, copia distendantur. Ex his enim causis, tubercula & febres oriuntur.*

COMMENTARIVS GALENI.

DE omnibus autem his præceptis abundè in opere de Tuenda valetudine disseruimus; & nunc memoriæ gratia, vt in superioribus, ita hac oratione exponemus. Multis enim liberis ab omni febre, dolores suboriuntur in visceribus, maximè iecinore, quum à cibo nos exercitauerimus, vel lauerimus, idque propter visceris meatuum angustiam, & humorum innatantium crassitudinem. Dum enim infarciuntur, retinentúrque arctis venarum terminis, per quos sanguinis fit transsumptio ex iecinoris caua parte in gibbam, transitus impediuntur. Atqui distendunt in cauitate videlicet iecoris venas; quibus ita affectis, dolorem sine febre etiam persentiscunt. Quiescere hos conuenit, quo tempore dolent, item bibere quod vrinam moueat, & iecur reseret. Nisi enim vrinas excernant his phymata & febres ex huiusmodi causis oboriuntur.

ΥΠΟΜΝΗΜΑ ΓΑΛΗΝΟΥ.

A

ΠΕρὶ πασῶν δὲ τῶν ὑποθηκῶν, ἐν τῇ τῶν ὑγιεινῶν πραγματείᾳ τελέως διελήλυθα, καὶ νῦν ὅσον ὑπομνήσεως ἕνεκα, καθάπερ ἐν τοῖς ἔμπροσθεν, οὕτως καὶ κατὰ τήνδε τὴν ῥῆσιν εἰρήσεται. πολλοῖς γὰρ τῶν ἀπυρέτων ὀδύναι ἐπιγίνονται κατὰ τὰ σπλάγχνα, καὶ μάλιστα κατὰ τὸ ἧπαρ, ὅταν ἐπὶ σιτίοις γυμνασάμενοι τύχωσιν, ἢ λουσάμενοι, καὶ γίνεται τοῦτο, διά στενοχωρίαν μὲν τῶν ἐν τῷ σπλάγχνῳ διεξόδων, πάχος τε τῶν ἀναφερομένων χυμῶν. ἐμφραττόμενοι γὰρ, καὶ ἐνισχόμενοι τοῖς στενοῖς πέρασι τῶν φλεβῶν, καθ' ἃ ἡ μετάληψις γίνεται τοῦ αἵματος ἐκ τῶν σιμῶν τοῦ ἥπατος εἰς τὰ κυρτὰ, κωλύουσι μὲν τὰς διεξόδους, διατείνουσι δὲ δηλονότι τὰς κατὰ τὰ σιμὰ τοῦ ἥπατος φλέβας, ἐφ' αἷς οὕτω παθούσαις ὀδυνῶνται χωρὶς τοῦ πυρέσσειν. ἀναπαύεσθαι δὲ τούτους χρὴ καθ' ὃν ἂν ἀλγῶσι χρόνον, καὶ πίνειν τι τῶν οὐρητικῶν, καὶ τὸ ἧπαρ ἐκφραττόντων. ἂν γὰρ μὴ οὐρήσωσι, φύματα καὶ πυρετοὶ ἐκ τοιαύταις προφάσεσιν ἐπιγίνονται.

B

A cerebro narcen & stranguriam oboriri.

Τὴν νάρκην τε καὶ τὴν στραγγουρίαν ἀπὸ τοῦ ἐγκεφάλου γίνεσθαι.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 33.

QVibus morbi ex cerebro oriuntur, narce primùm caput obsidet, vrinam crebrò mingit æger, eadémque quæ in stranguria perpetitur; isque ad dies nouem patitur. Et si quidem per nares, aut aures aqua vel mucus erumpat, morbo liberatur, & sedatur stranguria. Mingit autem multum, & citra dolorem, idque album, quoad viginti præterierint dies, & capitis dolor hominem relinquit, sed huic intuenti splendor obscuratur. Porrò virum prudentem ratiocinari oportet, sanitatem plurimi ab hominibus æstimandam esse, ac scire suo ipsius consilio in morbis opitulari.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. λγ΄.

ΟΚόσοισι δὲ αἱ νοῦσοι ἀπὸ τοῦ ἐγκεφάλου γίνονται, νάρκη πρῶτον ἴσχει τὴν κεφαλὴν, καὶ οὐρέει θαμινὰ, καὶ τἄλλα πάσχει ὁκόσα περ ἐπὶ στραγγουρίῃ. οὗτος ἐφ' ἡμέρας ἐννέα τοῦτο πάσχει. καὶ ἢν μὲν ῥαγῇ κατὰ τὰς ῥῖνας, ἢ κατὰ τὰ ὦτα ὕδωρ, ἢ βλέννα, ἀπαλλάσσεται τῆς νούσου, καὶ τῆς στραγγουρίης παύεται. οὐρέει δὲ ἀπόνως, καὶ πουλὺ, καὶ λευκὸν, ἔστ' ἂν εἴκοσιν ἡμέρας παρέλθῃ, καὶ ἐκ τῆς κεφαλῆς ἡ ὀδύνη ἐκλείπει τῷ ἀνθρώπῳ, ἐσορέοντι δὲ κλέπτεταί οἱ ἡ αὐγή. ἄνδρα δὲ χρὴ, ὅς ἐστι συνετὸς, συλλογισάμενον, ὅτι τοῖσιν ἀνθρώποισι πλείστου ἄξιόν ἐστιν ἡ ὑγιείη, ἐπίστασθαι ἐκ τῆς ἑωυτοῦ γνώμης, ἐν τῇσι νούσοισιν ὠφελέεσθαι.

C

COMMENTARIVS GALENI.

NOn iniuria multis hæc oratio suspecta fuit; nonnulli etiam damnauerunt in vniuersum, ceu eam ne Polybus quidem, nedum Hippocrates scripserit. Nam orationis exordium planè indistinctum est, vt quod à cerebro stuporem & vrinæ stillicidium fieri inferat. Neque verum esse poterit quod tradidit, si putes ipsum non omnes morbos qui à cerebro sunt, pronunciare tales existere, sed eos solùm in quibus circa aures narésque aqua aut mucus effluens morbum sedarit. Neque enim id fieri perpetuò, neque frequenter apparet.

ΥΠΟΜΝΗΜΑ ΓΑΛΗΝΟΥ.

ΕΙκότως ὑπωπτεύκασι ταύτην τὴν ῥῆσιν. ἔνιοι δὲ καὶ τελείως κατεγνώκασιν, ὡς οὔτε Πολύβου γεγραφότος αὐτὴν, οὔτε πολὺ μᾶλλον Ἱπποκράτους. ἥ τε γὰρ ἀρχὴ τοῦ λόγου παντάπασιν ἀδιόριστος, ἀξιοῦσα τὰς ἀπὸ τοῦ ἐγκεφάλου νάρκην τε καὶ στραγγουρίαν ἐπιφέρειν. οὔτε εἴπερ ἡγήσαιτό τις αὐτὸν οὐ πάσας τὰς ἀπὸ τοῦ ἐγκεφάλου νόσους ἀποφαίνεσθαι τοιαύτας ὑπάρχειν, ἀλλὰ μόνας, ἐφ' ὧν κατὰ τὰ ὦτα, καὶ τὰς ῥῖνας, ὕδωρ καὶ βλέννα ῥυεῖσα τὴν νόσον ἔπαυσεν, ἀληθὲς τὸ λεγόμενον, οὔτε γὰρ ἀεὶ φαίνεται τοῦτο γιγνόμενον, οὔθ' ὡς ἐπὶ τὸ πολύ.

D



ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ ΠΕΡΙ ΤΡΟΦΗΣ ΒΙΒΛΙΟΝ, ΚΑΙ ΕΙΣ ΤΟ ΤΑ ΓΑΛΗΝΟΥ ΥΠΟΜΝΗΜΑΤΑ ΤΕΣΣΑΡΑ.

ΥΠΟΜΝΗΜΑ Α'.

HIPPOCRATIS DE ALIMENTO LIBER, AC IN EVM GALENI COMMENTARII QVATVOR.

COMMENTARIVS PRIMVS.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΤΩΝ ΕΝ ΤΩι ΒΙΒΛΙΩι.

Περὶ τῶν τῆς τροφῆς γενῶν τε καὶ δυνάμεων, καὶ πρὸς τίνα αὐτὴ φέρεται μόρια· καὶ τίς εὐμετάβλητός τε καὶ δυσμετάβλητος, τίνες ταύτης ἀρχαί· τίνες, τίσιν, αἱ τροφαί· τίνες, οὔ.

ARGVMENTVM LIBRI.

De alimentorum generibus, & facultatibus; ad quas deuehantur partes; quæ faciliùs, & quæ difficiliùs transmutentur; quæ eorum principia; quæ, quibus alimenta; quæ, non.

Τροφὴ τῷ γένει μία, εἴδει δὲ πολλαί· δυνάμεις αὐτῆς καὶ ἐνέργειαι· τὴν αὔξησίν τε, καὶ τὴν θρέψιν τὰ τῆς φύσιος ἔργα, καὶ διὰ τὴν κίνησιν γίνεσθαι.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. α'.



ΡΟΦΗ καὶ τροφῆς εἶδος, μία καὶ πολλαί· μία μὲν, ᾗ γένος ἕν· εἶδος δὲ, ὑγρότητι καὶ ξηρότητι· καὶ ἐν τουτέοισιν ἰδέαι, καὶ πόσον ἐστὶ, καὶ ἐς τίνα, καὶ ἐς τοσαῦτα. αὔξει δὲ, καὶ ῥώννυσι, καὶ σαρκοῖ, καὶ ὁμοιοῖ, καὶ ἀνομοιοῖ τὰ ἐν ἑκάστοισι κατὰ φύσιν τὴν ἑκάστου, καὶ τὴν ἐξ ἀρχῆς δύναμιν. A

* * Καὶ γὰρ τό γε αὐξάνεσθαί τε, καὶ τρέφεσθαι, B φύσεως ἔργα εἶναι ἀποδέδεικται. τὰ δὲ οὐχ οἷά τε ποιεῖσθαι, ἐὰν τὸ σῶμα κατὰ μηδὲν ἐξαλλάττηται τῶν προϋπαρχόντων αὐτῷ. ἀνάγκη γὰρ τὸ σῶμα πρὸς κινεῖσθαι, εἴπερ αὔξησιν, ἢ μείωσιν λαμβάνει. αὗται δὲ αἱ κινήσεις, κατὰ τὸ ποσόν· ὡς ἐὰν λευκὸν ὑπάρχον, μελαίνοιτο, καὶ εἰ μέλαν, λευκαίνοιτο, κατὰ ποιότητα, ἤγουν κατὰ τὸ χρῶμα κινεῖσθαί φαμεν. οὕτω δὲ καὶ εἰ ἐκ τοῦ θερμοτέρου ψυχρότερον γένοιτο, ἢ ἀνάπαλιν, καὶ εἰ ἐκ ξηροῦ ὑγρὸν, ἢ ἐξ ὑγροῦ ξηρὸν, ἀλλοιοῦσθαι λέγεται. ἀλλὰ καὶ εἰ τόπον μεταλλάττον τύχῃ, κινεῖσθαι λεχθήσεται. ὁ δὲ

Alimentum vnum genere, specie multa; eius facultates, & effectus; auctionem & nutritionem naturæ functiones, motúque quantitatis fieri.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 1.



LIMENTVM & alimẽti species, vnum quidem quatenus genus vnum; species verò humiditate, & siccitate circũscribitur, in hisque formæ & quantitas inest, & ad quædã & ad tot referuntur. Auget autẽ, & roborat, & carnem gignit, & aßimilat, & dissimilia facit quæ singulis insunt pro cuiusque natura, & ea quæ adest ab initio facultate.

* * Etenim augeri, atque ali naturæ esse opera demonstratum est. Verùm hæc effici non possunt, nisi in corpore fiat alicuius eorũ, quæ priùs in ipso inerant, commutatio; omne enim corpus moueri necesse est, si incrementum, aut decrementum capit; atque hi motus in quantitate fieri dicuntur; sicut, si corpus album fiat nigrum, aut nigrum fiat album, in qualitate, hoc est, in colore moueri dicimus: simili quoque modo si ex calidiore frigidius, aut contrà reddatur; sique ex sicco humidum, aut ex humido siccum, alterari. Iam verò si locum mutet, moueri dicetur. Quod autem ipse

ipse ait, scimus vsu venire, quum quid ex minore, maius, aut ex maiore minus fiat, ita tamen, vt suam propriam formam seruet. Cæterùm de ortu, & interitu, atque ortum esse productionem ad essentiam, interitum verò eius contrarium, quid attinet dicere? præsertim quum iamdudum his de rebus multi Philosophi rectè disseruerint, & omnia genera motus explicauerint. * *

* * Quatuor enim qualitatibus vtitur, & ex iis effici elementa censet, tum ex elementis eos humores, qui in animantibus, stirpibúsque consistunt; eidem etiam placet, in animalibus, & stirpibus calorem, ac frigus esse magis efficaces, humorem, & siccitatem minus; id quod etiam sensisse videtur Hippocrates. Ac de hoc quidem inter omnes ferè & Philosophos, & Medicos conuenit, primas qualitates esse quatuor, calorem, frigus, humorem, & siccitatem: atque ex ipsarum temperatione effici cùm sensibilia elementa, tum partes omnes corporis, quæ constant è partibus similaribus inter se, & item organicas, quæ ex partibus inter se dissimilibus conflatæ dicuntur. Exorto autem animali, quum perfectam sit nactum magnitudinem, naturales facultates in ipso actionem suam obeunt; quo in numero versatur non modò nutrix, atque alteratrix; sed etiam auctrix; huius quidem facultatis est proprium, in omnes partes animal extendere; quum interdum in omnes partes extendi, iis solis sit, quæ à natura augentur, attributum; quod tamen sine alimento affluenti, atque adhærenti non potest contingere; siquidem incrementum sine humida substantia effici nullo modo potest; quocirca in iis, qui crescunt, adhibenda cautio est, ne multùm admodum, néve violenter exerceantur, ne fortè ipsorum incrementum cohibeamus, quum hoc scitum sit, omne animal semper à primo ortu sui quotidie fieri siccius. Ne verò te fallat alteratio, quòd ipsam idem esse, quod incrementum existimes; quandoquidem incrementum in quantitate, alteratio in qualitate efficitur. Proinde aliud planè est incrementum substantiæ, aliud alteratio. Incrementum autem progreditur vsque dum ossa firmata sint. Firmantur autem in parua mole, vel propter materiæ penuriam, vel propter siccitatem. Desistunt autem ab incremento corpora citiùs, aut seriùs, duplici de causa.

* * Hoc ipse proposita repugnantia significauit, quum dixit, *humiditate, & siccitate*; nouimus enim sicut plus, quàm oporteat, ita etiam minus, duabus effici de causis; vt quod plus est, propter redundantiam humoris, aut materiæ; quod minus, aut propter siccitatem superantem, aut propter materiam deficientem. Quamobrem corpus, quod si calidius, quàm oporteat, si in prima constitutione medium in humiditate, & siccitate habitum obtinuit, id omninò in florenti ætate siccum efficitur; idque tum magis, tum celeriùs, atque etiam si natura erat siccius, idem quoque eò citius senescet, quò celeriùs ad florentem ætatem peruenerit. Quum enim omnes inclinante ætate sicci reddantur, consentaneum est, vt quod natura sit siccius, id citiùs ad siccitatem perueniat; quare ob hanc causam. * Vtendum est his alimentis quæ

A αὐτὸς λέγει, ἴσμεν γίνεσθαι, ὅταν ἐξ ἐλάττονος ᾖ μεῖζον, ἢ ἐκ μείζονος ἔλαττον γένηται, καὶ τὸ οἰκεῖον εἶδος αὐτοῦ σώζῃ. περὶ δὲ τῆς γενέσεως, καὶ φθορᾶς, καὶ ὅτι ἡ γένεσίς ἐστιν εἰς οὐσίαν ἀγωγή, φθορὰ δὲ ἡ ἐναντία, τί χρὴ λέγειν, μάλιστα μὲν περὶ τούτων ἤδη πάλαι εἰρηκότων καλῶς τῶν πολλῶν φιλοσόφων, καὶ αὐτὰ τῆς κινήσεως εἴδη πάντα παραδεδωκότων. * * * χρῆται γὰρ ταῖς τέτταρσι, καὶ ἐξ αὐτῶν τὰ στοιχεῖα γίνεσθαι βούλεται· ἐκ τούτων δὲ τοὺς χυμούς, τοὺς ἐν τοῖς ζώοις τε, καὶ φυτοῖς συνισταμένους. καὶ ἐν ζώοις μὲν καὶ φυτοῖς μᾶλλον μὲν δρᾶν τὴν θερμότητα, καὶ
B τὴν ψυχρότητα· ἧττον δὲ τὸ ὑγρόν, καὶ τὸ ξηρόν· ὅπερ καὶ Ἱπποκράτης φαίνεται λέγειν. τοῦτο μὲν οὖν ὡμολόγηται πᾶσι σχεδὸν τοῖς φιλοσόφοις τε, καὶ ἰατροῖς, πρώτας εἶναι δ'. τὰς ποιότητας, τὴν θερμότητα, τὴν ψυχρότητα, τὴν ὑγρότητα, καὶ τὴν ξηρότητα. καὶ ἐκ τούτων κράσεως τὰ στοιχεῖα τὰ αἰσθητὰ γίνεσθαι, καὶ τὰ ὁμοιομερῆ πάντα τοῦ σώματος μόρια· εἶτα δὲ τὰ ὀργανικά, ἅπερ ἀνομοιομερῆ καλεῖται. γεννηθέντος δὲ τοῦ ζώου, ἐπειδὰν τὸ τέλειον ἀπολάβῃ μέγεθος, αἱ φυσικαὶ δυνάμεις ἐνεργοῦσιν ἐν αὐτῷ· καὶ μὴ μόνον ἡ θρεπτική, καὶ ἀλλοιωτική, ἀλλὰ καὶ ἡ αὐξητική. ταύτης δὲ τῆς δυνάμεως
C ἴδιόν ἐστιν εἰς πᾶν μέρος ἐκτεῖναι τὸ ζῶον. τὸ δὲ διατείνεσθαι πάντη μόνοις τοῖς ὑπὸ φύσεως αὐξανομένοις ὑπάρχει. τοῦτο δὲ ἄνευ τῆς ἐπιρρεούσης τε, καὶ προσπλαττομένης τροφῆς οὐ δύναται γίνεσθαι. οὐ γὰρ δύναται αὔξησίς ποτε γίνεσθαι ἄνευ τῆς ὑγρᾶς οὐσίας. διὸ ἐν τοῖς αὐξανομένοις φυλάττειν χρή, ὡς μήτε πάνυ πολλά, μήτε βίαια γυμνάζοιντο· μή πως αὐτῶν αὔξησιν ἐπισχῶμεν· τοῦτο γινώσκοντες, ὅτι ἀεὶ ἀπὸ τῆς πρώτης γενέσεως ἅπαν ζῶον ὁσημέραι γίνεται ξηρότερον. μὴ ἐξαπατάτω δέ σε ἡ ἀλλοίωσις, ἡγούμενον ταὐτὸν εἶναι τὴν αὔξησιν αὐτῇ. αὐξάνεται μὲν γάρ τι κατὰ τὸ ποσόν,
D ἀλλοιοῦται δὲ κατὰ τὸ ποιόν. ἕτερον οὖν ἐστι προφανῶς αὔξησις οὐσίας, ἀλλοιώσεως. ἡ δὲ αὔξησις ἕως ἂν τὰ ὀστᾶ κρατυνθῇ. κρατύνεται δὲ ἐπὶ σμικρῷ μεγέθει, δι' ὕλης ἔνδειαν, ἢ ξηρότητα. παύεται γὰρ τῆς αὐξήσεως, ἢ πρωϊαίτερον, ἢ ὀψιαίτερον ἕκαστον ἐπὶ διττῇ αἰτίᾳ. * * αὐτὸς δὲ τοῦτο ἐσημαίνετο τῇ ἐναντιότητι, εἰπών, ὑγρότητι, καὶ ξηρότητι. οἶδα γάρ, ὡς τὸ μὲν μεῖζον τοῦ δέοντος, οὕτω καὶ τὸ σμικρότερον, κατὰ διττὰς αἰτίας γίνεται· τὸ μὲν μεῖζον, ἢ διὰ πλεονεξίαν ὑγρότητος, ἢ ὕλης· τὸ δὲ ἔλαττον, ἢ διὰ ξηρότητα κρατοῦσαν, ἢ τῆς ὕλης ἔνδειαν. διὸ τὸ μὲν θερμότερον τοῦ δέοντος σῶμα, ἐὰν
E μὲν ἐν τῇ πρώτῃ συστάσει μέσον ὑγρότητος, καὶ ξηρότητος ᾖ, πάντως τοῦτο κατὰ τὴν ἀκμαστικὴν ἡλικίαν γίνεται ξηρόν. ἔτι δὲ μᾶλλόν τε, καὶ θᾶττον. εἰ δὲ καὶ φύσει ξηρότερον εἴη, καὶ δὴ γηράσκει τοῦτο θᾶττον, ὅσω καὶ θᾶττον εἰς ἀκμὴν ἀφίκοιτο. εὔλογον γάρ ἐστι, πάντων ἐν τῇ παρακμῇ ξηραινομένων, τὸ φύσει ξηρότερον εἰς τὴν ξηρότητα ἀφικνεῖσθαι θᾶττον. διὰ μὲν οὖν ταύτην τὴν αἰτίαν * * *

* * χρὴ ταῖς τροφαῖς χρῆσθαι ταῖς μὲν * *

* * * * * * * * *



ΓΑΛΗΝΟΥ ΕΙΣ ΤΟ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ ΠΕΡΙ ΤΡΟΦΗΣ, ΥΠΟΜΝΗΜΑ Β'.

GALENI IN HIPPOCRATIS LIBRVM DE ALIMENTO, COMMENTARIVS II.

Περὶ ὁμοιώσεως τροφῆς τῆς τριπλῇ τῇ πέψει τελευτωμένης.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ β'.



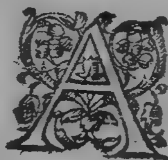
ΟΜΟΙΟΙ δὲ ἐς δύναμιν, ὁκότων κρατέῃ μὲν ἡ ἐπιοῦσα, ἐπικρατέῃ δὲ ἡ προϋπάρχουσα.

* * * * Ὅτι τρία ἐστὶ τὰ τῆς φύσεως τοῦ ζώου ἔργα· καὶ πρὸς ἐξ ἀνάγκης ἐπὶ τοῖς ἔργοις αὐτοῖς ἐνέργειαι. ὡς ἐφ' ἑκάστῳ μίαν εἶναι, τήν γένεσίν τε, καὶ αὔξησιν, καὶ θρέψιν. ἡ μὲν οὖν γένεσις σύγκειται ἔκ τε τῆς ἀλλοιώσεως, καὶ τῆς διαπλάσεως. οὐ γὰρ γίνεταί τι, μὴ ἀλλοιουμένης οὐσίας, ἐξ ἧς τὸ ζῶον γίνεται, οὐδὲ τὸ σχῆμα κτᾶται, τῆς ἀλλοιουμένης οὐσίας μὴ διαπλαττομένης. αὔξησιν δὲ εἶναι ἐπίδοσίν τινα εἰς μῆκος, καὶ βάθος, καὶ πλάτος τῶν μορίων τῶν στερεῶν, οὐδεὶς, οἶμαι, ἀγνοεῖ. θρέψις δέ ἐστι πρόσθεσις τοῖς μορίοις αὐτοῖς γινομένη. κατὰ δὲ τὴν θρέψιν, τῷ ἤδη γεγονότι συνεξομοιοῦται τὸ ἐπιρρέον. καὶ αὕτη ἡ αἰτία ἐστὶν, ὅτι εὐλόγως ἐκείνην μὲν τὴν ἀλλοίωσιν, γένεσιν· τοιαύτην δὲ, ὁμοίωσιν ὀνομάζομεν. καὶ δὴ αἱ μὲν τρεῖς τοιαῦται τῆς φύσεως δυνάμεις πρῶταί εἰσι, καὶ κυριώταται. ἀλλὰ μὴν δέονται εἰς ὑπηρεσίαν, καὶ ἀλλήλων, καὶ ἄλλων. καὶ γὰρ γεννητικὴ καὶ αὐξητικὴ, τινῶν δέονται, ὡς ἤδη δέδεικται. ἡ δὲ θρεπτικὴ ἀπαιτεῖ, καὶ αὐτὴ πολλά. αὐτῆς γὰρ ἐνέργεια, ὡς λέλεκται, ὁμοίωσίς ἐστιν. οὐ δύναται δὲ τὰ ὄντα ὁμοιοῦσθαι, καὶ μεταβάλλειν εἰς ἄλληλα, εἰ μὴ ἔχοι τινὰ κοινωνίαν, καὶ συγγένειαν ἐν ταῖς ποιότησι, ὡς ἐν ξηρότητι, καὶ ὑγρότητι, καὶ θερμότητι, καὶ ψυχρότητι, καὶ ταῖς ἄλλαις ἁπάσαις, αἳ μετὰ ταύτας ἕπονται· αἳ τε γευσταὶ, καὶ ὀσφρηταὶ, καὶ ὁραταὶ, καὶ ἁπλαῖ διαφοραὶ ὑπό τινων λέγονται. τοῦτο μὲν οὖν αἴτιόν ἐστιν, ὅτι οὐκ ἐκ πάντων πᾶν ζῶον τρέφεσθαι δοκεῖ· καὶ ὅτι, οὐδὲ ἐξ ὧν πέφυκεν, οὐδὲ ἐκ τούτων παραχρῆμα. διὰ τοῦτο ἡ δημιουργικὴ τῶν σωμάτων φύσις, ὡς προνοητικὴ τῶν ἐσομένων, πάμπολλα τῆς τροφῆς ἀλλοιωτικὰ ὄργανα ἐν ἑκάστῳ τῷ ζώῳ πεποίηκεν. οὕτω μὲν γὰρ καὶ ἐκ τοῦ ἐρυθροῦ ξανθὸν, καὶ ἐκ τοῦ λευκοῦ μέλαν, καὶ ἐκ τοῦ μαλακοῦ σκληρὸν, καὶ ἐκ δυσώδους εὐῶδες, καὶ ἀνάπαλιν γίνεται. οὐ μήν γε ἐξαίφνης, ἀλλὰ κατὰ βραχύ· ὡς καὶ ἐξ αἵματος ὀστοῦν, ἐξ ἄρτου τὸ αἷμα, καὶ ἐκ τοῦ αἵματος ἡ σάρξ. ὅτι δὲ καὶ τὸ πλῆθος γίνεται τῶν περιττωμάτων ἐκ τοῦ σώματος διὰ τοῦτο ἐδέησε τῇ φύσει τῆς διακρίσεως αὐτῶν. διό τινα μόρια τοῖς περιττώμασι τῆς τροφῆς ἀνακείμενα δεδημιούργηκε.

De alimenti assimilatione quæ triplici coctione fit.

A

TEXTVS HIPPOCRATIS. 2.



ASSIMILAT *autem pro facultate, quum quod accedit quidem superat; Superat autem, quod primas tenet.*

* * * Tria esse naturæ animantis opera, ac necessariò tres actiones esse, quæ his operibus respondeant; vnam nimirum vnicuique generationem, auctionem, nutritionem. Est autem generatio ex alteratione, conformationéque conflata; nihil enim efficitur, nisi ea substantia, ex qua fit animal, alteretur, neque figuram nanciscitur, nisi alterata substantia conformetur. **B** Auctionem autem esse partium solidarum in longitudinem, altitudinem, & latitudinem incrementum, nemo, vt ego quidem arbitror, ignorat. Nutritio est appositio iisdem adiuncta partibus. In hac, quod affluit, simile efficitur ei, quod iam factum est; atque hoc in causa est, cur illam alterationem iurè nominemus generationem; hanc verò, assimilationem. Cæterùm hæ tres naturæ facultates, & primæ sunt, & maximè propriæ; desiderant tamen & sui mutuum, & aliorum ministerium. Nam & procreatrix & au- **C** ctrix quædam, vt ostensum est, desiderant. Sed & nutrix, multa ipsa quoque expetit. Est enim eius actio, vt diximus, assimilatio, non possunt autem res assimilari, & mutari inter se, nisi societatem, & cognationem quandam in qualitatibus habeant, in siccitate inquam, & humore, & calore, & frigore, & aliis omnibus, quæ hasce consequuntur; quas gustatus, odoratus, aspectus, & tactus, differentias quidam appellant. Atque hæc quidem causa est, vt non omne animal quouis cibo ali videatur, neque cibis iis, quibus vt alatur, ei à natura insitum est, protinus id faciat. Quamob- **D** rem natura corporum effectrix, vt quædam rerum futurarum prouidentia, multa in vnoquoque animali ad alterandum alimentum accommodata instrumenta fabricata est. Qua sanè ratione ex rubris flaua, ex albis nigra, ex mollibus dura, ex malè olentibus beneolentia, & vicissim fiunt, quanquam hæc non repentè, sed paulatim efficiuntur; sicut ex sanguine os, ex pane sanguis, ex sanguine caro. Quoniam autem in corpore copia excrementorum colligitur, ideò natura ipsorum secretionem desiderauit. Quapropter quasdam partes alimenti excrementis destinatas machinata est.

Sunt

Sunt etiam partes per quas alimentum, quæque necessaria sunt, in omnes corporis partes ferantur. Quum enim multa sunt, quæ aluntur, tum verò etiam valdè distant inter se; quocirca quædam alterant, cuiusmodi sunt, quæ idoneum vnicuique parti alimentum præparant; quædam secernunt, vt sunt ea omnia, quæ excrementorum causa facta sunt; quædam transmittunt; quædam suscipiunt ea, quæ per corpus feruntur, quædam excernunt; quędam verò sunt tanquam viæ & alimenti, & aliorum omnium. Ac natura quidem est admirabilis, & corporum curam gerit, siquidem ipsorum causa, & tot, & tales partes procreauit. Finis autem ei propositus, est nutritio, quæ vt in primo commentario diximus, est eius quod nutrit, cum eo, quod nutritur, assimilatio. * * Omninò autem, quæcunque futura sunt alimenta, oportet vt in instrumentis, concoctioni deseruientibus, ceu in ventriculo, iecore, & venis immorentur, vt in eis priùs cōfecta alere iam corpus queant; quum non possit alimentum effici priùs, quàm in illis sit commutatum. Quæ igitur omni ex parte assimilata sunt, alimenta sunt. Sed ad assimilationem nihil æquè confert, ac factam esse rectè in ventriculo coctionem, quòd ita secundam, & tertiam concoctionem cibi faciliùs admittant. Secunda autem concoctio in iecore, venisque conficitur; tertia in singulis partibus, quæ nutriuntur, cuius causa duas illas priores requirimus. Ipsæ enim se concoctiones inuicem excipiunt. Itaque omnibus corporis partibus alimentum præparat iecur, huic ventriculus, ventriculo denique os, quare natura assimilat quum superat, concoquitque alimentum quod superuenit, & quum facultas, quæ prius inerat, superat, conficit, alterat, assimilat, ac postremò nutrit.

A ἔστι δὲ καὶ τὰ μόρια, δι' ὧν τῇ πάντῃ φέρεσθαι καὶ τὴν τροφὴν, καὶ τὰ ἀναγκαῖα τῷ σώματι. ἔστι γὰρ τὰ τρεφόμενα πολλὰ, καὶ πολὺ διεστῶτα. τὰ μὲν τοίνυν ἐστὶν ἀλλοιοῦντα, ὡς τὰ τὴν ἐπιτήδειον τροφὴν ἑκάστῳ μορίῳ παρασκευάζοντα· τὰ δὲ διακρίνοντα, ὡς ὅσα ἕνεκα τῶν περιττωμάτων πεποίηται· τὰ δὲ διαπέμποντα, τὰ δὲ ὑποδεχόμενα, ἃ κατὰ τὸ σῶμα φέρεται· τὰ δὲ ἐκκρίνοντα· τὰ δὲ ὡς ὁδοὶ καὶ τροφῆς, καὶ τῶν ἄλλων ἁπάντων. ἔστι μὲν οὖν ἡ φύσις θαυμαστὴ, καὶ προνοητικὴ τῶν σωμάτων, ὑπὲρ αὐτῶν ἕνεκα τοσαῦτά τε, καὶ τοιαῦτα δεδημιούργηκε τὰ μόρια. τέλος δὲ εἶχεν αὕτη τὴν θρέψιν· ἥ ἐστιν, ὡς ἤδη ἐν τῷ προτέρῳ εἴρηται, ὁμοίωσις τοῦ B τρέφοντος τῷ τρεφομένῳ. * * πάντως μὲν οὖν καὶ ὅσα μέλλει τροφαὶ εἶναι, ὁμιλῆσαι χρὴ τοῖς ὀργάνοις τοῖς πεπτικοῖς, γαστρί τε, καὶ ἥπατι, καὶ φλεψὶν, ἐν οἷς προκατεργασθέντα, τρέφειν ἤδη δύναται τὸ σῶμα. πρὶν δὲ τοῦ ἐν τούτοις μεταβάλλεσθαι, οὐχ οἷόν τε τροφὴν τοῦ ζώου γίνεσθαι. τὰ μὲν οὖν ὁμοιούμενα πάντῃ, τροφαί. πρὸς δὲ τὴν ὁμοίωσιν οὐδὲν μᾶλλον συντελεῖ, ἢ τὸ πεφθῆναι καλῶς ἐν τῇ γαστρί. καὶ γὰρ τὴν δευτέραν, καὶ τὴν τρίτην πέψιν ἐπιδέχεται μᾶλλον ταῦτα· γίνεται μὲν ἡ δευτέρα πέψις ἐν ἥπατί τε, καὶ C φλεψί· τρίτη δὲ καθ' ἕκαστον τῶν τρεφομένων μορίων· ἧς ἕνεκεν τῶν προτέρων δυοῖν δεόμεθα. ἀλλήλας γὰρ αἱ πέψεις διαδέχονται. ὅθεν τὸ ἧπαρ τοῖς μὲν ἐν τῷ σώματι μορίοις ἅπασι τὴν τροφὴν παρασκευάζει· ἐκείνῳ δὲ ἡ γαστήρ· ἐκείνῃ δὲ τὸ στόμα. ἡ μὲν οὖν φύσις ὁμοιοῖ, ὅταν κρατῇ, καὶ πέττει τὴν τροφὴν, τὴν ἐπεισιοῦσαν· καὶ δύναμις ἡ προϋπάρχουσα ἐπικρατεῖ, καὶ κατεργάζεται, καὶ ἀλλοιοῖ, καὶ ὁμοιοῖ, καὶ τὸ τέλος, τρέφει.

Quando fit & frustratur nutritio; alimenti distributio triplex; eius alteratio & attractio, agglutinatio, & assimilatio.

D Ὅτε γίνεταί τε καὶ ἀποτυγχάνεται ἡ θρέψις· τρεῖς τῆς τροφῆς οἰκονομίαι· ἀλλοίωσις, ὁλκὴ, πρόσφυσις, ὁμοίωσις.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 3.

EVanidum autem fit, interdum quidem prius tempore dissolutum, aut superappositum; quandoque vero posterius tempore dissolutum, aut superappositum.

Interdum iecur, interdum ventriculus trahit valentiùs. Quum enim magna alimenti copia ventriculo continetur, ac iecur vehementer appetit, & aliquid desiderat, id valentiùs trahit omninò; at quum ipsum plenum distentúmque sit, ventriculus verò appetat, sitque vacuus, tum ipse trahit valentiùs, & ex iecore facilè attrahit, quum ipse alimentum magnopere expetat, illud verò sit plenum. Interdum autem cur animal non esuriat, causa est alimenti redundantia, quæ in iecore est, quòd si venter alimentum quandoque postulet, nec eius adsit copia, excrementis impletur. Vnaquæque tamen pars robur quoddam natura sibi insitum habet, cuius vsu quod superuacaneum est, expellit, & quoduis instrumentum in se trahit alimentum, quod iuxta se est, idque in se recondit, deinde vti diximus, agglutinat, & assimilat. Totius autem distributionis alimenti tres partes quædam sunt, prima est, quum manet in ventriculo, & concoquitur, atque apponitur, atque inde aliquid ad iecur ascendit. Secunda est, quum transit intestina, iisque ipsis, & iecori ad saturitatem apponitur,

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. γ'.

Γίνεται δὲ καὶ ἐξίτηλος, ὁτὲ μὲν ἡ προτέρη γ' ἐν χρόνῳ ἀπολυθεῖσα, ἢ ἐπιπροσθετηθεῖσα, ὁτὲ δὲ, ἡ ὑστεραίη ἐν χρόνῳ ἀπολυθεῖσα, ἢ ἐπιπροσθετηθεῖσα.

Ἔστιν ὅτε τὸ ἧπαρ ἰσχυρότερον ἕλκει, ἔστι δὲ ὅθ' ἡ γαστήρ. πολλῆς γὰρ ἐν τῇ κοιλίᾳ τροφῆς περιεχομένης, καὶ σφοδρῶς ὀρε-E γομένου τε καὶ χρῄζοντος τοῦ ἥπατος, πάντως τοῦτο τὸ σπλάγχνον ἰσχυρότερον ἕλκει. ὅταν δ' αὐτὸ εἴη ἐμπεπλησμένον, καὶ διατεταμένον, ἡ δὲ γαστὴρ ὀρεγομένη, καὶ κενὴ ὑπάρχῃ, τότε ἡ γαστὴρ αὐτὴ ἕλκει ἰσχυρότερον καὶ ἐκ τοῦ ἥπατος ἐπισπᾶται ῥᾳδίως, ὅταν αὐτὴ μὲν ἱκανῶς ὀρέγοιτο τροφῆς, ἐμπεπλησμένον δ' εἴη τὸ σπλάγχνον. συμβαίνει δὲ ἐνίοτε τοῦ μὴ πεινῆν τὸ ζῶον αἰτίαν εἶναι τὴν περιουσίαν τῆς τροφῆς, ἐν ἥπατι ὑπαρχούσης. εἰ δὲ γέ ποτε δέοιτο μὲν, ἀποροίη δὲ, πληροῦται περιττωμάτων. ἀλλ' ἕκαστον μόριον ἔχει τινὰ τόνον σύμφυτον, ᾧ διωθεῖται τὸ περιττόν· καὶ ἕκαστον τῶν ὀργάνων τὴν πλησιάζουσαν τροφὴν ἐπισπᾶται εἰς F ἑαυτὸ, καὶ ταύτην ἐναποτίθεται ἐν ἑαυτῷ. καὶ μετὰ ταῦτα, ὡς εἴπομεν, προσφύει τε, καὶ ὁμοιοῖ. εἰσὶ δὲ τρεῖς μοῖραί τινες ὅλης τῆς οἰκονομίας τῆς τροφῆς· ἐν μὲν τῇ πρώτῃ μένει κατὰ τὴν κοιλίαν αὐτὴν, καὶ πέττεται, καὶ προστίθεται. καί τι παρ' αὐτῆς τῷ ἥπατι ἀναφέρεται. ἐν δὲ τῇ δευτέρᾳ, διέρχεται κατὰ τὰ ἔντερα, καὶ προστιθεμένη εἰς κόρον αὐτοῖς, καὶ τῷ ἥπατι,

A καὶ τὸ βραχὺ μέρος αὐτῆς εἰς πάντα τοῦ σώματος μόρια φέρεται. κατὰ δὲ τὴν τρίτην μοῖραν, νόει μοι τρέφεσθαι ἤδη τὴν κοιλίαν, ὁμοιώσασαν αὐτῇ τελέως τὰ προσφυέντα. καὶ πρόσφυσιν τῷ ἥπατι, καὶ τοῖς ἐντέροις γίγνεσθαι, τῶν προστεθέντων· καὶ τὴν ἀνάδοσιν, καὶ πρόσθεσιν πάντη τοῦ σώματος. εἰ μὲν οὖν μετὰ ταῦτα τὸ ζῶον εὐθέως τὴν τροφὴν λαμβάνοι, τὰ ἔντερα τελέως ὁμοιώσει τὸν προσφυέντα χυμὸν, ὡσαύτως δὲ καὶ τὸ ἧπαρ. ἐν ὅλῳ δὲ τῷ σώματι πρόσφυσις τῶν προστεθέντων τῆς τροφῆς ἔσται μορίων. εἰ δὲ ἄσιτος ἡ γαστὴρ μένῃ, ἐν τούτῳ τῷ χρόνῳ παρὰ τῶν ἐν τῷ μεσεντερίῳ, καὶ ἥπατι φλεβῶν ἕλξει τὴν τροφήν. B τῶν μὲν γὰρ φυσικῶν ἐνεργειῶν ἡ πρώτη τε, καὶ ἀναγκαιοτάτη σχεδὸν ἁπασῶν ἡ θρέψις ἐστίν. ἀποτυγχάνεται δὲ, ἤτοι μηδ᾽ ὅλως, ἢ ἐλλιπῶς, ἢ πλημμελῶς γιγνομένη· καὶ τοῦτο, ἢ διὰ τὴν θρεπτικὴν δύναμιν, ἢ καὶ διὰ τὴν τῆς ὕλης ἔνδειαν, ἢ τὴν μοχθηρίαν, ἢ δι᾽ ἀκαιρίαν, ἢ δι᾽ ἀταξίαν, ἢ διὰ φαῦλόν τε περίττωμα, ἢ διὰ ὕπνον ὀλίγον. καὶ τότε γίνονται, ἢ ἀπεψίαι, ἢ βραδυπεψίαι, ἢ πέψις ἐλλιπής, ἢ ὥσπερ ἐν ταῖς βραδυπεψίαις ὁρᾶται· ὥσπερ γε καὶ μοχθηρά, καὶ πλημμελὴς ἐν ταῖς διαφθοραῖς· καὶ ἡ στέρησις τῆς ἐνεργείας κατὰ τὴν τῆς θρέψεως ἐνέργειαν, ἀτροφία καλεῖται· ἐλλιπὴς δὲ C πέψις, ἡ ἰσχνότης. ἔνια μὲν τούτων τῶν αἰτίων εἰς ἀρρωστίαν δυνάμεως, ἔνια δὲ εἰς τὴν τῆς τροφῆς πλημμέλειαν, ἔνια δὲ εἰς τὰ ἐπιτηδεύματά τε, καὶ τὰ προσπίπτοντα τοῖς ζώοις ἔξωθεν ἀνάγονται. εἰ μὲν οὖν ἡ τροφὴ διαλυθεῖσα τὸ πρῶτον, καὶ ἐν χρόνῳ δοθεῖσα εἴη ἐν τῷ σώματι, γίγνεσθαι αὐτὴν ἐξίτηλόν φησι· καὶ κατὰ τὰς ποιότητας μεταβάλλειν· ὡς δηλόν ἐστιν ἔκ τε τῶν βοτανῶν, καὶ ἄρτου, καὶ σαρκῶν αἷμα γίνεσθαι· καὶ ταὐτὸ τοῦτο συμβαίνειν, εἴπερ ὑστέρη, ἢ ἐπιπροστεθεῖσα ἐν τῷ σώματι τοσοῦτον χρόνον μένῃ, ὅσον περ αὐτάρκης εἴη. D τὸ γὰρ σύμφυτον ἐν τῷ σώματι θερμὸν, ἀλλοιωτικόν ἐστι τῆς οὐσίας, καὶ τῆς ὕλης τῆς τροφῆς, ἢ προληφθείσης, ἢ ἐπιπροστεθείσης. γίνεται γοῦν τὸ μὲν πρότερον, τὸ δὲ ὕστερον ἐξίτηλος ἡ τροφὴ κατὰ τὸν τῆς λήψιος χρόνον· καὶ μᾶλλόν τε, καὶ ἧττον τρέφει, ὡς ἂν διαλυθείη, καὶ πέπηται, ἢ μή. οὐ μὴν κρατεῖταί γε ὁμοίως πρὸς τῶν ἐν τῷ ζώῳ ποιοτήτων. τὸ κρατεῖσθαι, δὲ ἐστιν ἀλλοιοῦσθαι. τούτου αἴτιοι, ὅτι τὰ μὲν ἰσχυρότερα ταῖς δυνάμεσι μόριά ἐστι τὰ δὲ ἀσθενέστερα. ὅθεν συμβαίνει, ὡς πάντα κρατεῖν μὲν τῆς οἰκείας τοῦ ζώου τροφῆς, οὐχ ὁμοίως δέ. γαστὴρ μὲν γὰρ ἀλλοιοῖ πλέον, ἢ κατὰ στόμα· μεῖον δὲ, ἢ καθ᾽ ἧπάρ τε, καὶ τὰς φλέβας. E αὕτη μὲν γὰρ εἰς αἵματος οὐσίαν ἄγει τὴν τροφήν. ἡ δὲ ἐν τῷ στόματι, μεθίστησι μὲν αὐτὴν ἐναργῶς εἰς ἕτερον εἶδος· οὐ μὴν τελέως γε μετακοσμεῖ. ταύτης δὲ εἰς τέλος μετακοσμηθείσης ἕκαστον μόριον τὴν οἰκείαν αὐτοῦ ἕλκει· ὡς ἐκ μὲν τῆς κοιλίας εἰς τὸ ἧπαρ· ἐξ ἥπατος δὲ εἰς ἅπαν τὸ σῶμα ἀνάδοσιν ποιεῖσθαι. ὁμολόγηται γὰρ τρέφεσθαι δι᾽ ὅλων αὐτῶν τὰ τρεφόμενα, καὶ κεράννυσθαι δι᾽ ὅλων τὰ κεραννύμενα· καὶ ἀλλοιοῦσθαι δι᾽ ὅλων τὰ ἀλλοιούμενα· καὶ τὴν πέψιν εἶναι ἀλλοίωσιν, καὶ μεταβολὴν τοῦ τρέφοντος εἰς τὴν οἰκείαν F τοῦ τρεφομένου ποιότητα, καὶ τὴν ἐξαιμάτωσιν· καὶ τὴν θρέψιν, καὶ τὴν αὔξησιν ἐκ τῆς πάντη διαστάσεως τοῦ σώματος, καὶ θρέψεως γίνεσθαι. ἐπεὶ δὲ ἐν ταῖς ἀτροφίαις τάχιστα ἀποψύχεται τὰ μόρια, διότι καὶ ἡ θρέψις αὐτοῖς ἐστιν ἐκ θερμοῦ χυμοῦ τοῦ αἵματος· διὰ τοῦτο

tu particula eius exigua in omnes corporis partes defertur, in tertia, scito ventriculum iam ali, sibi planè assimilatis iis, quæ sibi agglutinarat, & agglutinari iecori, & intestinis, quæ fuerant apposita, & in omnes corporis partes distributionem, appositionémque effici, quòd si postea animal statim alimentum sumit, intestina agglutinatum sibi succum perfectè assimilant, ac simili etiam modo iecur, in toto autem corpore partes alimenti, quæ appositæ fuerunt, agglutinabantur. Sin autem ventriculus sine cibo maneat, hoc tempore à venis, quæ in lactibus, & iecore sunt, trahet alimentum. Enimuerò naturalium actionum, & prima, & ferè maximè necessaria nutritio est. Frustratur autem, vel quum prorsus non fit, vel quum diminutè, aut vitiosè, idque aut vitio facultatis nutricis, aut etiam propter materiæ defectum, aut malitiam; aut quòd intempestiuè, aut sine ordine quid sit administratum; aut vitio cuiusdam praui excrementi, aut somni exigui, quò sanè tempore fiunt, aut apepsiæ, aut bradupepsiæ, aut manca concoctio, vt in tardis concoctionibus cernitur. Sicut etiam vitiosa, & praua fit in corruptelis. Priuatio verò actionis in nutritione vocatur atrophia, deficiens nutritio, gracilitas, quædam tamen harum causarum in virium imbecillitatem, quædam in vitium alimenti, quædam in vitæ studia, & ea, quæ extrinsecus incidunt animantibus, referuntur. Si igitur alimentum primò dissolutum, & in tempore datum, in corpore sit; exile ipsum effici ait, & per qualitates commutari; sicut perspicuum est ex oleribus, & pane, & carnibus sanguinem effici; vultque hoc idem contingere, si posteriùs, aut appositum, aut dissolutum tamdiu maneat in corpore quandiu satis sit, natiuus enim calor in corpore vim habet alterandi substantiam, & materiam alimenti, quod vel præsumptum, vel appositum sit. Fit autem tum priùs, tum posteriùs exile alimentum, habita ratione temporis, quo sumptum sit, ac magis etiam, minúsque nutrit, prout dissoluitur, concoquitúrve, aut secus, non tamen æquè superatur à qualitatibus, quæ animantibus insunt. Superari enim est alterari. Eius rei causa est, quia quarundam partium facultates valentiores sunt, quarundam infirmiores. Ex quo consequitur, vt omnes superent, illæ quidem proprium alimentum, sed non tamen simili modo. Ventriculus enim alterat magis, quàm os, sed minùs, quàm iecur, & venæ; siquidem alteratio, quæ in ventre fit, alimentum in sanguinis substantiam mutat, quæ verò in ore, mutat ipsa quidem euidenter in aliam formam: sed non tamen perfectè transformat. Quum autem perfectè fit facta transformatio, vnaquæque pars idoneum sibi alimentum trahit; vt ex ventriculo in iecur, ex iecore in corpus vniuersum fiat distributio. Constat enim inter omnes, quæ nutriuntur, per se tota nutriri, quæque miscentur, per se tota misceri. Denique per se tota alterari, quæ alterantur; itemque concoctionem esse alterationem, ac nutrientis in propriam qualitatem eius, quod nutritur, mutationem; & item vim efficiendi sanguinis, tum nutritionem, accretionémque ex eo effici, quod corpus in omnem partem extendatur, & alatur. Quoniam autem in iis, qui non nutriuntur, partes celerrimè refrigerantur, propterea quòd ipsarum nutritio ex calido succo sanguinis efficitur, ideo vt calor ille

ille seruetur, natura fecit, ne iecur, & corà moderato alimento destituta sint priùs, quàm valida in toto animali sit sanguinis penuria; idque machinata est, quia sanguis totus ex iecore principium ducit; in corde verò, propter valentem attractionem; siquidem vehementissimam trahendi actionem habet, ex quo fit, vt nunquam possit esse ab alimento destitutum priùs, quàm vniuersæ animantis partes ad extremam inopiam peruenerint.

Intempestiuæ ac frequentis ciborum exhibitionis noxæ, vnde apepsiæ pueris & otiosis familiares.

TEXTVS HIPPOCRATIS 4.

Destruit autem vtrumque in tempore, & post tempus, quod extrinsecus assiduè superingestum est, & per multum temporis firmiter omnibus partibus implicatum est.

Intempestiuæ, ac frequentes cibi sumptiones faciunt, vt plurimum eius succi, qui crudus vocatur, accumuletur; id quod pueris contingit maximè, & ex adultis, iis qui in otio vitam traducunt, aut alioqui sese explent. Siquidem in eis omnibus plurimum est id, quod non conficitur, atque in illis quidem propter otium, in his verò propter satietatem, voraces enim sunt, ac corpus trahit alimentum priùs quàm in ventriculo sit accuratè concoctum, & eò maior crudi succi coacervatur copia, quò frequentiùs alimentum additur, quod ipse superingestum dixit. Accedit etiam, in pueris immoderatus motus quum in omni tempore, tum, vel maximè à cibo. Scimus enim, quemadmodum maximè est ad bonam valetudinem accommodata ante cibos exercitatio, ita post cibos omnem motum maximè noxium censeri; nam vt dicebam, alimentum è ventriculo antequam confectum sit, distribuitur, & ex eo copia crudorum humorum in venis colligitur, ex quibus omnia genera morborum gigni solent. Atqui nemo vnquam ægrotabit, qui sedulò prouidebit, ne vnquam cruditate laboret; ac ne vehementiore vllo motu post cibum cieatur; quæ tamen omnia pueri flocci faciunt: quamobrem diuinus Plato in libris de legibus ita scriptum reliquit, *Puer*, inquit, *omnium est ferarum intractabilis maximè*; ac nisi plurimum natiui caloris in pueris inesset, tantam ferre cruditatem nunquam possent. Quemadmodum autem si quis plura sumat, & cruditates, & humores crudi gignuntur: sic etiam si pauciora ingerantur, corpora refrigerabuntur, ac lædentur; debet enim alimenti quantitas proportione respondere perspirationis quantitati. Si autem nihil à nobis defflueret, nihil opus esset alimento, quia pristina substantiæ moles ad omnem æternitatem temporis conseruaretur. Nunc verò quum animantium corpora perspiratione, quæ fit per meatus, qui sensum nostrum effugiunt, difflentur, idcirco alimento indigemus, siquidem nutritio est expletio eius, quod euacuatum est. Quum igitur, aut tempore accommodato ad alimentum offerendum, aut post illud tempus quispiam assiduè cibum det, tunc id necessariò eueniret, vt vtrumque alimentum hebetetur, vt superioribus etiam verbis censuit, & natiuus calor extinguatur, & vincatur; vt statim cum ipso concoctio ciborum, probi sanguinis origo, partium animantis nutritio, & excrementorum euacuatio debilite-

A ἵνα τὸ θερμὸν σώζοιτο, ἡ φύσις πεποίηκε, ὡς πρὶν ἰσχυρὰν ἔνδειαν αἵματος γενέσθαι καθ' ὅλον τὸ ζῶον, τό τε ἧπαρ, καὶ τὴν καρδίαν μὴ ἀπορεῖν συμμέτρου τροφῆς. τοῦτο δὲ, διότι πᾶν τὸ αἷμα ἐκ τοῦ ἥπατος ἀρχὴν ἔχει. ἐν δὲ τῇ καρδίᾳ, διὰ τὸ τῆς ὁλκῆς ἰσχυρόν. σφοδροτάτην γὰρ ἔχει τὴν κατὰ τὸ ἕλκειν ἐνέργειαν. καὶ διὰ τοῦτο οὐκ ἄν ποτε ἀπορήσειεν τροφῆς, πρὶν εἰς ἐσχάτην ἔνδειαν ἀφικέσθαι πάντα τοῦ ζώου τὰ μόρια.

Αἱ τῶν ἀκαίρων τε καὶ πολλῶν ἐδωδῶν βλάβαι, ὅθεν αἱ τοῖς παισὶ, καὶ τοῖς ἀργῶς διαιτωμένοις ἀπεψίαι πολλαί.

B

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. δ'.

Ἀμαυροῖ δὲ ἑκατέρας ἐν χρόνῳ, καὶ μετὰ χρόνον ἡ ἔξωθεν συνεχὴς ἐπεισκριθεῖσα, καὶ ἐπὶ πολλὸν χρόνον στερεμνίως πᾶσι τοῖσι μέλεσι διαπλακεῖσα.

Ἐκ τῶν ἀκαίρων τε, καὶ πολλῶν ἐδωδῶν ἀθροίζεται πλεῖστος ὁ χυμὸς, ὁ καλούμενος ὠμός. ὅπερ ἐν τοῖς παισὶ μάλιστα συμβαίνει, καὶ τῶν τελείων τοῖς ἀργῶς διαιτωμένοις, ἢ ἄλλως
C ἐμπιπλαμένοις. πλεῖον γὰρ ἐν τούτοις ἅπασι τὸ ἀκατέργαστον. τοῖς μὲν διὰ τὴν ἀργίαν, τοῖς δὲ διὰ τὴν πλησμονήν. ἀδδηφάγοι γὰρ τυγχάνουσι. καὶ πρὶν ἂν ἀκριβῶς ἐν τῇ γαστρὶ πεφθῆναι, τὴν τροφὴν ἕλκει τὸ σῶμα· καὶ τοσοῦτον πλεῖον ἀθροίζεται τοῦ ὠμοῦ χυμοῦ, ὅσον συνεχῶς ἡ τροφὴ προστίθεται· ὃ αὐτὸς ἐπεισκριθῆναι καλεῖ. πρόσεστι δὲ καὶ ἐν τοῖς παιδίοις ἡ ἀσύμμετρος κίνησις κατὰ πάντας μὲν τοὺς χρόνους, μάλιστα δὲ ἐπὶ τοῖς σιτίοις. ἴσμεν γὰρ, ὅτι ὥσπερ ἀγαθὸν μέγιστόν ἐστιν εἰς τὴν ὑγίειαν, τὸ πρὸ τῶν σιτίων προγυμνάσιον, οὕτω βλαβερώτατον ἅπασα κίνησις μετὰ τὴν
D τροφήν. ἀναδίδοται γὰρ, ὡς ἔφην, ἐκ τῆς κοιλίας ἡ τροφὴ, πρὶν πεφθῆναι, κἀκ τοῦδε πλῆθος ὠμῶν χυμῶν κατὰ τὰς φλέβας ἀθροίζεται· ἐξ ὧν εἴωθε νοσήματα παντοῖα γίνεσθαι. καὶ μὲν οὐδὲ νοσήσει τις ὅλως ποτὲ, ἢν ἐπιτηδὲς προνοῆται τοῦ μηδὲ ποτε ἀπεπτῆσαι· μετὰ τοῦ μηδὲ κινεῖσθαι τινὰ ἰσχυροτέραν ἐπὶ σιτίοις κίνησιν. ταῦτα δὲ πάντα ὀλιγωροῦσιν οἱ παῖδες. διὸ θεῖος Πλάτων ἐν τῇ νομοθεσίᾳ φησὶν, ὅτι παῖς μέν ἐστι πάντων θηρίων δυσμεταχειριστότατον. καὶ εἰ μὴ πλεῖστον ἔχοιεν τὸ ἔμφυτον θερμὸν, οὐκ ἄν ποτε τοσαύτην ὠμότητα φέρειν δύναιντο. ὥσπερ δὲ εἰ πλείω τις
E λάβῃ, ἀπεψίαι τε, καὶ ὠμοὶ χυμοὶ γίνονται, οὕτω καὶ λαμβάνοντες ὀλίγα, καταψύχονται, καὶ βλάπτονται. ἀνάλογον γὰρ εἶναι χρὴ τὸ ποσὸν τῆς τροφῆς τῷ ποσῷ τῆς διαπνοῆς. εἰ δὲ μηδὲν ἡμῶν ἀπέρρει, οὐκ ἂν ἥκομεν εἰς τὴν χρείαν τῆς τροφῆς· ὅτι διὰ παντὸς ὁ ἀρχαῖος τῆς οὐσίας ὄγκος ἐφυλάττετο. νῦν δὲ τὰ τῶν ζώων σώματα τῇ διὰ τῶν ἀδήλων αἰσθήσει πόρων διαπνεῖται διαπνοῇ. διὰ τοῦτο χρῄζομεν τροφῆς ἐδεσμάτων. ἀναπλήρωσις γάρ ἐστι τοῦ κενωθέντος ἡ θρέψις. ὅτε δὲ ἤτοι ἐν τῷ ἐπιτηδείῳ χρόνῳ τῆς τροφῆς, ἤτοι μετὰ τὸν οἰκεῖον χρόνον τὴν
F τροφήν τις συνεχῶς δῷ, τότε τοῦτο συμβαίνειν ἀνάγκη, καὶ ἀμαυροῦσθαι τὴν ἑκατέραν τροφὴν κατὰ τὴν ἄλλην λέξιν ἄνωθεν προλεχθεῖσαν· καὶ τὸ σύμφυτον θερμὸν σβέννυσθαι, καὶ νικηθῆναι. ὡς ἐκ τοῦ παραχρῆμα συναρρωστήσει αὐτῷ, καὶ πέψιν σιτίων, καὶ γένεσιν αἵματος χρηστοῦ, καὶ θρέψιν τῶν τοῦ ζώου μορίων, καὶ τὴν κένωσιν τῶν περιττωμά-

τῶν. ἔμπαλιν δὲ, εἰ ὅσον κρατεῖν δύναταί τις σιτίων, ἀπολαύει A τούτων, καὶ αὕτη ἡ θερμασία αὐξηθείη, καὶ πάντα ὅσα προείρηται, διαπράξεται καλῶς περὶ τὸ ζῶον. ταὐτὸ τοῦτο πείσεται τὸ ζῶον, εἰ τὸ ἔξωθεν συνεχῶς ἐντεθὲν, ἐπὶ πολλὸν χρόνον στερεμνίως πᾶσι τοῖς μέλεσιν διαπλακῇ. σημαίνει γὰρ, ὅτι οὐχ οἷόν τε ἕλκεσθαι πρὸς τῶν μορίων, οὐδὲ πέττεσθαι, οὐδὲ ἡντιναοῦν ἐκ τῶν φυσικῶν ἐνεργειῶν γίνεσθαι. * *

κἂν μὴ καλῶς ἕκαστον πράττῃ, ἐλπίς ἐστι, παντοῖα κακὰ περὶ τὴν ὑγείαν ἔσεσθαι.

tur. Contrà verò, si quis tantum cibi sumat, quantum possit conficere, tum & calor ipse adaugebitur, & cætera omnia, qnæ dicta sunt, probè in animantibus administrabuntur. Idem quoque patietur animal, si id quod extrinsecus continuò adhibetur, multo tempore firmiter omnibus membris implicatum sit. Significat enim, id neque in partibus trahi posse, neque concoqui, neque etiam vllam ex naturalibus actionibus effici. *

ac nisi vtrumque rectè faciat, omne genus malorum bonæ valetudini aduersaturum, sperandū est.

Τροφαὶ τῇ πέψει διαφόρους μορφὰς λαμβάνουσιν· αἱ τῆς τροφῆς ἀρχαί. B

Cibi coctione varias induunt metamorphoses, alimenti principia.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. ε΄.

ΚΑὶ τὴν μὲν ἰδέην ἐξεβλάστησε.

Τὴν ἰδέαν, λέγει νῦν τὴν μορφὴν, καὶ τὸ εἶδος τῆς τροφῆς. ὅτε γὰρ πέψεως ἀρχὴν λαμβάνει τὰ σιτία, τότε τὴν ἀρχαίαν μορφὴν μεταβάλλει. τούτου δὲ σημεῖόν ἐστι, τὸ καταληφθὲν ταῖς διαστάσεσι τῶν ὀδόντων δι' ὅλης νυκτός· αὐτὸ γὰρ τὴν οἰκείαν ἰδέαν οὐ σώζει· ἀλλὰ ἐν μιᾷ νυκτὶ ἀλλοιούμενον πάνυ φαίνεται. C οὔτε γὰρ ἄρτος ἀκριβῶς ὁ ἄρτος, οὔτε κρέας ἐστὶ τὸ κρέας· ἀλλ' ὄζει μὲν τοιοῦτόν τι, οἷον καὶ τὸ τοῦ ζώου στόμα. ἐν δὲ τοῖς πέψεως ὀργάνοις τὴν ἰδέαν ἰδίαν λαμβάνει· ὡς τὸ αἷμα, ἢ φλέγμα, ἢ χολὴν ξανθὴν, ἢ μέλαιναν γίνεσθαι· οὓς μὲν τέτταρας χυμοὺς καλοῦμεν· καὶ ὁ Ἱπποκράτης αἰτιᾶται τῶν πλείστων νοσημάτων. * * οἶμαι γὰρ τὸ σύγγραμμα τοὐμὸν παρὰ πᾶσιν * * τοῦτο δὲ ἔσται, ὡς κεφάλαιόν τι ὅλου τοῦ πράγματος. τέτταρες οὖν εἰσιν ἐν ἡμῖν χυμοὶ κατὰ φύσιν. οὗτοι δὲ ὑπερβάλλοντες ποσότητι, καὶ ἀλλοιούμενοι κατὰ ποιότητα νόσων αἴτιοι τυγχάνουσιν. D ἐν δὲ τῷ χειμῶνι πλεονάζει τὸ φλέγμα, τοῦ δ' ἦρος τὸ αἷμα, καὶ τοῦ θέρους ἡ ξανθὴ χολή· καὶ τοῦ φθινοπώρου ἡ μέλαινα. ταῦτα μὲν διδάξας, καὶ πρὸς τούτοις, ὅτι τὰ ἐναντία τῶν ἐναντίων ἐστὶν ἰάματα, τῆς κατὰ τὴν τέχνην μεθόδου τὰ στοιχεῖα παρέδωκεν· οἷς ἐφεξῆς τὰ κατὰ τοὺς ἀφορισμοὺς διελθὼν περὶ τῶν πλεοναζόντων καθ' ἑκάστην ὥραν τε, καὶ ἡλικίαν νοσημάτων, τὰς οἷον συλλαβὰς ἐπὶ τοῖς στοιχείοις ὑφηγήσατο. ἐγὼ δὲ μήκους φειδόμενος, τὰς ῥήσεις αὐτοῦ νῦν * * ἡ μὲν γὰρ πρώτη τῆς τροφῆς ἀρχὴ, ὡς εἴρηται ἐν ἐκείνῳ * στόμα, στόμαχος, κοιλία. ἡ δευτέρα δὲ, αἱ ἐξ ἥπατος εἰς κοιλίαν E καθήκουσαι φλέβες· ἐν αἷς πρώταις αἷμα ἐδείχθη γίνεσθαι· ἡ τρίτη δὲ, τὸ ἧπαρ· ἡ δὲ τετάρτη μετὰ τὸ ἧπαρ, ἡ κοίλη φλέψ. καὶ γὰρ ἐν ἐκείνῃ πρώτῃ καθαρὸν τῶν περιττωμάτων ἀπολείπεται τὸ αἷμα. παρὰ δὲ ταύτης φλεβὸς, ὥσπερ τἄλλα τοῦ ζώου μόρια πάντα κατὰ τὸν αὐτὸν τρόπον ἡ καρδία λαμβάνει τὴν τροφήν· ὥστε δῆλον ὅτι τὴν ἰδέαν βλαστάνει, εἴπερ τρέφειν δεῖ τὸ ζῶον.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 5.

ET propriam quidem ideam produxit.

Vocat ideam hoc loco formam, & speciem alimenti. Quum enim cibus coctionis principium subit, tum prisca forma mutatur. Huius rei signum est id, quod per totam noctem in dentium interuallis relictum est, siquidem propriam formam non seruat, sed vnius noctis curriculo valdè immutatum videtur. Neque enim panis est panis exquisitè, neque caro est caro; sed tale quidpiam olet, quale etiam os animantis, quum in coctionis instrumentis propriam formam nanciscatur, ac vel in sanguinem, vel in pituitam, vel bilem flauam, vel atram conuertatur; quos quatuor humores appellamus, & Hippocrates multorum morborum causas esse docuit. * Meum autem librum in manibus omnium esse arbitror. * erit autem hæc, vt totius rei summa quædam. Quatuor igitur humores in nobis sunt secundum naturam. Hi quum quantitate excedunt, & in qualitate alterati sunt, morborum causas afferunt. Cæterùm hyeme redundat pituita, verè sanguis, æstate flaua bilis, autumno atra. Quæ quum docuisset, & item hæc, contrariorum remedia esse contraria, elemētum nobis tradidit methodi, quæ ad artem accommodata est, ad quæ quum collegisset quę in Aphorismis habentur de morbis, qui quoque tempore, & quâque ætate vigent, ad ipsa elementa quasi syllabas attexuit. Sed ego breuitatis causa, ipsius verba nunc afferam. * Primum enim alimenti principium, vt in illo * dictum est, os, stomachus, & venter est. Secundum, venæ ex iecore in ventrem pertinentes; in quibus primis effici sanguinem, ostensum est. Tertium est iecur: Quartum post iecur, est vena caua; siquidem in ipsa prima sanguis ab excrementis liber relinquitur, ab hac autem vena, sicut aliæ omnes animantis partes, ita etiam cor, alimentum sumit; quare perspicuum est, formam efferri, & produci, si nutriri animal debeat.

Τὴν τροφὴν πανταχόσε τοῦ σώματος φέρεσθαι· καὶ ὅτι ἀνάγκη ἐστὶ τὸ τρέφον ἀλλοιοῦσθαι.

Alimentum in singulas corporis partes deuehi; & quod alit, id alterari necesse sit.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. ϛ΄.

ΜΕταβάλλει τε τὴν ἀρχαίαν, καὶ καταφέρεται.

Εἴρηται ἡμῖν, ὅτι ἡ πέψις ἀλλοίωσίς ἐστι κατὰ ποιότητα, καὶ γίγνεται αὕτη ὑπὸ τῆς γαστρὸς ὁμοιούσης αὐτῇ τὰ σιτία. ἡ γὰρ ἐκ τῶν τεσσάρων τοιάδε τις κρᾶσις, ἡ καὶ τὴν ἰδιότητα τοῦ τῆς γαστρὸς ἐργασαμένη σώματος, αἰτία τῆς ἀλλοιώσεώς ἐστι

TEXTVS HIPPOCRATIS. 6.

COmmutat priscam, & descendit.

Dictum est concoctionem esse alterationem in qualitate, eámque à ventriculo, cibos sibi assimilante effici. Talis enim quædam ex quatuor elementis confecta temperies, quæ proprietatem corporis ventriculi facit, est alterationis ciborū causa,

&

& hoc ad agendum maximam vim calidum elementum affert. Necesse enim est, vt quod alit, alteretur, dum in eius, quod alitur, naturam mutatur; quocirca ventriculus constringitur ad cibos, & accommodatum sibi humorem inde elicit, donec expletus quicquid excrementi superfluit, in ieiunum expellat. Quemadmodum autem iecur, tum ex ventriculo, tum ex intestinis alimentum per venas attraxit; ita quæ post ipsum sunt, per alias venas in se illud trahunt, tum deinceps ex his alia, idque fit vsque dum in omnem animantis particulam alimentum peruenerit. Est enim in commentariis de facultatibus naturalibus demonstratum, cibum, & potum in omnes corporis partes per transumptionem deuehi, ad hos autem deuehendos, venæ, veluti canales quidam, à natura factæ sunt, ac primùm quidem vena magna, tum ipsius ad portas iecoris propagines, & productiones tot numero, quot iecoris fibræ sunt. Sed & de venis & de ipsarum, itémque arteriarum principio, in quarto commentario ad illa verba, *Radix venarum iecur; radix arteriarum cor*; copiosius disseremus.

Quod alimentum concoctum esse oporteat.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 7.

A*Lit concoctum.*

Quæ ante dicta sunt, concoctionem ferè significant omnia. Nam quod dixit, exile fieri alimentum, produci, pristinámque formam commutare, idem est atque id quod nunc vno verbo extulit, quum ait, ipsum alere, quum concoctum est. Crudi enim humores alere non possunt priùs, quàm concocti sint. Enimuerò quum quotidie magna substantiæ pars ab omnibus animantibus defluat, propter calorem innatum, ipsorum corpori maximè necessaria est concoctio; quocirca vt iustus caloris modus seruetur, cibis, potionibúsque opus est. Quoniam autem quod à singulis partibus defluit, tale natura est qualis est ipsa pars, nihil autem eorum, quæ edimus, aut bibimus, tale prorsus est, ideò fuit naturæ necessarium, ea immutare, concoquere, & eadem alendo corpori similia præparare. Excrementa verò, quæ per alterationem fiunt, extrudit illa facultas, quam expultricem vocamus; siquidem omnis pars id trahit, quod est ad ipsam accommodatum, & reiicit alienum, quódque attraxit, alterat, & quo tempore alterat, eo retinet, & constringit; hæcque alteratio vsque dum ad similitudinem partis, quæ alitur, sit facta mutatio, vocatur concoctio, quum verò iam parti apponitur, nutritio. Quare quis est, qui non norit, concoctionem esse quandam alterationem, & mutationem eius, quod nutrit, in accommodatam ei quod nutritur, qualitatem? atque alterationem à calore effici, itaque etiam nutritionem, concoctionem, & humorum omnium originem? Si igitur hoc est concoctio, alimentúmque in ventriculo sumit qualitatem accommodatam ei, quod nutriendum est, certè planum est, alimentum in ventriculo concoqui. Hoc tamen minimè placet Asclepiadi, atque Erasistrato, quorum alter, neque in vomitibus, neque in ructibus, neque in dissectionibus qualitatem ciborum concoctam vnquam apparere censet, atque adeò stultus est, vt quum veteres, ac præstantes viri dixerint, cibos in ventriculo ad bonitatem conuerti, quærat non eam bonitatem, quæ ad potentiam pertinet, sed

A τῶν σιτίων· καὶ πλείστην εἰς τοῦτο δύναμιν εἰσφέρεται τὸ θερμὸν στοιχεῖον. ἀνάγκη γὰρ τὸ τρέφον ἀλλοιοῦσθαι, εἰς τὴν τοῦ τρεφομένου μεταβαλλόμενον οὐσίαν. διὸ περιστέλλεται ἡ γαστὴρ τοῖς σιτίοις, ἕλκουσα τὸν οἰκεῖον ἑαυτῇ χυμὸν ἐξ αὐτῶν, ἕως ἂν ἐμπλησθεῖσα, διώσηται τὸ περιττὸν ἅπαν εἰς τὴν νῆστιν. ὥσπερ δὲ, τὸ ἧπαρ διὰ τῶν φλεβῶν εἵλκυσεν ἐκ γαστρός τε, καὶ τῶν ἐντέρων τὴν τροφὴν, οὕτως ὅσα μετ' ἐκεῖνο τέτακται, δι' ἄλλων ἕλκει φλεβῶν εἰς ἑαυτά· καὶ αὖθις ἕτερα· καὶ τοῦτο γίνεται ἄχρι περ ἂν εἰς ἅπαν ἀφίκηται τοῦ ζώου μόριον ἡ τροφή. δέδεικται γὰρ ἐν τοῖς περὶ τῶν φυσικῶν δυνάμεων ὑπομνήμασιν, καὶ τὸ πόμα, καὶ τὴν τροφὴν πανταχόσε τοῦ σώματος κατὰ τὴν τῆς ὁλκῆς μετάληψιν φέρεσθαι. πρὸς δὲ τήνδε τὴν φορὰν, γέγονεν ἡ φύσις τὰς φλέβας, ὡς ὀχετούς τινας. πρῶτον μὲν τὴν μεγίστην φλέβα· ἔπειτα δὲ τὰς αὐτῆς ἐπὶ πύλας ἀποβλαστήματα, καὶ ἀποφύσεις, ἰσαρίθμους τὸν ἀριθμὸν, ὅσοι περ ἂν ὦσιν οἱ λοβοὶ τοῦ ἥπατος. ἀλλὰ περὶ φλεβῶν, καὶ τῆς ἀρχῆς αὐτῶν, ὡς καὶ περὶ τῶν ἀρτηριῶν, ἐν τῷ τετάρτῳ γράμματι ἐπὶ πλέον ἐροῦμεν, ἔνθα φησὶν αὐτὸς, ῥίζωσις φλεβῶν, ἧπαρ· ῥίζωσις ἀρτηριῶν καρδίη.

Ὅτι χρὴ τὴν τροφὴν πεφθῆναι.

C ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. ζʹ.

Τρέφει δὲ πεττομένη.

Τὰ προλελεγμένα πάντα σχεδὸν τὴν πέψιν ἐσήμαινε. τὸ γὰρ εἶπε, γίνεσθαι ἐξίτηλον τὴν τροφὴν, καὶ τὸ βλαστάνειν, καὶ τὸ τέλος, τὸ μεταβάλλειν τὴν ἀρχαίαν ἰδέαν, τοῦτο ἐστὶν ὅπερ νῦν ἑνὶ ῥήματι λέγει, τρέφειν αὐτὴν πεττομένην. οἱ μὲν γὰρ ὠμοὶ χυμοὶ τρέφειν οὐ δύνανται, πρὶν πεφθῆναι. ἀναγκαιοτάτη γάρ ἐστιν ἡ πέψις τῷ τῶν ζώων σώματι· ἐπεὶ ἀπορρεῖ μὲν ἁπάντων τῶν ζώων ὁσημέραι πολὺ μέρος τῆς οὐσίας διὰ D τὴν ἔμφυτον θερμότητα. διὸ ὡς τὴν συμμετρίαν αὐτῆς σώζεσθαι, δεόμεθα σιτίων τε, καὶ πομάτων, ἐπεὶ δὲ τὸ ἀπορρέον ἑκάστου τῶν μορίων, τοιοῦτον τὴν φύσιν ἐστὶν, οἷόν περ αὐτὸ τὸ μόριον, οὐδὲν δὲ τῶν ἐσθιομένων, ἢ πινομένων ἀκριβῶς ἐστὶ τοιοῦτον, διὰ τοῦτο ἀναγκαῖον εἶχεν ἡ φύσις, προμεταβάλλειν τε, καὶ πέττειν αὐτά· καὶ παρασκευάζειν ὅμοια τῷ τρεφομένῳ σώματι. ὅσα δὲ κατὰ τὴν ἀλλοίωσιν γίνεται περιττώματα, ταῦτα διὰ τὴν δύναμιν ἐκείνην, ἣν ὀνομάζομεν ἐκκριτικὴν, ἀπωθεῖται. πᾶν γὰρ μόριον ἕλκει τὸ οἰκεῖον ἑαυτῷ, καὶ ἀποκρίνει τὸ ἀλλότριον, ἀλλοιοῖ τε τὸ ἑλχθέν· ἔν τε τῷ E χρόνῳ, καθ' ὃν ἀλλοιοῖ, κατέχει τε, καὶ σφίγγει. καλεῖται δὲ ἀλλοίωσις αὕτη, μέχρι μὲν ἂν εἰς ὁμοιότητα τοῦ τρεφομένου μορίου μεταβάλληται, πέψις· ὅταν δὲ ἤδη προστίθεται τῷ μορίῳ, θρέψις. τίς μὲν οὐκ οἶδεν, τὴν πέψιν, ἀλλοίωσιν τινα ὑπάρχειν, καὶ μεταβολὴν τοῦ τρέποντος εἰς τὴν οἰκείαν τοῦ τρεφομένου ποιότητα· τὴν δ' ἀλλοίωσιν ὑπὸ τοῦ θερμοῦ μάλιστα συντελεῖσθαι, καὶ διὰ τοῦτο, καὶ τὴν θρέψιν, καὶ τὴν τῶν ἁπάντων χυμῶν γένεσιν; εἴπερ οὖν ἡ πέψις τοῦτό ἐστιν, καὶ ἡ τροφὴ ἐν τῇ γαστρὶ δέχεται ποιότητα, τῷ μέλλοντι ὑπ' αὐτῆς τραφήσεσθαι ζώῳ προσήκουσαν, δῆλόν ἐστι, τὴν τροφὴν κατὰ τὴν γαστέρα F πέττεσθαι. τοῦτο δὲ οὐκ ἀρέσκει οὐδὲ Ἀσκληπιάδῃ, οὔτ' Ἐρασιστράτῳ· ὧν ὁ μὲν, οὔτε ἐν τοῖς ἐμέτοις, οὔτ' ἐν ταῖς ἐρυγαῖς, οὔτ' ἐν ταῖς ἀνατομαῖς βούλεται τὴν τῶν πεφθέντων σιτίων ποιότητα ἐμφαίνεσθαί ποτε· καὶ οὕτως ἀήθης ἐστὶν, ὥστε τῶν παλαιῶν, καὶ δοκίμων ἀνδρῶν λεγόντων, τὰ σιτία ἐπὶ τὸ χρηστὸν ἐν τῇ γαστρὶ μεταβάλλειν, ζητεῖ αὐτὸς, οὐ τὸ κατὰ δύναμιν, ἀλλὰ

A τὸ κατὰ γεῦσιν χρηστόν. ὁ δ' Ἐρασίστρατος γελοῖός τε, καὶ ἀμαθής ἐστι. σαφῶς γὰρ Ἀριστοτέλους λέγοντος, τὴν πέψιν, ἑψήσει παραπλήσιον ὑπάρχειν, ὅπως τοῦτο λέγεται, οὐχ οἷός τε ἦν εἰδέναι. φησὶ γὰρ, οὐκ εἰκὸς εἶναι, τὴν πέψιν παραπλήσιον τυγχάνειν τῇ ἑψήσει, τῇ ἐλαφρὰν ἐχούσῃ θερμασίαν, ὥσπερ ἀεὶ πῦρ, καὶ φλόγα, ὑποθεῖναι τῇ γαστρὶ, ὥσπερ τῷ λέβητι, ἢ ἄλλως αὐτῆς ἀλλοιῶσαι τὰ σιτία μὴ δυναμένης. ἀλλὰ περὶ τούτων εὐηθείας τε, καὶ ἀμαθείας εἴρηταί μοι ἐν τοῖς περὶ φυσικῶν δυνάμεων ὑπομνήμασιν. νῦν δὲ ἐπειδὴ φύσις ἀεὶ τὴν πέψιν, καὶ τὴν ἀνάδοσιν, καὶ τὴν ἐξαιμάτωσιν, καὶ τὴν πρόσθεσιν, καὶ τὴν πρόσφυσιν, καὶ τὴν ἐξομοίωσιν ἐργάζεται, ἰστέον ὅτι οὐκ εἴωθεν ἂν B ἐκπεμφθῆναι τῆς γαστρὸς ἡ τροφὴ, εἰ μὴ τελέως πεφθῇ. ὅταν γε πεφθῇ τελέως, ἀνοίγνυται μὲν τηνικαῦτα τὸ κάτω στόμα, καὶ διεκπίπτει δι' αὐτοῦ τὰ σιτία ῥᾳδίως· ἐὰν δὲ ἡ γαστὴρ ὑπὸ δριμύτητος δηχθεῖσα τυγχάνῃ, πρωϊαίτερον τοῦ δέοντος ἄπεπτον ἔτι τὴν τροφὴν ἀποτρίβεται. αὖθις δ' ἄν ποτε τῷ πλήθει βαρυνθεῖσα, ἢ κατ' ἄμφω συνελθόντων κακῶς διατεθεῖσα, διαῤῥοίαις ἑάλω. καὶ ἐὰν ἐν τούτῳ τῷ πάθει ἔμφυτος θερμασία ἄῤῥωστος γένοιτο, οὔτε πέττεσθαι καλῶς τὰ σιτία, οὔθ' αἱματοῦσθαι· πολὺ δὲ μᾶλλον οὐδὲ ἀναδίδοσθαι δύναται. καὶ ἡ αἱματοῦσα δύναμις, ἀνάλογον τῇ πεττούσῃ C κατὰ τὴν γαστέρα, ποτὲ μὲν ὑπ' ἀῤῥωστίας οὐκ ἀλλοιώσει τὸν εἰς τὰς φλέβας ἀναδοθέντα χυμὸν, κἂν εἰ σύμμετρος εἶναι δοκεῖ. οὐ γὰρ οἷόν τε γεννηθῆναι χρηστὸν αἷμα κατὰ τὸ ἧπάρ τε, καὶ τὰς φλέβας, ἀπεπτηθέντων, καὶ διαφθαρέντων ἐν τῇ γαστρὶ τῶν σιτίων. τοῖς μὲν οὖν καλῶς πέττουσι τὰ σιτία, τό θ' αἷμα χρηστόν ἐστι, καὶ σύμμετρος ἕπεται σάρκωσις. πολλάκις δὲ αἱ πέψεις γίνονται μοχθηραὶ, φλεγματωδεστέρων, ἢ χολωδεστέρων ἀποτελουμένων τῶν ληφθέντων· ἢ τινα παρὰ φύσιν ἑτέραν διαφθορὰν ἰσχόντων· ἢ ὠμῶν τε, καὶ ἀμεταβλήτων ἄχρι πλείστου μενόντων, καὶ πνευματουμένων. οὐκ ἂν οὖν ἡ τροφὴ D θρέψει ποτὲ, πρὶν καλῶς πεφθῇ· ὥσπερ ὑπ' αὐτοῦ καλῶς εἴρηται.

A eam, quæ in gustu est. Erasistratus est ridiculus, & imperitus; quia quum apertè dicat Aristoteles, concoctionem elixationi similem esse, quam in sententiam hoc dictum sit, intelligere non potest. Negat enim verisimile esse, concoctionem similem esse elixationi, quæ leuem calorem habeat, tanquam oporteat, aut ignem adurentem, aut flammam semper ventriculo subiici, sicut lebeti; aut alioqui cibos alterari ab ipso non posse. Sed de horum, & stultitia, & inscitia dictum est nobis in commentariis, quos de facultatibus naturalibus edidimus. Nunc verò, quoniam natura semper concoquit, distribuit, sanguinem efficit, apponit, B agglutinat, & assimilat, scire conuenit non consueuisse alimentum ex ventriculo emitti, nisi sit perfectè concoctum. Quum verò perfectè concoctum sit, tum os inferius aperitur, & cibi per ipsum facilè excidunt. Si verò acrimonia quædam ventriculum mordeat, tunc citiùs, quàm oportet, alimentum adhuc incoctum abiicit. Rursus multitudine quandoque onustus, aut his ambobus coëuntibus, malè affectus, diarrhœis corripitur. Sique in hoc morbo natiuus calor debilis reddatur, profectò neque rectè cibos concoquere, neque sanguinem efficere, ac multò minus distributionis munere C fungi potest. Facultas quoque sanguinem efficiens ad proportionem eius, quæ in ventriculo concoctionem obit, interdum præ imbecillitate humorem eum, qui fit in venas distributus, quamuis esse moderatus videatur, non alterabit. Præsertim quum non coctis, & corruptis in ventriculo cibis, probus in iecore, & venis effici sanguis non possit. In quibus igitur cibi rectè concoquuntur, iis & sanguis probus, & moderata copia carnis efficitur. Sæpenumero autem vitiosæ coctiones fiunt, quòd ea, quæ sumpta sunt, aut pituitosiora, aut biliosiora sint reddita, aut aliam quampiam corruptelam contra naturam contraxerint, aut cruda, & immu- D tata diutissimè permanserint, & flatu impleta sint. Itaque alimentum nunquam nutriet priùs quàm rectè sit concoctum, sicut ipse ritè censuit.

Τὴν προτέραν τῆς τροφῆς ἰδέαν μεταβάλλεσθαι.

Priorem alimenti ideam mutari.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. η'.

Τὴν δὲ προτέρην ἰδέην ἐξαλλάττει, ἔστιν ὅτε, καὶ τὰς προτέρας ἐξημαύρωσε.

Ὅτι μὲν τὴν προτέραν ἰδέαν μεταβάλλει, καὶ εἰς τὴν τοῦ τρεφομένου οὐσίαν τρέπεται ἡ τροφὴ, εἴπερ καλῶς πεφθῇ, ἤδη εἴρηται ἡμῖν, καὶ δέδεικται. πολλάκις γὰρ ἴδομεν τὸν ἄρτον τὸν ἐσθιόμενον ἐν τῇ κοιλίᾳ μὲν τὸ πρῶτον πεφθέντα, καὶ ὑπὸ τοῦ ἥπατος εἰς αἷμα τρεπόμενον, εἰς τὴν κοιλίαν αὐτὴν ἀνακομίζεσθαι. τοῦτο δὲ ἀδύνατον ἦν, εἰ μὴ τὸ τοῦ ἥπατος κρέας, ὅπερ ἂν παρέγχυμα καλεῖται, τοιαύτην ἐξαλλάττωσιν, καὶ τὴν ἐξαιμάττωσιν ποιῇ. εἰ γὰρ παχυνθείη τὸ αἷμα, σὰρξ ἥπατος ἀκριβὴς ἀπεργασθήσεται. καὶ τοῦτό γε * οὐχ οἷόν τε γὰρ τὰς προτέρας ἀμαυροῦν, τῆς τροφῆς μὴ διαφθαρείσης. συμβαίνει δὲ τοῦτο διὰ πολλὰς αἰτίας· ἅσπερ ἔχεις δεδηλωμένας ἐν τῷ περὶ συμπτωμάτων, καὶ ἐν τῷ περὶ * περὶ μὲν δὴ τοῦδε καὶ αὖθις εἰρήσεται, τοῦ λόγου προϊόντος. νῦν δὲ τὸ ὑπόλοιπον καταθῶμεν, ὧν πρὸ ὀλίγου διαλέξασθαι προὔ * *

TEXTVS HIPPOCRATIS. 8.

Ideam priorem commutat, est interdum, quum priores hebetauit.

Priorem alimenti formam mutari, & in eius, E quod alitur, naturam conuerti, siquidem rectè sit concoctum, iam est à nobis, & dictum, & demonstratum. Videmus enim sæpe panem, quo vescimur, primùm in ventriculo concoctum, & à iecore in sanguinem conuersum, in ventrem iterum referri. Quod sanè fieri non posset, nisi caro iecoris, quæ parenchyma nominatur, eiusmodi commutationem efficeret, & sanguinem procrearet. Etenim si sanguis concrescet, caro iecoris prorsus erit effecta. * Neque potest priores hebetare, alimento non corrupto, hoc autem propter multas causas vsu venit, quæ exposi- F tæ sunt in libro de symptomatibus, & in eo, qui est de ∴ Sed hac de re in progressu orationis iterum disseretur. Nunc reliqua addamus, de quibus nos paulò antè dicturos esse, polliciti sumus.

GALENI

ΓΑΛΗΝΟΥ ΕΙΣ ΤΟ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ ΠΕΡΙ ΤΡΟΦΗΣ, ΥΠΟΜΝΗΜΑ Γ'.

GALENI IN HIPPOCRATIS LIBRVM DE ALIMENTO, COMMENTARIVS III.

A

Vt fertur alimentum in singulas corporis partes per venas & arterias.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 9.

FAcultas autem alimenti peruenit, & ad os, & ad omnes eius partes, & in neruum, & in venā, & in arteriam, & in musculum, & membranam, & carnem, & pinguedinem, & sanguinem, & pituitam, & medullam, & cerebrum, & spinalem medullam, & viscera, & omnes ipsorum partes.

Corpus animantis ex plurimis, vt perspicuum est, partibus conflatum est, quas similares, aut dissimilares esse asserimus. Corporum autem similarium, tria sunt genera, quæ & exanguia sunt, & sinum non habent. Eorum alia ex ossibus, alia ex cerebro, dorsique medulla, alia ex musculis oriuntur. Vocantur autem partes similares quòd tum sibi mutuò, tum toti similes sint, eædem & simplices, & primæ nominantur, siquidem ex eis constituatur eæ, quæ compositæ, organicæque appellantur, cuiusmodi est digitus, cubitus totus, brachium totum, & crurum partes, itémque oculus, lingua, cor pulmo, omniáque viscera, & venter, & intestina, quin etiam caput, & quæ in ipso partes sunt, ex quibus partibus totum rursus corpus constitutum esse medici norunt. Primæ autem partes gignuntur ex sanguine, qui ex alimento intra corpus sumpto oritur, & item ex semine. Hæ partes sunt cartilago, os, neruus, membrana, ligamentum, arteria, vena, & quæ sunt generis eiusdem omnia, tum ex iis conficitur oculus, lingua, caput, viscera, artúsque. Denique ex his totum corpus, atque hæc quidem omnia naturales qualitates in se habent, vt per exuperantiam humida sit caro, frigida cartilago, siccum & frigidum os, pinguedo humida, & calida, & vnaquæque pars similaris. Quin etiam complura sunt spatia inter prædictas partes similares & primas partes; atque iis plura, maioráque inter organicas, & compositas. Vt autem omnes corporis partes alimentum sumant, interdū natura spatium in vnaquaque parte, quæ constet ex partibus similaribus, fabricata est, vt in osse, & cute. Ac mollia quidem corpora, quæ sibi mutuò incumbunt, habent interiecta spatia, quæ sensum effugiunt, quæ verò dura, siccáque admodum sunt, in eis interualla cernuntur, vt cernere est cauernulas in ossibus, in quibus est humor crassus, & albus, quem ad alenda ossa natura præparauit. In cute autem foramina quædam sunt, tum ad huiusmodi visum, tum verò etiam, vt quæ superuacanea sunt, exeant.

Ὅπως ἡ τροφὴ πανταχόσε τοῦ σώματος διὰ τῶν φλεβῶν τε καὶ ἀρτηριῶν φέρεται.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. θʹ.

ΔΥΝΑΜΙΣ δὲ τροφῆς ἀφικνέεται, καὶ ἐς ὀστέον, καὶ πάντα τὰ μέρεα αὐτοῦ, καὶ ἐς νεῦρον, καὶ ἐς φλέβα, καὶ ἐς ἀρτηρίην, καὶ ἐς μῦν, καὶ ἐς ὑμένα, καὶ σάρκα, καὶ πιμελὴν, καὶ αἷμα, καὶ φλέγμα, καὶ μυελὸν, καὶ ἐγκέφαλον, καὶ νωτιαῖον, καὶ τὰ ἐντοσθίδια, καὶ πάντα τὰ μέρεα αὐτῶν.

B Τὸ τοῦ ζώου σῶμα ἐκ πλείστων, ὡς δῆλόν ἐστι, σύγκειται μορίων, ἅπερ ὁμοιομερῆ, ἢ ἀνομοιομερῆ εἶναι φαμέν. τῶν μὲν σωμάτων ὁμοιομερῶν ἐν τοῖς ζώοις ἐστὶ τρία γένη, ἄναιμά τε, καὶ ἀκοίλια φαινόμενα, τὰ μὲν ἐξ ὀστῶν, τὰ δὲ ἐξ ἐγκεφάλου, καὶ νωτιαίου, τὰ δὲ ἐκ μυῶν φυόμενα. καλεῖται δὲ ὁμοιομερῆ, τῷ ἀλλήλοις ὑπάρχειν ὅμοια, καὶ τῷ παντί, ταῦτα δὲ καὶ ἁπλᾶ, καὶ πρῶτα λέγονται. καὶ γὰρ συντίθεται ἐξ αὐτῶν τὰ σύνθετά τε, καὶ ὀργανικὰ προσαγορευόμενα, ὡς δάκτυλος, καὶ πῆχυς ὅλος, καὶ βραχίων ὅλος, καὶ τὰ κατὰ τὰ σκέλη μόρια. οὕτω δὲ καὶ ὀφθαλμὸς, καὶ γλῶττα, καὶ καρδία, καὶ πνεύμων, καὶ ἅπαντα τὰ σπλάγχνα, καὶ ἡ γαστὴρ, καὶ τὰ ἔντερα. ἀλλὰ καὶ ἡ κεφαλὴ, καὶ τἄλλα κατὰ τὸ αὐτὸ μόρια. ἐξ ὧν πάλιν ὅλον τὸ σῶμα συγκείμενον εἶναι οἱ παῖδες τῶν ἰατρῶν C ἴσασι. τὰ μὲν οὖν πρῶτα μόρια γίνεται ἔκ τε τοῦ αἵματος, τοῦ γινομένου ἐκ τῆς λαμβανομένης τροφῆς εἴσω τοῦ σώματος, καὶ ἐκ τοῦ σπέρματος. ἔστι δὲ ταῦτα χόνδρος, καὶ ὀστοῦν, καὶ νεῦρον, καὶ ὑμὴν, καὶ σύνδεσμος, ἀρτηρία, φλέψ, καὶ ὅσα τἄλλα τοιαῦτα. κἄπειτα ἐκ τούτων ὀφθαλμὸς, καὶ γλῶττα, καὶ κεφαλὴ, καὶ τὰ σπλάγχνα, καὶ τὰ κῶλα· καὶ πάλιν ἐκ τούτων ὅλων τὸ σῶμα. ταῦτα δὲ πάντα ἔχει τὰς φυσικὰς ποιότητας ἐν αὐτοῖς· ὡς κατὰ μὲν τὴν ἐπικράτησιν, ὑγρὸν μὲν, ἡ σάρξ· ὁ χόνδρος δὲ ψυχρόν· τὸ δὴ ὀστοῦν, ξηρὸν, καὶ ψυχρόν. ἡ πιμελὴ δὲ ὑγρὸν καὶ θερμὸν, ἕκαστόν τε τῶν ἄλλων ὁμοιομερῶν. καὶ μὲν δὴ καὶ ὡς χῶραι πολλαὶ μεταξὺ τῶν εἰρημένων ὁμοιομερῶν τε, καὶ πρώτων μορίων ὑπάρχουσι, καὶ τούτων D ἔτι πλείους τε, καὶ μείζους ἐν τῷ μέσῳ τῶν ὀργανικῶν τε, καὶ συνθέτων, ἵνα δὲ τροφὴν τὰ μέρη πάντα τοῦ σώματος λάβῃ, ἐνίοτε ἡ φύσις καθ' ἓν ὁτιοῦν ὁμοιομερὲς μόριον τὴν χώραν δεδημιούργηκε, ὡς ἐν ὀστῷ καὶ δέρματι. καὶ τὰ μὲν μαλακὰ τῶν σωμάτων ἀλλήλοις ἐπιπίπτοντα, τὰς ἐν τῷ μεταξὺ χώρας ἀδήλους πρὸς τὴν αἴσθησιν ἔχουσιν. ὅσα δὲ σκληρὰ, καὶ ξηρὰ πάνυ, αἰσθητὰ ἔχει καὶ τὰ διαλείμματα, ὡς ἔστιν ἰδεῖν ἐν τοῖς ὀστοῖς τὰς σήραγγας ἐν αἷς ἐστιν ὑγρὸν παχὺ, καὶ λευκὸν, ὅπερ ἡ φύσις αὐτὴ εἰς θρέψιν τοῖς ὀστοῖς παρεσκεύασεν. ἐν δὲ τῷ δέρματι πόροι τινές εἰσι, καὶ πρὸς τοιαύτην τὴν χρείαν, καὶ πρὸς τὸ τὰ περιττὰ ἐκπέσειν.

πῶς δὲ πῶς ἡ τῆς τροφῆς δύναμις εἰς ἕκαστον μόριον φέρεται, οὐκ ἀγνοήσαι δύναιτό τις, ἀναγνοὺς τὸ ἡμέτερον τὸ περὶ φυσικῶν δυνάμεων γράμμα. ἐν ἐκείνῳ γὰρ δέδεικται, ὅτι ὀχετοὶ πολλοὶ κατὰ πάντα τὰ μόρια διεσπαρμένοι, τὸ αἷμα αὐτοῖς παράγουσι δίκην τινὸς ἐν τῷ κήπῳ ὑδρείας. οὗτοι δὲ ὀχετοί, ἔχουσι διαστήματά τινα μεταξύ, οὕτως παρεσκευασμένα, ὡς μήτ' ἐνδεῶς χορηγεῖσθαι τοῖς μεταξὺ μορίοις, ἅπερ τὸ αἷμα εἰς αὐτὰ ἕλκουσι, μήτε καταχλύζεσθαί ποτ' αὐτὰ πλήθει τῆς περιττῆς ὑγρότητος, τῆς ἀκαίρως ἐπιρρεούσης. αὕτη μὲν οὖν ἡ τῶν μορίων κατασκευή, ὑπὸ φύσεως ἐξ ἀρχῆς ἐγένετο, ἵνα τροφὴν ῥᾳδίως πάντα λαμβάνῃ. τοῦ γὰρ συνεχοῦς σώματος τὰ ἐπιπολῆς μέρη πρῶτα, τῆς ὁμιλούσης ἀπολαύει τροφῆς. ἐκ τούτων δ' αὖ μεταλαμβάνει κατὰ τὸ συνεχὲς ἕλκοντα, τὰ τούτων ἑξῆς εἶτ' ἐξ ἐκείνων αὖθις ἕτερα. καὶ τοῦτο γίνεται, μέχρι τοῦ, εἰς ἅπαντα τὰ τοῦ σώματος μόρια ἡ ποιότης τῆς τροφῆς διαδίδοσθαι. οὐ τρέφεται δὲ πάντα ὁμοίως· ἀλλὰ τὰ μὲν πολλὴν μεταβολὴν ἀπαιτεῖ, τὰ δ' ὀλίγην, ὡς ἐκεῖ σαφῶς εἴρηται. ὅσα μὲν οὖν χρῄζουσι τοῦ μέλλοντος αὐτὰ θρέψειν χυμοῦ, τούτοις εἴπομεν παρεσκευακέναι τὴν φύσιν, ὥσπερ ταμεῖόν τι, τουτέστι ἢ κοιλίας, ἢ σήραγγας, ἢ τι ἄλλο τούτοις ἀνάλογον. καὶ ἐξ αἵματος μὲν ὀλίγον ἀλλοιουμένου, αἱ σάρκες τῶν τε σπλάγχνων ἁπάντων, καὶ τῶν μυῶν. τὰ δ' ὀστᾶ οὐ δύνανται τρέφεσθαι, μὴ παμπόλλης τῆς μεταβολῆς μεταξὺ ὑπαρχούσης. καὶ ὡς αἷμα ταῖς σαρξί, οὕτω τοῖς ὀστοῖς ὁ μυελὸς τροφή ἐστιν. οὐ μὴν ὁμοίως γε ἐν πᾶσιν. εἰσὶ γὰρ μικρά τινα, καὶ ἀκοίλια, ἄλλα δὲ μείζω τε, καὶ κοιλίας ἔχοντα. ἐν μὲν οὖν τοῖς μικροῖς, καὶ ἀκοιλίοις κατὰ τὰς σήραγγας αὐτῶν διεσπαρμένος, ἐν δὲ τοῖς μείζοσί τε, καὶ κοιλίας ἔχουσιν, ἐν ἐκείνοις ἠθροισμένος. ἐν δὲ τοῖς χόνδροις ἐστὶ τὸ περικεχυμένον τι μυξῶδες· καὶ τοῖς συνδέσμοις, καὶ τοῖς ὑμέσι, καὶ τοῖς νεύροις τὸ γλίσχρον ὑγρὸν παρεσπαρμένον. τὴν δὲ τροφὴν ἕλκει ἕκαστον, ἐξομοιοῖ κατὰ βραχύ, καὶ μεταβάλλει εἰς τὴν ἑαυτοῦ οὐσίαν. ἐξετάζωμεν δὲ καθ' ἕκαστον τῶν καταριθμουμένων ὑπ' αὐτοῦ, τἀληθές. φησὶ γάρ, δύναμις δὲ τροφῆς ἀφικνέεται καὶ ἐς ὀστέον. σαφῶς μέντοι φαίνεται κατὰ πάντα τὰ ζῶα, τὸ μηδὲν τῶν μικρῶν ὀστῶν μυελὸν ἔχειν, ὅτι μηδὲ κοιλίαν ἀξιόλογόν τινα, καὶ μεγάλην ἔχει, ἀλλὰ τὰς μόνον σήραγγας, ὡς εἶπον, καὶ ταύτας ὀλίγας τε, καὶ στενάς. διττὸς γὰρ ἦν τῇ φύσει τῆς ὅλης κατασκευῆς αὐτῶν ὁ σκοπός, ὡς μὲν πρὸς τὴν ἰδίαν ἀσφάλειαν ἡ σκληρότης, ὡς δὲ πρὸς τὴν τοῦ ζώου κίνησιν ἡ κουφότης· καὶ οὐκ εὐπετὲς ἄμφω ταῦτα εἰς ταὐτὸν συνελθεῖν. εἰ γὰρ δὴ πρὸς τῷ ὀστοῦν στενὸν εἶναι, καὶ κοῖλον ἐγεγόνει, παντάπασιν ἂν ἦν ἀσθενές. εἰ δὲ μέγα, καὶ πλῆρες, καὶ πυκνόν, ἐσχάτως ἂν ἦν βαρύ τε, καὶ δύσφορον. ἐν γὰρ κνήμῃ, καὶ μηρῷ, καὶ βραχίονι τί χρὴ νομίζειν, εἰ μὴ κοιλίας εἶχεν οὕτω μεγάλας, μήτ' ἀραιότερα ταῖς συστάσεσιν ἐγεγόνει; καὶ πρὸς μὲν διττὴν χρείαν τὴν εἰρημένην, ἡ μὲν ἀσφάλεια ἐκ πυκνότητος, καὶ σκληρότητος· ἡ δὲ κουφότης ἐκ τῶν ἐναντίων ἐγίνετο. ἐφ' ὧν μέντοι διά τε τὸ σύντονον τῶν μυῶν, καὶ ὅλου τοῦ ζώου τὴν ῥώμην, ἄμφω ὑπάρχειν ἠδύνατο, τούτοις ἅπασιν ἡ φύσις πυκνά, καὶ σκληρὰ ἀπειργάσατο τὰ ὀστᾶ. καὶ ὁ μυελὸς ἐστὶν οἰκεία τροφὴ αὐτῶν. τὰ δ' οὐκ ἔχοντα κοιλίας, ἐν ταῖς σήραγξι τοιοῦτόν τι περιέχουσιν, ὅπερ τρέφειν αὐτὰ πέφυκεν. προστίθησι δὲ τοῖς ὀστοῖς τὰ νεῦρα, εἰπών, καὶ ἐς νεῦρον. τῶν δὴ νεύρων ἐστὶ τριττὸν γένος, τὰ μὲν ἐκ τοῦ ἐγκεφάλου, καὶ νωτιαίου γίγνονται μυελοῦ, ἃ καλοῦμεν προαιρετικά· τὰ δὲ ἐκ τῶν ὀστῶν, ἅπερ, ὡς εἰπεῖν, συνδετικά·

A Cæterùm quomodo alimenti facultas ad vnamquamque partem feratur, nemo, qui nostrum de facultatibus naturalibus librum leget, poterit ignorare. In illo enim ostensum est, canales multos per omnes partes sparsos sanguinem eis, veluti in hortulo irrigationem quandam adducere. Habent autem hi canales interiecta spatia quædam, sic præparata, vt neque nimis parcè mediis eorum partibus sanguis, quem ad se trahunt, suppeditetur, nec copia superuacanei humoris, intempestiuè ad ea confluentis, vnquam obruantur. Hæc autem fabricatio est à natura, vel in ipso initio facta, vt omnes partes alimentum facilè sumerent. Summæ enim B continui corporis partes primùm admoto sibi alimento perfruuntur. Ab iis sumunt, quæ deinceps sequuntur, per continuum trahentes. Deinde ab illis aliæ, idque fit vsque dum alimenti qualitas in omnes sit partes corporis distributa. Non omnes tamen simili ratione nutriuntur, sed aliæ magnam mutationem expetunt, aliæ exiguam; vt illic perspicuè declarauimus. Quæcũque autem humorem quo nutriuntur, desiderant, iis à natura præparatum veluti penum quendam diximus, exempli gratia sinus, aut cauernulas, aut aliud quidpiam, quod his proportione respondeat. Ac sanguine C quidem parum alterato, viscerum omnium, & musculorum carnes aluntur. At ossa, nisi permagna intercedat mutatio, ali non possunt. Et sicut sanguine aluntur carnes, ita ossa medulla nutriuntur. Quod tamen eodem modo in omnibus non fit; propterea quòd exigua quædam sunt, & sinus expertia, quædam maiora, & quæ sinus habent. Proinde in paruis, & sinus expertibus medulla est cauernulis ipsorum inspersa, in maioribus, & sinus habentibus, vtique in ipsis collecta est. In cartilagine est mucosum quid ei circumfusum, ligamentis, musculis, & neruis lentus humor inspersus. Quod autem alimentum vnaquæque pars trahit, id paulatim assimilat, & in sui substantiam mutat. Peruestigemus autem in singulis partibus, ab ipso enumeratis, quid veri sit. Facultas, inquit, alimenti peruenit in os, & tamen apparet perspicuè, in cunctis animantibus, nullum ex paruis ossibus medullam continere. Causa est, quia neque sinum vllum notabilem, & magnum habet, sed solum cauernulas, vt dixi, & eas quidem paucas, & angustas. In eorum enim constructione duo fuerunt naturæ proposita, vt durities ad suam tutelam, leuitas ad motiones animantis pertineret, neque facile erat hæc ambo in idem conuenire. Si enim os præter- E quam quòd angustum sit, cauum etiam esset factum, omninò imbecillum extitisset, at si magnum, & plenum, & densum, grauissimum fuisset, & ad gestandum difficile. Etenim de tibia, femore, & brachio quid esset censendum, si neque sinus adeò amplos habuissent, neque ipsorum fuisset rarior consistentia? Ad duplicem autem vsum, quem indicauimus, securitas ex densitate, & duritie; leuitas ex contrariis extitit. In quibus tamen propter robur musculorum, ac totius corporis fortitudinem, vtrumque comparari poterat, in iis omnibus, & densa, & dura ossa à natura facta sunt, & medulla F est ipsorum accommodatum alimẽtum; quæ verò sinus non habent, ea suis cauernis tale quid continent, quo nutriri queant. Ad ossa verò addidit neruos quum ait, *& in neruum*. Ac neruorum quidem sunt tria genera, alij enim à cerebro, & spinali medulla oriuntur, quos voluntarios nuncupamus: alij ex ossibus, quos vt ita dicam, ligamenta vocamus:

alij

alij ex musculis, quos tendines nominãt, alij porrò duri, alij molles sunt, ac durorum omnium origo est spinalis medulla. Eius verò ora inferior durissimorum; mollium verò omnium fons est cerebrum; media verò anteriorum eius partium mollissimis dicata sunt. At mediorum neruorum substantiæ principium id est, quo cerebrum & spinalis medulla coniunguntur. Hoc tamen ignorauit Aristoteles qui cæteris in rebus præstans, & scientia ornatus, in dissectione corporum non admodum excelluit. Nunc verò de alimento, quo nerui fruuntur, hoc tantum habeo dicere, glutinosum, aptum ad trahẽdum, & difficile ad excernendum esse id, quo nerui aluntur, idque perspicuum esse ex iis, quæ in neruis apparent. Nam si elixentur, aut computrescant, in huiusmodi humorẽ dissoluuntur. Quum verò naturalem, suúmque statũ seruant, sunt omninò exãgues. Præterea singulæ partes humore propriȩ substantiæ accommodato aluntur. Nihil autẽ ad neruũ alendum accommodatius, quàm quod dictum est, comperies. Ergo neruus alitur, euacuationem tamẽ non exigit, quia nullam habet sensibilem cauitatẽ, sicut in venis, arteriisque cõspicitur. Atque hoc interdum in causa est, vt neruis glutinoso, frigidóque humore repletis, quo sanè humore nutriuntur, conuulsio ipsos tentet, quod non contingeret, si cauitatibus sensibilibus, per quas fieret excretio præditi essent. *Et in venam, inquit, & in arteriam.* Quamplurimas, & venas, & arterias in toto animãtis corpore natura fabricata est, ac ne longè abeam, in facie, & toto capite natura permultas arterias arteriis, venásque venis, tũ à dextris ad sinistra, tum à sinistris ad dextra, tum ab anteriore parte ad posteriorem, & rursus à posteriore in anteriorem, & ab externis partibus ad internas, & ab internis ad externas perducens attexuit. Quum autem vena, aut arteria in musculum, aut viscus, aut aliquam aliam partem inseritur, tenues quasdam propagines corporibus sibi admotis mittit. Cuius rei perspicua causa est; omnes nimirum partes, tam calidas, quàm frigidas & tam duras, quàm molles alimento indigere. Easque alimentum ex sanguine accuratè alterato trahere. Has autem partes nunc auctor cõnumerauit, quia ex ipsis omnes corporis partes componuntur, neque vlla potest inueniri, quæ sit harum expers. Etenim si ali debent, profectò sine his effici id non potest. Omnes autem musculi, & arterias habent, & venas, & per has alimentum ad ipsos defertur. Si enim ipsorum permanens esset substantia, certè neque arteriis, neque venis opus ipsis esse diceremus. Sed quum alimento indigeant, & vt ante dixi, seruandus sit iustus natiui caloris modus, idcirco, & venis & arteriis opus fuit. Quia verò innatum sensus, & motus principium non habent, ideò neruis semper indigent, qui hoc eis suppeditent *

* Non tamen naturalibus instrumentis.

* Animalibus tamen instrumentis naturalis quædam est attributa dispensatio, indigéntque ipsa quoque, & arteriarum, & venarum ope ad suam essentiam conseruandam. *

Permultum autem hac in re differunt. ad plurimas vsque extenta partes, ac non solùm in musculos, sed etiam * partes

* Propterea addidit. *Et in membranam, & in carnem, & in pinguedinem;* quas prisci tunicas, membranas, & meningas vocabant, eas nunc vno nomine membranarum auctor significat, quos nos nunc quoque sequuti omissa nominum subtilitate, rem propositam pertractabimus.

A τὰ δὲ ἐκ τῶν μυῶν, οἷς τενόντων ὄνομα τίθεασι. ἔστι δὲ ἄλλα μὲν σκληρὰ τῶν νεύρων, ἄλλα δὲ μαλακά. τῶν δὲ σκληρῶν ἁπάντων ἀρχή ἐστιν ὁ νωτιαῖος· καὶ τό γε κάτω πέρας αὐτοῦ τῶν ἐσχάτως σκληρῶν. τῶν δὲ μαλακῶν ἁπάντων, ὁ ἐγκέφαλος· καὶ τὰ μέσα γε τῶν ἔμπροσθεν αὐτοῦ μερῶν ἀνάκειται τοῖς μαλακωτάτοις· τῆς δὲ τῶν μέσων νεύρων οὐσίας, καθὰ συνάπτουσιν, ἐγκέφαλός τε, καὶ νωτιαῖος ὑπάρχει ἀρχή. τοῦτο μέντοι ἠγνόησεν ὁ Ἀριστοτέλης, τἆλλα μὲν δεινὸς, καὶ ἐπιστήμων· κατὰ δὲ τὴν ἀνατομὴν, οὐ πάνυ. νῦν δὲ περὶ τροφῆς αὐτῶν τοσοῦτον ἔχομεν εἰπεῖν ὅτι γλίσχρον, καὶ ὁλκιμον, καὶ
B δυσέκκριτον εἶναι λέγομεν τὴν τροφὴν, ὑφ᾽ ἧς τὰ νεῦρα τρέφεται. δῆλον δὲ τοῦτο ἐκ τῶν φαινομένων περὶ τὰ νεῦρα. καὶ γὰρ ἑψόμενα, καὶ σηπόμενα τὴν διάλυσιν εἰς τὸν τοιοῦτον ἔχει χυμόν. ἔν τε τῷ κατὰ φύσιν ἔχειν, ἄναιμα τελέως εἰσίν. ἔτι δὲ, ἕκαστον τῶν μορίων οἰκείῳ τῆς ἰδίας οὐσίας τρέφεται χυμῷ· οὐδὲν δὲ τῷ νεύρῳ οἰκειότερον, τῆς εἰρημένης ἤδη τροφῆς οὐχ εὑρήσεις. τρέφεται μὲν οὖν· οὐ χρήζει δὲ κενώσεως, διὰ τὸ μὴ ἔχειν μηδεμίαν κοιλότητα αἰσθητὴν, ὥσπερ καὶ φλέβες, καὶ ἀρτηρίαι. καὶ αὕτη ἡ αἰτία ἐνίοτε ποιεῖ, ὡς πληρουμένων τῶν νεύρων αὐτῶν τοῦ γλίσχρου, καὶ ψυχροῦ χυμοῦ, ᾧπερ καὶ
C τρέφεται, τὸν σπασμὸν ἐπιγίνεσθαι. ὃ μὴ γένοιτο ἄν, εἰ κοιλότητας ἔχοιεν αἰσθητὰς, δι᾽ ὧν ἂν ἔκκρισιν ἐργάζοιντο. καὶ ἐς φλέβα, φησὶ, καὶ ἐς ἀρτηρίαν. πολλὰς μὲν ἀρτηρίας, καὶ φλέβας ἡ φύσις ἐν ὅλῳ τῷ σώματι δεδημιούργηκε. αὐτίκα μὲν ἐν τῷ προσώπῳ, καὶ ὅλῃ κεφαλῇ, συνάπτει παμπόλλας ἀρτηρίας μὲν ἀρτηρίαις· φλέβας δὲ φλεψὶν, ἐκ δεξιῶν εἰς ἀριστερὰ, καὶ ἐξ ἀριστερῶν εἰς δεξιὰ, πρόσθεν, καὶ ὀπίσω, καὶ αὖθις ὄπισθεν, καὶ πρόσω, κἀκ τῶν ἔξωθεν μερῶν εἴσω, κἀκ τῶν ἔσωθεν ἔξω περαίνουσα. καὶ αἱ ἀρτηρίαι ἐπιμίγνυνται φλεψὶ, καὶ φλέβες ἀρτηρίαις, καὶ νεύροις ἀμφότερα, καὶ ταύ-
D ταις τὰ νεῦρα, παρ᾽ ὅλον τοῦ ζώου τὸ σῶμα. ἐπειδὰν δὲ εἰς μῦν, ἢ εἰς σπλάγχνον, ἢ εἰς τι μόριον ἕτερον ἐμφύηται, πέμπουσί τινας ἀεὶ λεπτὰς ἀποβλαστήσεις τοῖς παρακειμένοις σώμασι. σαφὴς δὲ ἡ αἰτία, ὅτι τροφῆς μὲν πάντα δεῖται τὰ μόρια, καὶ τὰ θερμὰ, καὶ τὰ ψυχρὰ, καὶ τὰ σκληρὰ, καὶ τὰ μαλακά. ἕλκουσι δὲ τὴν τροφὴν ἐκ τοῦ αἵματος πάνυ ἀλλοιουμένου. ταῦτα δὲ μόρια συνηρίθμησε νῦν ὁ συγγραφεὺς, ὅτι ἐξ αὐτῶν πάντα τοῦ σώματος πλέκονται μόρια. καὶ οὐχ οἷόν τε μηδὲν εὑρίσκεσθαι, ὃ τούτων ἀμερὲς εἴη. καὶ γὰρ εἴπερ τρέφεσθαι δεῖ, ἄνευ τούτων ἀδύνατον. ἅπας δὲ μῦς ἀρτηρίας τε, καὶ φλέβας ἔχει, καὶ διὰ τούτων τρέφεται.
E εἴπερ γὰρ ἦν μόνιμος αὐτῶν ἡ οὐσία, μηδὲν ἂν δεῖσθαι λέγοιμεν αὐτοὺς μήτ᾽ ἀρτηριῶν, μήτε φλεβῶν· ἐπεὶ δὲ καὶ τρέφεσθαι δεῖται, καὶ ὡς εἶπον, τὴν συμμετρίαν φυλάττειν τῆς ἐμφύτου θερμασίας, διὰ τοῦτο αὐτοῖς ἐδέησε φλεβῶν, καὶ ἀρτηριῶν. ὅτι δὲ οὐκ ἔχουσι σύμφυτον αἰσθήσεώς τε, καὶ κινήσεως ἀρχὴν, διὰ τοῦτο τῶν νεύρων ἀεὶ χρήζουσι, χορηγούντων αὐτοῖς ταῦτα. *

οὐ μὴν τοῖς γε φυσικοῖς ὀργάνοις * καὶ μέντοι τοῖς ψυχικοῖς ἡ φυσικὴ διοίκησις ὑπάρχει, καὶ χρήζουσί γε, καὶ αὐτὰ τῆς τῶν ἀρτηριῶν, καὶ φλεβῶν * φυλάττειν τὴν οὐσίαν αὐτῶν *

διαφέρει δὲ πάμπολυ κατὰ τοῦτο, τὰ μέχρι πλειόνων ἐκτα-
F θεῖσαι μορίων, οὐ μόνους τοὺς μῦς, ἀλλὰ καὶ τὰ μέρη. *

* διὸ προσέθηκε, καὶ ἐς ὑμένα, καὶ σάρκα, καὶ πιμελήν. οἱ παλαιοὶ μὲν καὶ χιτῶνας, καὶ ὑμένας, καὶ μήνιγγάς γε καλοῦσιν, ἀτὰρ νῦν τῷ τῶν ὑμένων ὀνόματι ὁ συγγραφεὺς σημαίνει, οἷς καὶ ἡμεῖς ἑπόμενοι, τῆς μὲν ἐν τοῖς ὀνόμασι τερθρείας ἀποστησόμεθα, τοῦ προκειμένου δὲ ἐξόμεθα.

A * πρὸς τὰ τοῦ πνεύματος ὄργανα. καὶ τὰς πλευρὰς ὅλας ἔσωθεν ὑπέζωκεν. * οὐχ οἷόν τε μέντοι γεννηθῆναί τι τῶν κατὰ τὸ σῶμα μορίων, ἄνευ τῆς αἱματικῆς οὐσίας. οὐ μὴν οὐδὲ ὅσα λευκὰ, καὶ ἄναιμα τῶν μορίων ἐστὶν, ἐξ αὐτοῦ τοῦ αἵματος δύναται γεννᾶσθαι· καθάπερ ἡ τοῦ ἥπατος οὐσία. τοῦτό γε διὰ τὴν ὁμοιότητα τοῦ τε αἵματος, καὶ τῆς οὐσίας τοῦ σώματος αὐτοῦ συμβαίνει. * * ἀλλὰ γοῦν καὶ ὑμένες οὕτω γεννᾶσθαι φαίνονται, ὡς μὴ μόνον πρώτην σύστασιν ἐκ τῆς τοῦ σπέρματος οὐσίας. ἀλλὰ καὶ τὴν ἐφεξῆς, εἰς μῆκός τε, καὶ εὖρος ἐπίδοσιν, λαμβάνειν. ἔχουσι δὲ καὶ ὑμένες, ὥσπερ τἆλλα πάντα μόρια τοῦ σώματος, τὰς φυσικὰς ἐνεργείας, ὡς καὶ ἕλκειν, καὶ κατέχειν, καὶ ἐκκρίνειν, καὶ ἀλλοιοῦν οἷάς τε εἶναι. καὶ περὶ τούτου γε οὐκ ἀμφισβητήσειεν ἄν τις, τὰ περὶ B

* καὶ μὲν ἡ πιμελὴ τρέφεται τὸν αὐτὸν τρόπον. αὕτη γὰρ ἐλαίου δίκην τὰ κέρατος ἐπιβεβλημένη τοῖς ὑμενώδεσι, καὶ νευρώδεσι τοῦ ζώου μορίοις ἐστίν. * * διὸ τὰ εὐτροφοῦντα πάντα πιμελὴν, ἢ στέαρ ἔχει. τὰ δ' ἰσχνὰ καὶ ἄτροφα, πολλάκις μὲν οὐδ' ὅλως ἔχειν φαίνεται, πολλάκις δὲ οὕτως ὀλίγην τε, καὶ ξηρὰν, ὡς δύσχρηστον εἶναι. περὶ δὲ αἵματος τί χρὴ λέγειν; αὐτὸ γὰρ καὶ τρέφεται ἀπὸ σιτίων, καὶ τἆλλα τρέφει πάντα, τὰ ἐν τῷ σώματι ὄντα. διττῶς δὲ τὸ αἷμα λέγεται, C ἐνίοτε μὲν ἀντιδιαιρούμενον πρὸς τοὺς ἄλλους χυμοὺς, τουτέστι πρὸς τὸ φλέγμα, καὶ ἀμφοτέρας χολάς· ἐνίοτε δὲ κατ' ἐπικράτειαν, ὅλος ὁ ἐν τοῖς ἀγγείοις χυμός. νῦν δὲ προσθεὶς, καὶ φλέγμα, καὶ τὰ λοιπὰ, δῆλός ἐστι σημαίνειν τὸν ἕνα χυμὸν, τοῖς ἄλλοις ἀντιδιαιρούμενον. * * ἡ μὲν οὖν κατὰ φύσιν ἑκάστῳ ζώῳ θερμασία εὔκρατός τε, καὶ μετρίως ὑγρὰ αἵματός ἐστι γεννητική· καὶ διὰ αὐτό γε τοῦτο, καὶ τὸ αἷμα θερμὸν, καὶ ὑγρὸν φαμὲν εἶναι δυνάμει· ὥσπερ καὶ τὴν ξανθὴν χολὴν θερμὴν, καὶ ξηράν· μέλαιναν δὲ, ξηράν τε, καὶ ψυχράν, καὶ τὸ φλέγμα αὐτὸ, ὑγρόν τε, καὶ ψυχρόν. ἐναργῶς γὰρ καὶ περὶ τούτου πίστις Ἱπποκράτει τε, καὶ τοῖς ἄλλοις εἴρηται παλαιοῖς. D

* * ὅσον οὖν ἐμφέρεται τοῖς φλεψὶ φλέγμα, χρήσιμον ὑπάρχον τοῖς ζώοις, οὐ δεῖται κενώσεως, ὥσπερ καὶ τῶν χολῶν ἑκατέρας τὸ μὲν χρήσιμον, καὶ κατὰ φύσιν ἐν τοῖς ζώοις, τὸ δ' ἄχρηστον, καὶ παρὰ φύσιν. ὅσον δὲ τοῦ φλέγματος αἰεὶ γλυκὺ, τοῦτο χρήσιμόν ἐστι, καὶ κατὰ φύσιν τῷ ζώῳ· ὅσον δὲ ὀξὺ, καὶ ἁλμυρὸν, τὸ μὲν τελέως ἄπεπτον· τὸ δὲ διασαπές. περὶ δὲ τοῦ μυελοῦ * * τοῦτο δ' ἐστὶν ἴδιον αὐτοῦ, ὡς εἶναι τὴν τῶν ὀστῶν τροφὴν, ὡς εἴρηται. τοῦ δὲ νωτιαίου μυελοῦ τὰ μὲν ἔχοντος κοινὰ πρὸς τὸν ἐγκέφαλον, τὰ δ' ἴδια, ἐστὶ μὲν E τὰ κοινὰ, τὴν τοῦ σώματος οὐσίαν ὁμοίαν ἔχειν, καὶ νεύρων ἀρχὴν εἶναι. τὰ δ' ἴδια, κινεῖσθαι μὲν σφύζοντα τὸν ἐγκέφαλον, ἀκινήτῳ περιλαμβανόμενον, μὴ κινεῖσθαι δὲ τὸν νωτιαῖον ὑπὸ κινουμένων τῶν σπονδύλων περιεχόμενον. *

* * * ὥσπερ δὲ τὸ ζωτικὸν πνεῦμα κατὰ τὰς ἀρτηρίας τε, καὶ καρδίαν γεννᾶται, τὴν γένεσιν ἔκ τε τῆς εἰσπνοῆς ἔχον, καὶ τῆς τῶν χυμῶν ἀναθυμιάσεως, οὕτω τὸ ψυχικὸν ἐκ τοῦ ζωτικοῦ κατεργασθέντος ἐπὶ πλέον, ἔχει τὴν γένεσιν. καὶ ὥσπερ εἰς τὴν γαστέρα, καὶ τὰ ἔντερα καθήκουσιν ἀρτηρίαι τε, καὶ φλέβες παμπολλαί, F χολὴν μὲν, καὶ φλέγμα, καί τινας ἑτέρας τοιαύτας ὑγρότητας εἰς τὴν ἐκτὸς εὐρυχωρίαν ἀποχέουσαι, στέγουσαί τε ἐντὸς αὐτῶν τό θ' αἷμα, καὶ τὸ πνεῦμα τὸ ζωτικόν. οὕτως εἰς τὰς κατὰ τὸν ἐγκέφαλον κοιλίας, αἱ μὲν φλέβες ἐκκρίνουσι μὲν τὰ περιττὰ, τὸ δ' αἷμα κατέχουσιν. αἱ δὲ ἀρτηρίαι, τὸ πνεῦμα ἀναπνέουσιν.

* Ad spiritus instrumenta; & costas omnes intus subcinxit. * Quum interim nulla corporis pars sine sanguinea substãtia effici queat. Nec tamen quæcunque albæ, & exangues sunt ex ipso effici sanguine possunt; sicut iecoris substantia. Id quod propter similitudinem, quæ inter sanguinem, & substantiam corporis ipsius intercedit, accidit. * Vasa igitur, ac membranæ ita gigni videntur, vt non modo primam constitutionem ex seminis substantia, sed etiam reliquum in longitudinem, & latitudinem incrementum accipiant, ac membranæ quidem, sicut etiam aliæ omnis corporis partes, naturales actiones habent, vt trahere, continere, excernere, atque alterare possint, qua de re nemo controuersabitur, qui libros de * Pinguedo autem eodem modo alitur. Siquidem ipsa instar olei pinguis est animantis partibus membranosis, ac neruosis affusa. *

* Proinde quæ bene aluntur, aut pinguedinem, aut adipem habent omnia, quæ verò gracilia sunt, & non nutriuntur, sæpe ne habere quidem omninò, sæpe verò ita parum, idque siccum, vt vix vti possis videntur. De sanguine autem quid attinet dicere? Ipse enim & cibis alitur, & cætera omnia, quæ in corpore sunt alit. Duobus autem modis sanguis dicitur, interdum, vt ex altera parte cæteris humoribus respondeat, hoc est, vt à pituita, & vtraque bili distinguatur, interdum verò ex præstantia totus is humor, qui vasculis continetur. Hoc autem loco quum addidit, *& pituitam*, & reliqua planum est, vnum significari humorem ab aliis distinctum. * Calor vnicuique animanti natiuus temperatus, & modicè humidus est auctor sanguinis; ob eamque causam sanguinem calidum, & humidum potestate esse dicimus; sicut flauam bilem, calidam, & siccam, atram, frigidam, & siccam; ipsam denique pituitam humidam, & frigidam: qua de re & ab Hippocrate, & ab aliis veteribus euidentes probationes allatæ sunt. * Quantum igitur pituitæ in venis fertur, quum vtile animantibus sit, vacuatione non eget, sicut ex vtraque bile altera vtilis naturalisque animalibus est, altera inutilis, & præter naturam, quæ autem pituitæ pars dulcis est, ea & vtilis, & naturalis animanti est, quæ verò acida, salsaque est, acida omninò cruda est, salsa verò computruit. De medulla autem * Hoc ipsius est proprium, vt sit velut dictum est, ossium alimentum. Quum verò spinalis medulla quædam habeat cerebro communia, quædam propria, communia sunt, vt corporis essentiam similem habeat, & neruorum origo sit, propria vt quum cerebrum pulset, ac motu cieatur, quanquam osse immobili contineatur, ipsa tamen non moueatur, tametsi à vertebris mobilibus contineatur. * *

* Quemadmodum autem spiritus vitalis in arteriis, cordéque gignitur, & ortum ex spiratione ducit, & ex humorum halitu: sic animalis fit ex vitali admodum elaborato. Et quemadmodum in ventriculum, & intestina arteriæ, venæque plurimæ perueniunt, bilem, ac pituitam, & aliàs id genus humores in externam capacitatem effundentes, & sanguinem, ac vitalem spiritum intra se ipsas cohibentes, sic in cerebri ventriculos venæ excernunt ea, quæ superuacanea sunt, sanguinémque retinent; arteriæ verò spiritum respirant. Quæ-

Quæcunque autem cerebri partes membranam ipsius succingentem contingunt, eæ ex vasis quæ in ipso sunt, accommodatum sibi alimentum hauriunt; quæ verò longiùs absunt, materiarum inclinationibus adiuuantur. Dictum enim est, omnes corporis partes facultatem habere materiæ sibi accommodatæ attrahendæ. Itaque vt vniuersum corpus ipsiusque partes trahere alimentum queant, natura magnam arteriarum, venarúmque copiam in totum corpus pertinentem machinata est, quæ ita vicinæ inter se, ac sæpe etiam propinquæ sunt, vt sese contingant, sicut eas esse perspicimus, quæ in ventriculum, in ieiunum, vniuersúmque tenue intestinum, & colon, & iecur, & pulmonem, & renes, & vesicam, & vterum, & lienem, & ipsum cor peruenerint. Sed etiam in his * Quod quum in aliis ferè omnibus corporis partibus, tum vel maximè in cerebro conspicitur.

A ὅσα μὲν τοῦ ἐγκεφάλου μέρη τῆς διαζωννυούσης μήνιγγος ψαύει, ταῦτ' ἐξ αὐτῶν τῶν κατ' ἐκείνην ἀγγείων ἀρύεται τὴν οἰκείαν τροφήν· ὅσα δὲ πορρωτέρω κείμενα τυγχάνει, ταῖς τῶν ὑλῶν βοηθεῖται ῥοπαῖς. εἴρηται γάρ, ὅτι ἔχει δύναμιν ἅπαντα, τὰ ἐν τῷ σώματι μόρια τῆς οἰκείας ὕλης ἑλκτικήν. ἵνα οὖν ἅπαν τὸ σῶμα, καὶ τὰ μόρια αὐτοῦ τὴν τροφὴν ἕλκειν δύναιτο, ἡ φύσις καθ' ὅλον αὐτὸ ἐποίησε πλῆθος φλεβῶν, καὶ ἀρτηριῶν, οὕτως ἐγγὺς ἀλλήλων, καὶ πλησίον οὕτω πολλάκις, ὥστε καὶ ψαύειν, ὡς ὁρῶμεν τὰς εἰς κοιλίαν καὶ νῆστιν, καὶ πᾶν τὸ λεπτὸν ἔντερον, καὶ κῶλον, καὶ τὰς καθ' ἧπαρ, καὶ
B πνεύμονα, καὶ νεφρούς, καὶ κύστιν, καὶ μήτραν, καὶ σπλῆνα, καὶ αὐτὴν τὴν καρδίαν καθηκούσας. ἀλλὰ καὶ κατ' ὤμο * * * ὅπερ μὲν ἐν τοῖς ἄλλοις ἅπασι σχεδὸν τοῦ σώματος μορίοις; μάλιστα δὲ κατὰ τὸν ἐγκέφαλον ὁρᾶται.

Quòd alimenti facultas in calorem, spiritum, & humorem perueniat.

Ὅτι ἡ τῆς τροφῆς δύναμις εἰς τὴν θερμασίαν τε, καὶ τὸ πνεῦμα, καὶ τὴν ὑγρασίαν ἀφικνεῖται.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 10.

ET in calorem, & spiritum, & humorem.

Quemadmodum corpus refrigeratur in nutritionis defectione ita ipsum alimento excalefieri perspicuum est. Quum tamen refrigeratio ex diuturnis quoque solidorum corporum siccitatibus consequatur; quippe permanere ipsa per se siccitas, si non mutetur oppositio, quæ ex calido, frigidóque constat, non possit, partes enim in nutritionis defectione celerrimè refrigerantur, propterea quod calido sanguinis humore nutriuntur, ex quo fit, vt quum alimenta innato calore concoquantur, corpus calefaciant tamen protinus non fit. Vt enim alimenta ad ignem accommodata ignem augent, ita corporum natura calidorum alimentum, quod ipsis accommodatum, innatúmque sit, ea perpetuò roborabit, & innatum calorem adaugebit. idque est omnis alimenti proprium, interdum tamen copiosius alimentum hebetat innatum calorem, instar lignorum viridium, quæ vt sint ignis alimenta ipsa quidem; tamen quia plura in ignem coniecta sunt, idcirco flammam occultant, & ne ignis extinguatur, periculum afferunt. Ergo alimenti facultas in calorem, & humorem perducitur, quia is succus, qui ex cibis conficitur, non possit rectè ex ventriculo in venas transumi, neque facilè venas, quæ in iecore multæ, angustæque sunt pertransire, nisi tenuior quædam, & aquea humiditas ei, tanquam vehiculum quoddam, fuisset admixta. Hippocrates autem venam cauam alimenti vehiculum vocat; propterea quòd in ipsa sanguis multa, tenui, & aquea humiditate plenus est. Constat enim naturalia instrumenta quo humidiora sint, eò meliùs nutriri; tametsi extremè humida temperie sint; quod verò ad concoctiones pertinet, neque se ipsis meliora sunt, neque etiam siccioribus, etiam si similiter sint calida. Calor adauctus valenter alterat; frigus nulli actioni est vtile, siccitates ad robur valent, humiditates sunt ad nutritiones accommodatissimæ, aliis actionibus, præter quàm incremento, maximè contrariæ. Nam ad incrementum potius, quam ad nutritionem valent. De spiritu autem, & spiritum esse duplicem animalem, & vitalem, & ipsum esse omnium eorum, quæ sunt in corpore, leuissimum & tenuissimum, nihil opus est dicere.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. Ι'.

ΚΑὶ δὴ ἐς θερμασίην, καὶ πνεῦμα, καὶ ὑγρασίην.

C Ὡς ἐν ἀτροφίᾳ ψύχεται τὸ σῶμα, οὕτως αὖ δῆλόν ἐστιν ἀναθερμαίνεσθαι αὐτὸ κατὰ τὴν τροφήν. ἀλλὰ καὶ ταῖς ξηρότησι τῶν στερεῶν σωμάτων, ψύξις ἐξ ἀνάγκης ἀκολουθεῖ χρονιζούσαις. αὐτὴ γὰρ καθ' ἑαυτὴν ἡ ξηρότης διαμένειν, ἀμεταπτώτου τῆς κατὰ τὸ θερμόν, καὶ ψυχρὸν ἀντιθέσεως ὑπαρχούσης, οὐ δύναται. τάχιστα γὰρ ἐπὶ ταῖς ἀτροφίαις ἀποψύχεται τὰ μόρια· διότι καὶ ἡ θρέψις αὐτοῖς ἐστιν ἐκ θερμοῦ χυμοῦ τοῦ αἵματος. αἱ μὲν οὖν τροφαὶ πρὸς τῆς ἐμφύτου πεττόμεναι θερμασίας, τὸ σῶμα θερμαίνουσι. οὐ μὴν ἀλλὰ τοῦτό γε ἐκ τοῦ παραχρῆμα γίγνεται. ὡς γὰρ αἱ τοῦ πυρὸς ἐπιτήδειοι τροφαὶ τὸ πῦρ αὔ-
D ξουσιν, οὕτω καὶ τῶν φύσει θερμῶν σωμάτων, ὅτε περ αὖ οἰκεία τε, καὶ σύμφυτος ὑπάρχει τροφή, ῥώσει τε διαπαντὸς αὐτά, καὶ τὴν ἔμφυτον αὐξήσει θερμασίαν. καὶ τοῦτό ἐστιν ἁπάσης ἴδιον τροφῆς. ἐνίοτε δὲ καὶ πλείων τροφὴ ἀμαυροῖ τὸ ἔμφυτον θερμόν, δίκην τῶν ξύλων ὑγρῶν· ἃ τροφὴ μέν ἐστι καὶ αὐτὰ τοῦ πυρός, ἀλλ' ὅτι ἐπιβληθέντα τῷ πυρὶ ἐστὶ πλείω, διὰ τοῦτο κατακρύπτεται τὴν φλόγα, καὶ κίνδυνον ἐπάγει φθορᾶς. φέρεται γοῦν ἡ τῆς τροφῆς δύναμις εἰς τὸ θερμόν, καὶ ὑγρόν, ἐπεὶ ἐκ τῆς γαστρὸς εἰς τὰς φλέβας ἀναληφθῆναι καλῶς οὐ δύναται ὁ ἐκ τῶν σιτίων χυμός, οὐδὲ ῥαδίως διεξέρχεσθαι τὰς ἐν ἥπατι
E φλέβας, οὔσας πολλάς τε, καὶ στενάς, εἰ μή τις αὐτῷ λεπτοτέρα, καὶ ὑδατώδης ὑγρότης ἀναμέμικτο, καθάπερ ὄχημά τι. Ἱπποκράτης δὲ τὴν κοίλην φλέβα ὄχημα τροφῆς καλεῖ. ὅτι κατ' αὐτὴν πολλῆς ὑγρότητος λεπτῆς, καὶ ὑδατώδους μεστόν ἐστι τὸ αἷμα. ὡμολόγηται γάρ, τὰ φυσικὰ ὄργανα εἰς ὅσον μὲν ὑγρότερα, τρέφεσθαι βελτίω. κἂν ἐσχάτως ὑγρὰ τὴν κρᾶσιν ὑπάρχῃ· πρὸς δὲ τὰς πέψεις, οὔτε βελτίω σφῶν αὐτῶν, οὔτε τῶν ξηροτέρων, εἰ καὶ ὁμοίως ᾖ θερμά. καὶ αἱ μὲν τῆς θερμασίας αὐξήσεις ἀλλοιοῦσιν ἱκανῶς· αἱ δὲ ψυχρότητες, εἰς οὐδεμίαν ἐνέργειαν χρησταί. ξηρότητες δέ, εἰς ῥώμην. ὑγρότητες δέ, εἰς μὲν
F τὰς θρέψεις ἐπιτηδειόταται· πρὸς δὲ τὰς ἄλλας ἐνεργείας ἐναντιώταται, πλὴν αὐξήσεως. εἰς ταύτην δὲ πλέον, ἢ κατὰ τὴν θρέψιν συναρχοῦσι χρησταί. περὶ δὲ τοῦ πνεύματος, ὅτι διττόν ἐστι, τό τε ψυχικόν, καὶ τὸ ζωτικόν, καὶ ὅτι κουφότατόν ἐστι, καὶ λεπτότατον ἁπάντων τῶν κατὰ σῶμα, οὐδὲν χρή.

A

Ὅτι τριχῶς λέγεται ἡ τροφὴ, τὸ τρέφον, τὸ οἷον τροφὴ, καὶ τὸ μέλλον τροφή.

Tribus modis alimentum dici, nutriens, veluti nutriens, & nutriturum.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. ια'.

Τροφῆς δὲ τὸ τρέφον, τοῦτο τροφὴ, καὶ τὸ οἷον τροφὴ, καὶ τὸ μέλλον τροφή.

Εἴρηται μὲν, ὅτι θρέψις ἐστὶν ὁμοίωσις τοῦ τρέφοντος τῷ τρεφομένῳ, καὶ ὅτι, πρὸς τὸ γενέσθαι αὐτὴν, δεῖ προηγεῖσθαι πρόσφυσιν· καὶ πρὸς ταύτην, πρόσθεσιν. ὁ γὰρ χυμὸς, ὁ μέλλων ὁτιοῦν τῶν τοῦ ζώου μορίων θρέψειν, πρῶτον μὲν B εἰς ἅπαν αὐτὸ διασπείρεται, ἔπειτα προστίθεται, κἄπειτα προσφύεται, καὶ τελευταῖον ὁμοιοῦται. ἐπειδὰν δὲ κατὰ μίαν ἡντιναοῦν τῶν ἐν αὐτῷ ποιοτήτων, τὸ σῶμα μεταβάλλῃ τὸ πλησιάζον, οὔτε καθ' ὅλην ἐνεργεῖν αὐτοῦ τηνικαῦτα τὴν οὐσίαν ὑποληπτέον, οὔτε ἐξομοιωθῆναι δύνασθαι τὸ μεταβαλλόμενον. ὥστε οὐδὲ θρέψειν ἄν ποτε τὸ οὕτω μεταβληθὲν, οὐδὲν τῶν μεταβαλλόντων. εἰ δ' ἐκεῖνο μεταβάλλῃ, τοῦτ' ἔστι καθ' ὅλην ἑαυτοῦ τὴν οὐσίαν ἐνεργήσῃ, ἐξομοιώσειεν ἂν τοῦτο ἑαυτῷ, καὶ τραφείη πρὸς τοῦ μεταβληθέντος. οὐδὲ γὰρ ἄλλο τι θρέψις ἐστὶ, παρὰ τὴν τελείαν ὁμοίωσιν. κυρίως μὲν C οὖν, τὸ τρέφον ἤδη, τροφή. τὸ δ' οἷον μὲν τροφὴ, οὔπω δὲ τρέφον, ὁποῖόν ἐστι τὸ προσφυόμενον, ἢ τὸ προστιθέμενον, τροφὴ μὲν οὐ κυρίως, ὁμωνύμως δὲ τροφὴ λέγεται. τὸ δ' ἐν ταῖς φλεψὶ, περιεχόμενον, καὶ τούτου ἔτι μᾶλλον τὸ κατὰ τὴν γαστέρα, ὡς μέλλον ποτὲ θρέψειν, εἰ καλῶς κατεργασθείη, κέκληται τροφή. διὸ εἰώθασιν οἱ ἰατροὶ, τῶν ἐδεσμάτων ἕκαστον κατὰ τοιαῦτα τῆς τροφῆς σημαινόμενα, τροφὰς ὀνομάζειν. οὔτε τῷ τρέφειν ἤδη τὸ ζῶον, οὔτε τῷ τοιοῦτον ὑπάρχειν, οἷον τὸ τρέφον, ἀλλὰ τῷ δύνασθαι, καὶ μέλλειν τρέφειν, εἰ κατεργασθείη καλῶς. αὐτὸς μὲν γὰρ, τὸ μὲν ἤδη ὁμοιούμενον, D τροφὴν καλεῖ· τὸ δ' οἷον μὲν ἐκεῖνο, προστιθέμενον, ἢ προσφυόμενον, οἷον τροφήν· τὸ δὲ ἄλλο πᾶν, ὅσον ἐν ταῖς φλεψὶ, καὶ τῇ γαστρὶ περιέχεται, μέλλον. ἐπεὶ δὲ οὐ πάντα, καὶ πάντῃ δύναται ὁμοιωθῆναι, ἰστέον ἐστὶν, τὰ ὁμοιούμενα πάντῃ, τροφὰς εἶναι· τὰ δ' ἄλλα σύμπαντα, φάρμακα καλεῖσθαι. δέδεικται γὰρ ἑτέρωθι, διττὴν αὐτῶν εἶναι τὴν φύσιν· ἢ γὰρ ἀμετάβλητα διαμένοντα, νικᾷ, καὶ μεταβάλλει τὸ σῶμα· ὥσπερ τὴν φύσιν τοῦ ζώου φθείρει· ἢ μεταβολῆς ἀρχὴν παρὰ τοῦ σώματος λαμβάνει μὲν, σήπεται δὲ, καὶ διαφθείρεται, κἄπειτα συνδιαφθείρει τε, καὶ σήπει E τὸ σῶμα. καὶ ταῦτα δηλητήρια καλεῖσθαι χρή. εὑρίσκεται δὲ καὶ τὸ τρίτον εἶδος φαρμάκων, τῶν ἀντιθερμαινόντων μὲν τὸ σῶμα, κακὸν δὲ οὐδὲν ἐργαζομένων· καὶ τέταρτον ἐπὶ αὐτοῖς, ὃ καὶ ποιεῖ τι, καὶ πάσχει· τῷ δὲ χρόνῳ νικᾶται, καὶ τελέως ἐξομοιοῦται· ὥσπερ καὶ φάρμακον ἅμα, καὶ τροφὴ ὑπάρχει. λεγομένης μὲν οὖν τριχῶς τῆς τροφῆς, τὴν μὲν ἤδη τρέφουσαν, καὶ προστεθειμένην, καὶ μηκέτι μέλλουσαν, κυρίως τροφὴν λέγει. καὶ αὕτη θερμαίνει πάντως τὸ τρεφόμενον σῶμα. τῶν δ' ἄλλων, οὐδετέρα· διότι μηδὲ τροφαὶ κυρίως εἰσὶν, ἀλλὰ τὸ μὲν, F ὡς αὐτὸς ἔφη, οἷον τροφή· τὸ δὲ, ὅτι μέλλει τοιοῦτον γενήσεσθαι.

TEXTVS HIPPOCRATIS. II.

Alimenti autem quod alit, hoc alimentum, & quod velut alimentum, & quod futurum est alimentum.

Dictum est, nutritionem esse assimilationem eius quod nutrit ei quod nutritur, & vt fiat, præcedere agglutinationem, & vt hæc fiat, appositionem oportere. Humor enim, qui quamuis corporis partem nutriturus est, primùm in ipsam totam dispergitur, deinde apponitur, tum agglutinatur, denique assimilatur. Vbi igitur corpus vnâ qualibet earum, quas in se habet, qualitatum, id quod sibi admouetur commutat; non est existimandum eo casu id ipsum tota substantia agere, neque id quod mutatur, assimilari ipsi posse, quare quod ita mutatum est, nunquam nutriet id, quod se mutauit. Si verò illud mutabit, hoc est tota sui substantia aget, vtique tum sibi assimilabit id, quod mutatur, tum ab eo nutrietur, quippe quum nihil aliud sit nutritio, quàm perfecta assimilatio. Alimentum igitur propriè vocatur id, quod iam nutrit; quod verò est velut alimentum, neque tamen adhuc aluit, cuiusmodi est quod agglutinatur vel quod apponitur, non propriè, sed homonymè alimentum appellatur; quod autem venis, & magis etiam quod ventriculo continetur, vtpotè quod nutriturum aliquando sit, si probè confectum fuerit, alimentum nuncupatur; quocirca solent medici edulia quæque in his alimenti significationibus alimenta nominare, non quòd iam alant animantes, nec quod talia sint, qualia sunt quæ alunt; sed quia nutrire possint, nutrituraque sint, si probè conficiantur. Ipse autem quod iam assimilatum est, alimentum vocat, quod verò tale est, quale illud, quod appositum, agglutinatúmve est, velut alimentum; reliquum omne, quodcunque venis, & ventriculo continetur, futurum alimentum. Quoniam autem neque omnia, neque omninò assimilari possunt, sciendum est quæ assimilantur, alimenta esse; cætera omnia medicamenta vocari. Alio enim in loco ostensum est, duplicem ipsorum naturam esse, nam vel immota manent, corpúsque vincunt, & mutant, quæ animantis naturam corrumpunt; vel mutationis principium sumunt à corpore, sed putrescunt, ac corrumpuntur, deinde corpus simul corrumpunt, & putrefaciunt; hæcque venena vocanda sunt; quin etiam tertium genus medicamentorum inuenitur, eorum nimirum, quæ corpus recalefaciunt, nihil tamen mali efficiunt. Est & quartum genus eorum, quæ agunt aliquid, & patiuntur, sed tandem vincuntur, & perfectè assimilantur, quæ simul, & medicamenta, & alimenta sunt. Quum igitur alimentum tribus dicatur modis id, quod alit, appositumque est, & quod non item futurum sit, alimentum propriè vocat, idque omninò calefacit corpus, quod nutritur, aliorum duorum neutrum id facit, propterea quòd alimenta propriè non sunt, sed alterum, vt ipse ait, veluti alimentum, alterum verò tale sit futurum.

Principium

Principium vnum vnumque finem rerum omnium esse.

TEXTVS HIPPOCRATIS 12.

PRincipium autem omnium vnum, & finis omnium vnus, & idem finis, & principium.

Si eam particulam principium esse dicimus, quæ iis, quæ ex se oriuntur, aut facultatem, aut omninò materiam suppeditat, profectò hic sermo non parum controuersus est; siquidem & cerebrum, & cor, & iecur erunt principia, atque ita multa principia, non vnum. Si verò principium, rerum omnium materiam continens, quærit, nos id ex Hippocratis sententia esse quatuor elementa statuimus, quibus sit à natura tributum, vt mutuò per sese tota misceantur, atque inuicem agant. Si verò horum neutrum hic auctor velit, sed fortè de vegetabili principio loquatur, quod sanè vnum est, profectò animal vnum primum omnium habet principium, quod non ex sanguine, sed ex semine arteriam, venam, neruum, os, membranamque fabricatur. Quidam tamen sunt, quibus vnum principium, vnúmque finem ab ipso dici placet, quod reuera nihil sine principio fiat, & quod primum factum est, ab aliquo sit factum principio, & finem sit habiturum, quæ est eius, quod ante factum est dissolutio, quia quicquid factum est, finem est habiturum, nec quicquam in rebus humanis possit excogitari, quod initium quandoque habuerit, quod finem habiturum non sit. Ergo vt omnia ab vno principio incipiunt, sic in vnum finem desinunt. *

In alia autem significatione, scimus omnem artem appetere finem, ac finem in quaque re vnum esse, idque nihil esse aliud, quam id, quod conuenienter illi substantiæ bonum est. Sic medicinæ vnus erit finis, bonam valetudinem consequi, & vna intentio, bona valetudo. Modi verò eius consequendi, diuersi. Quare vtilitas in medicina æstimanda est, partim reputando, vtrum ad efficiendam bonam valetudinem, partim vtrum ad eandem conseruandam referatur .·.

Idem autem & finem & principium dixit, quia omnia in illud idem, ex quo etiam facta sunt, dissoluuntur. Ipse enim in libro de natura hominis ita scribit, *Rursus*, inquit, *hominis corpore intereunte, necesse est, singula in suam naturam, humidum inquam, in humidum, & siccum in siccum; calidum in calidum, frigidum in frigidum discedere.* Et non ita multò post, *omniaque similiter oriuntur, & occidunt.* Ex his enim omnibus, quæ prædiximus, ipsorum constat natura; desinitque eodem modo, quum id in illud ipsum, vnde concretum est, abierit. Ibi enim etiam perspicuè dicit, id discedere eo, vnde quicquam concretum est. Sed etiam in libro .·.

.·. .·.

A Τὴν ἁπάντων ἀρχὴν μίαν, καὶ μίαν τελευτὴν εἶναι.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. ιβ'.

ΑΡχὴ δὲ πάντων μία, καὶ τελευτὴ πάντων μία, καὶ ἡ αὐτὴ τελευτὴ, καὶ ἀρχή.

Εἰ ἀρχὴν ἐκεῖνο φαμὲν εἶναι τὸ μόριον, ὃ αὖθις ἀφ' ἑαυτοῦ πεφυκόσιν ἤτοι τὴν δύναμιν, ἢ πάντως γε τὴν ὕλην χορηγεῖ· οὗτος ὁ λόγος ἐστὶν ἀμφισβήτησιν οὐ μικρὰν ἔχων· ἐπεὶ καὶ ἐγκέφαλος, καὶ καρδία, καὶ ἧπαρ ἔσονται ἀρχαί· καὶ οὕτω B πολλαὶ μὲν ἀρχαὶ, οὐχὶ δὲ μία. Εἰ δὲ ἀρχὴν τῆς γενέσεως ἅπασι τοῖς οὖσιν ὕλην ἐχουσαν, ζητεῖ, ταύτην ἡμεῖς κατὰ τὸν Ἱπποκράτη ἐν τῷ περὶ στοιχείων, τέτταρα εἶναι στοιχεῖα κατεσκευάσαμεν, κεράννυσθαί τε πεφυκότα δι' ὅλων ἀλλήλων, καὶ δρᾷν εἰς ἄλληλα. Εἰ δὲ μηδέτερον τούτων βούλεται ὁ συγγραφεὺς, ἀλλ' ἴσως περὶ τῆς φυτικῆς ἀρχῆς λέγει, ἥπερ μία ἐστὶ, νὴ Δία τὸ ζῶον ταύτην ἁπάντων ἔχει πρώτην δημιουργοῦσαν οὐκ ἐξ αἵματος, ἀλλ' ἐκ τοῦ σπέρματος, ἀρτηρίαν, καὶ φλέβα, καὶ νεῦρον, ὀστοῦν τε, καὶ ὑμένα. Εἰσὶ μὲν τινες, βουλόμενοι τὴν μίαν ἀρχὴν, καὶ μίαν τελευτὴν λέγεσθαι C πρὸς αὐτοῦ, ὅτι κατ' ἀλήθειαν οὐδὲν γὰρ χωρὶς ἀρχῆς. καὶ τὸ πρῶτον γενόμενον, ἀπὸ τῆς ἀρχῆς τινος γεγενῆσθαί φασι. κἄπειτα δὲ τελευτὴν ἕξειν, ἥπερ ἐστὶ διάλυσις τοῦ πρόσθεν γεγονότος. πᾶν γὰρ τὸ γινόμενον τὴν τελευτὴν ἕξει· καὶ οὐδὲν ἐν τοῖς οὖσιν ἐννοῆσαι δύναιτο, ὃ τὴν ἀρχὴν εἶχέν ποτε, ὃ μή ποτε τελευτήσει· ὡς οὖν ἅπαντα ἀπὸ μιᾶς ἀρχῆς ἄρχονται, οὕτως εἰς μίαν λήγει τελευτήν. * κατ' ἄλλο δὲ σημαινόμενον ἴσμεν, πᾶσαν τέχνην τοῦ τέλους ἐφίεσθαι. τέλος δὲ ἐν ἑκάστῳ τῶν ὄντων, ἕν· ὅπερ οὐδὲν ἄλλο ἐστὶν, ἢ κατὰ τὴν οὐσίαν ἐκείνην ἀγαθόν. οὕτω καὶ τῆς ἰατρικῆς ἓν L ἔσται τὸ τέλος, τὸ τυχεῖν ὑγείας, καὶ εἷς ὁ σκοπὸς, ἡ ὑγεία. οἱ δὲ τρόποι τῆς ἐπιτυχίας διαφέροντες. διὸ τὸ χρήσιμον ἐν ἰατρικῇ δεῖ κρίνειν, σκοποῦντας, ὁτὲ μὲν, εἰ πρὸς τὸ ποιῆσαι τὴν ὑγείαν φέρει· ὁτὲ δὲ, τὸ σωτηρῆσαι. * τὴν αὐτὴν δ' εἶπε τελευτήν τε, καὶ ἀρχὴν, ἐπειδὴ ἅπαν εἰς ἑαυτὸ τοῦτο διαλύεται, ἐξ οὗ καὶ γέγονε. αὐτὸς γὰρ ἐν τῷ περὶ φύσεως ἀνθρώπου, οὕτω πως γράφει· καὶ πάλιν γε ἀνάγκη ἀποχωρέειν εἰς τὴν ἑαυτοῦ φύσιν ἕκαστον, τελευτῶντος τοῦ σώματος ἀνθρώπου· τό τε ὑγρὸν πρὸς τὸ ὑγρὸν, καὶ τὸ ξηρὸν πρὸς τὸ ξηρόν· καὶ τὸ θερμὸν πρὸς τὸ θερμόν· καὶ τὸ ψυχρὸν E πρὸς τὸ ψυχρόν. καὶ μετ' ὀλίγον. γίνεταί τε, φησὶν, ὁμοίως πάντα· καὶ τελευτᾷ ὁμοίως πάντα. ξυνίσταται γὰρ αὐτέων ἡ φύσις ἀπὸ τουτέων τῶν εἰρημένων πάντων, καὶ τελευτᾷ κατὰ τὰ εἰρημένα ἐς τὸ ἑωϋτὸ, ὅθενπερ ξυνέστη ἕκαστον· ἐνταῦθα οὖν καὶ ἀπέχωσιν. σαφῶς γὰρ καὶ ἐκεῖ λέγει, ὅθεν ἕκαστον τῶν ὄντων συνέστη, ἐνταῦθα καὶ ἀπεχώρησεν. ἀλλὰ καὶ ἐν τῷ

* * * *

Proba ac praua alimenti dispensatio.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 13.

ET quæcunque particulatim in alimento bene, et male disponuntur : ac bene quidem quæ dicta sunt, malè verò, quæ horum contrarium habent ordinem.

F Ἡ καλή τε, καὶ κακὴ τῆς τροφῆς διοίκησις.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. ιγ'.

ΚΑὶ ὅσα κατὰ μέρος, ἐν τροφῇ καλῶς ἢ κακῶς διοικέεται. καλῶς μὲν, ὅσα προείρηται· κακῶς δὲ, ὅσα τούτοισι τὴν ἐναντίαν ἔχει τάξιν.

A Τὰ ῥηθέντα περὶ τροφῆς, ὡς ἐπὶ τὸ καθόλου περὶ πάσης εἴρηται τροφῆς. δεῖ γὰρ αὐτὴν καλῶς κατεργάζεσθαι, εἴπερ μέλλει καλῶς διοικήσεσθαι. καλῶς δὲ διοικηθήσεται, ἐὰν πρώτη γένοιτο πρόσθεσις, εἶτα πρόσφυσις, καὶ τέλος, ἐξομοίωσις. τοῦτο δὲ οὐ μόνον περὶ τῆς τροφῆς ἁπλῶς νόει μοι γίνεσθαι, ἀλλὰ καὶ περὶ τῆς κατὰ μέρος ταύτου, καὶ τούτου σώματος· καὶ τοιοῦδε, ἢ τοιοῦδε τοῦ σώματος μορίου. ὥσπερ μὲν οὖν καλῶς διοικεῖται ἡ τροφή, ἐὰν ὅσα προείρηται, γένοιτο· οὕτω πάλιν κακῶς ἀποβήσεται, ἐὰν ἐναντίαν ποτὲ τάξιν κέκτοιτο. ἀδύνατον γὰρ τροφὴν γίνεσθαι, εἰ μὴ πάντα τὰ προειρημένα ἕπηται· μᾶλλον δὲ ἀπεψίας καὶ δυσπεψίας, καὶ βραδυ- B πεψίας, καὶ ἀτροφίας, καὶ τἆλλα πλημμελήματα εἰκὸς γίνεσθαι· ὅθεν πολλὰ εἴδη τῶν νόσων συμβαίνειν εἰώθασιν.

Quæ de alimento dicta sunt, ea generatim de quouis alimento allata sunt; vt enim ritè disponatur, debet probè confici: probè autem disponetur, si appositio imprimis fiat, deinde agglutinatio, denique assimilatio, quod non modò de alimento simpliciter intelliges, sed etiam sigillatim de eo, quod huic, aut illi corpori adhibeatur, & huic, aut illi corporis parti conueniat. Sicut igitur alimentum probè distribuitur, si quæ prædicta sunt fiant, sic rursus malè succedit, si contrarium ordinem nanciscatur; siquidem effici alimentum non possit, nisi quæ prædicta sunt, omnia consequantur, ac potiùs apepsias, dyspepsias, bradypepsias, atrophias, & alia errata, ex quibus multa genera morborum oriri consueuerunt, fore verisimile est.

Τὰ τῶν χυμῶν χρώματά τε, καὶ τὰς δυνάμεις ποικίλας γίνεσθαι· πόθεν.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. ιδ'.

Χυλοὶ ποικίλοι καὶ χρώμασι, καὶ δυνάμεσι.

Ἤτοι χυλὸς, ἤτε ὀπὸς ἢ τινος, ἐν τῇ τῶν χυμῶν προσηγορίᾳ περιλαμβάνεται. διαφορὰν δὲ ἐν τοῖς εἰς τὸ περὶ χυμῶν ὑπο- C μνήμασιν εἴπομεν. οἱ μὲν οὖν χυλοί τε, καὶ χυμοὶ ποικίλοι γίνονται, καὶ χρώμασι, καὶ δυνάμεσιν, ὡς ἂν εἶεν αἱ ὗλαι, ἐξ ὧν αὐτοὶ γίνονται, καὶ ἐκ τῶν χρωμάτων διαγνωσθήσονται· καὶ λευκότεροι μὲν ἐπὶ τῆς τοῦ φλέγματος· ὠχρότεροι δὲ ἐπὶ τῆς τῆς χολῆς πλεονεξίαις φαίνονται. εἰ δὲ καὶ ἀκρατεστέρα ποτ' εἴη, ξανθότεροι. ὅταν μὲν γὰρ οἱ χυμοὶ εἰς τὸ βάθος μὴ ὑποχωρήσωσι, τότε τὸ χρῶμα τοὺς χυμοὺς δηλοῖ. καθάπερ ἐν τῷ πρώτῳ περὶ τῶν χυμῶν δέδεικται· οὕτω δὲ θερμοτάτη αἴσθησις ἀήθης, σημεῖόν ἐστι τῶν θερμῶν ἐπικρατούντων χυμῶν· ψυχροτάτη δὲ, τῶν ψυχρῶν. ἐὰν δὴ μὴ τι ἔξωθεν ἢ ψυχρὸν, ἢ θερμὸν, ἢ τι πάθος τῆς D ψυχῆς παρείη, οἱ χυμοὶ ἐκ τῶν χρωμάτων ὄντως διαγινώσκονται. ὡς οὖν τὸ μὲν λευκότερον ἑαυτοῦ γεγονὸς σῶμα, τὸν φλεγματικὸν ἐπικρατεῖν ἐνδείκνυται χυμὸν, τὸ δὲ ὠχρότερον, ἢ ξανθότερον τὸν χολώδη, οὕτω καὶ ἐπὶ τὸ ἐρυθρότερον ἐκτροπὴ τὸ κατὰ φύσιν αἷμα πλεονάζον τυγχάνειν. οὕτω ἐπὶ τὸ μελάντερον, τὴν μέλαιναν χολήν· οὕτω καὶ τὰ οὖρα τῶν ἐν τοῖς ἀγγείοις χυμῶν διάθεσιν ἐνδείκνυται. οὕτως οἱ ἱδρῶτες, καὶ τἆλλα, τὰ παρὰ τὴν σύμπασαν ἕξιν τοῦ ζώου φαινόμενα, τῶν κατ' ἐκείνην ἐστὶ δηλωτικά. εἰ μὴ κρύος, ἢ ῥῖγος, ἢ φόβος, ἢ λύπη σφοδρὰ, ἢ αἰδὼς πάρεστιν. τότε γὰρ γίνεται οἷον ἄμπωτίς τις τῶν χυμῶν ἀναφερομένη· E καὶ μὴ προσέχειν δεῖ τῇ χρόᾳ τοῦ νοσοῦ. ὥσπερ δὲ τὰ χρώματα τῶν χυλῶν ποικίλα φαίνεται, κατὰ τὸν αὐτὸν τρόπον, καὶ τὰς διαφόρους αὐτῶν δυνάμεις ἐστὶν ἰδεῖν. ἢ λέγει τὸν χυλὸν νῦν, τὴν ἐν τῇ γαστρὶ χύλωσιν σημαίνων σιτίων, τοῦτο γὰρ ἴσως πιθανώτερον. τὸ μὲν δὴ τὸ μαρτυρεῖται πρὸς τοῦ φαινομένου τὸ λεγόμενον, ἕκαστον γὰρ τῶν ἀλλοιούντων μορίων τὴν τροφὴν, τὸν σκοπόν τινα ἔχει, καὶ τέλος, ἑαυτῷ συνεξομοιῶσαι τὸ ἀλλοιούμενον. εἰ μὲν οὖν ἐννοήσεις τὸν ἐκ τῆς κοιλίας ἀναλαμβανόμενον χυλὸν, ἀλλοιούμενον ὑπὸ τῆς σαρκὸς τοῦ ἥπατος, αὐτὸν κατὰ βραχὺ μεθιστάμενον εἰς τὴν ἐκείνου φύσιν εὑρήσεις. καὶ αὐτὸς πα- F χύτερος ἑαυτοῦ, καὶ ἐρυθρότερος ἐξ ἀνάγκης γενήσεται, πρὶν ὁμοιωθῆναι τελέως ἐκείνῃ. ἐὰν δὲ τὸν ἄρτον, ἢ τὸ κρέας, ἢ οἶνον, ἢ καρποὺς, καὶ τὰ ἄλλα σιτία εἰς τὴν τοῦ αἵματος φύσιν, καὶ τοῦ φλέγματος, καὶ τῶν ἄλλων χυμῶν τρέπεσθαι δεῖ, πόσην προηγεῖσθαι δεῖ τὴν ἐκτροπήν; τοῦτο δὲ οὐκ ἐνδέχεται ἀθρόως γίνεσθαι.

Succorum tum colores, tum facultates variari; vnde.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 14.

Succi varij, & coloribus, & facultatibus.

Siue succus, siue liquor alicuius sit, humoris nomine comprehenditur. Differentiam verò in commentariis ad librum de humoribus exposuimus. Ergo & succi & humores coloribus, & facultatibus variantur, quales sint materiæ, ex quibus ipsi fiant, iidem ex coloribus dignoscentur, ac candidiores quidem in pituitæ, pallidiores in bilis redundantia apparebunt. Si bilis sit meracior, flauiores videbuntur. Quum enim humores se in profundas partes non receperunt, color est humorum indicium; sicut in primo de humoribus ostensum est. Sic calidissimus sensus insuetus calidorum humorum redundantiam significat; frigidissimus, frigidorum. Si verò nihil extrinsecus adueniat, veluti frigus, aut calor, aut aliqua animi perturbatio, humores ex coloribus reuera dignoscentur. Ergo sicut corpus, quod se ipso sit factum candidius, indicat pituitosum humorem in ipso dominari, pallidius verò aut flauius, biliosum; sic si ad rubicundius, quàm natura ferat, sit facta conuersio, superare sanguinem intelligimus; sic si nigrius, atram bilem. Sic vrinæ affectionem humorum, qui in vasculis sunt significant; sic sudores, & alia, quæ in vniuerso animantis habitu cernuntur, quæ in ipso habitu sint docent; nisi frigus, aut rigor, aut metus, aut vehemens tristitia, aut pudor adsit. Eo enim tempore fit quædam velut humorum reciprocatio; neque attendendus est humorum color. Quemadmodum autem succorum colores varij cernuntur; eodem etiam modo varias ipsorum facultates cernere licet. An succum nunc dicit, significans ciborum conuersionem in succum, quæ in ventriculo efficitur? hoc enim fortasse probabilius est. Nam & quod cernitur hæc dicta confirmat. Singulæ enim partes, à quibus alimentum alteratur, propositum quid habent, & finem quendam, vt quod alteratur, sibi ipsis assimiletur. Si autem animo cogites, assumptum ex ventriculo succum, à carne iecoris alterari, paulatim in illius naturam transmutari comperies. Ipséque & crassior se ipso, & rubicundior fiet necessariò priùs, quàm illi perfectè assimiletur. Si verò aut panem, aut carnem, aut vinum, aut fructus, & alia edulia in sanguinis, aut pituitæ, aut aliorum humorum naturam verti oporteat, quantã præcedere conuersionem necesse est? Hoc autẽ repentè fieri non potest. Nam

Nam & hoc ostensum est, nullam rem posse contrarias, vel omninò multùm differentes qualitates recipere, nisi per media prius progressa sit; ob eámque causam in libris de vsu partium corporis humani indicauimus, magnum venarum plexum à natura in iecore factum esse, vt morans in viscere alimentum, in sanguinem perfectè mutetur. Si enim, vt in corde, vnum magnum sinum fecisset, deinde in illum sinum per vnam venam sanguinem induxisset, per aliam verò eduxisset, nullo tempore, ne breuissimo quidem, humor in iecore permansisset is, qui ex ventriculo sursum fertur; sed impetu distributionis raptus totum viscus celeriter permeasset. At natura corpori consulens, vt alimentum illic diu maneat, alterarique perfectè possit, transitus angustos effecit. Hoc autem loco non est ignorandum, non eandem esse formam in humoribus quum animal naturalem suum statum seruat, ac quum præter naturam affectum est; siquidem flaua bilis videtur, fitque vitellina, quod vitellis ouorum, tum colore, tum crassitudine sit similis. Atra quoque fit deterior, eámque radentem, aut acidam appellant. Sanguis commutatur, dum cum aliis humoribus multis modis commiscetur; vt in * Pituita frigida, humidáque est: & veluti quoddam semicoctum alimentum, quocirca euacuanda non est; sed debet in corpore manere, atque alterari. * Haud igitur mirabile est, si ex variis naturæ operibus succi varij efficiuntur; siquidem humores ex alimento alterato fieri oportet.

A δέδεικται γὰρ καὶ τοῦτο, ὡς οὐκ ἐνδέχεται τὰς ἐναντίας, ἢ ὅλως τὰς πολὺ διαφερούσας ποιότητας δέξασθαί τι, μὴ διὰ τῶν μεταξὺ πρότερον ὁδοιπορῆσαν. καὶ διὰ τοῦτο, ἐν τοῖς περὶ χρείας τῶν ἐν ἀνθρώπου σώματι μορίων δέδεικται, τὴν φύσιν μεγάλην τῶν φλεβῶν πλοκὴν κατὰ τὸ ἧπαρ δεδημιουργηκέναι, ὅπως ἂν ἡ χρονίζουσα ἐν τῷ σπλάγχνῳ τὴν τροφὴν αἱματοῦσθαι τελέως. εἰ γὰρ, ὡς ἐπὶ τῆς καρδίας, μίαν κοιλίαν μεγάλην εἰργάσατο, εἶτα δὲ εἰς αὐτὴν διὰ μιᾶς μὲν φλεβὸς εἰσῆγε τὸ αἷμα, δι' ἑτέρας δὲ ἐξῆγεν, οὐκ ἄν τινα χρόνον, οὐδὲ πάνυ μικρὸν, κατὰ τὸ ἧπαρ ἔμενεν χυμὸς, ὁ ἐκ τῆς γαστρὸς ἀναφερόμενος·
B ἀλλὰ τῆς ἀναδόσεως ῥύμῃ φερόμενος, διεξήρχετ' ἂν ἑτοίμως δι' ὅλου τοῦ σπλάγχνου. ἡ δὲ φύσις προμηθοῦσα τῷ σώματι, ἵνα μένῃ ἐπὶ πλέον ἡ τροφὴ, καὶ δύναιτο ἀλλοιοῦσθαι τελέως, τὰς τῶν διεξόδων ὁδοὺς στενὰς ἐποίησε. νῦν δὲ ἰστέον ἐστὶν, ὅτι οὐ τὴν αὐτὴν ἰδέαν ἔχουσιν οἱ χυμοὶ ἐν τῷ κατὰ φύσιν διακεῖσθαι τὸ ζῶον οἵαν, καὶ τὸ παρὰ φύσιν ἔχοντες. ἡ μὲν γὰρ ξανθὴ χολὴ λεκυθώδης φαίνεται, καὶ γίνεται, διὰ τὴν τῶν λεκύθων τῶν ὠῶν ὁμοιότητα, κατά τε χρόαν, καὶ πάχος. ἡ δὲ μέλαινα, κακοηθεστέρα ἀποτελεῖται, καὶ ξυστικὴν, ἢ ὀξώδη κεκλήκασιν αὐτήν. τὸ δὲ αἷμα μεταβάλλεται, πολλαχῶς τοῖς ἄλλοις χυμοῖς μεμιγμένον. ὥσπερ
C ἐπὶ * φλέγμα δὲ ψυχρὸν, καὶ ὑγρόν ἐστι, καὶ οἷον ἡμίπεπτός τις τροφή. διὸ οὐ χρὴ κενοῦσθαι τὸ τοιοῦτον ἀλλ' ἐν τῷ σώματι μένειν τε, καὶ ἀλλοιοῦσθαι. * οὐ γοῦν θαυμαστὸν, εἰ ἐκ τῶν ποικίλων τῆς φύσεως ἔργων οἱ χυλοὶ ποικίλοι γίγνονται· εἴπερ χρὴ τοὺς χυμοὺς ἐκ τῆς τροφῆς ἀλλοιουμένης γίγνεσθαι.

Succorum noxæ, & vtilitates vnde; in quibus futurus medicus exerceri debeat.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 15.

Et in noxam, & vtilitatem, & vt neque lædant, neque iuuent.

Tria sunt capita, in quibus exerceri debet quicunque medicus futurus est; primum est in diuisione, compositionéque positum; alterum in consequentium, repugnantiumque cognitione versatur; tertium pertinet ad mutuam rerum mutationem, quum quid maius, quid minus, quid simile, quidque dissimile sit, spectatur; ad quæ cognitio, quę est de eodem, & altero, adiungẽda est; siquidem ita & noxa, & vtilitas facilè cognoscetur. Verùm quum noxæ, & vtilitates nostris corporibus afferantur, non solùm à simplicibus rerum nos attingentium qualitatibus, sed à tota etiam substantia; propterea sciendũ est, proprietates ex tota rei substantia prodeuntes, siue sint nostris corporibus idoneæ, siue alienæ, in quadruplici materiæ genere versari, vt sint purgantia medicamẽta, & alimenta, & quæ venena nominantur, & horũ remedia. Cæterùm quæ perniciosis occurrũt, alexipharmaca, hoc est venenorum auxilia; quæ ferarum ictibus, theriaca nuncupantur. * Proinde admirari naturam, velut artificem sapientissimum soleo, quæ præter cætera omnia instrumenta, linguam animalibus dederit, qua similitudines, & dissimilitudines rerum discernentia, quæ idonea sunt adsciscant, quæ aliena, respuant. Hæc enim exquisito suo sensu calida, & frigida, humidáque & sicca distinguit, ac quæ acria, quæq; dulcia sint, quę item idonea, & aliena, & quę amara, acerbaq; sint dignoscit. Quod ad facilè perficiendum, quum cętera instrumenta vnũ, aut duos sortita sint neruos, in hanc partem sex inseruntur.

Πόθεν αἱ τῶν χυμῶν βλάβαι τε, καὶ ὠφέλειαι· καθ' ἃ δεῖ τὸν ἐσόμενον ἰατρὸν γυμνάζεσθαι.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. ιε'.

D Καὶ ἐς βλάβην, καὶ ἐς ὠφελείην, καὶ οὔτε βλάπτειν, οὔτε ὠφελέειν.

Τρία κεφάλαιά ἐστι, καθ' ἃ δεῖ ἕκαστον ἐσόμενον ἰατρὸν γυμνάζεσθαι. πρῶτον μὲν τὸ περὶ διαίρεσιν, καὶ σύνθεσιν· δεύτερον δὲ τὸ περὶ τὴν τῶν ἀκολούθων τε, καὶ μαχομένων γνῶσιν· ἐπ' αὐτοῖς δὲ τὸ τρίτον, τὸ κατὰ τὴν πρὸς ἄλληλα τῶν πραγμάτων μεταβολὴν, ἐν τῷ μᾶλλόν τε, καὶ ἧττον, ἴσως τε, καὶ ὁμοίως. προσθετέον δὲ καὶ τὴν ταὐτοῦ, καὶ τὴν τοῦ ἑτέρου γνῶσιν τούτοις. οὕτω γὰρ καὶ ἡ βλάβη, καὶ ἡ ὠφέλεια ῥᾳδίως γνωσθήσεται. ἀλλ' ἐπεὶ μὴ μόνον ὠφέλειαι, καὶ βλάβαι τοῖς σώμασιν ἡμῶν γίνονται κατὰ τὰς τῶν
E ὁμιλούντων ἁπλᾶς ποιότητας, ἀλλὰ καὶ καθ' ὅλην τὴν οὐσίαν, διὰ τοῦτο ἰστέον ἐστὶν, ὅτι καθ' ὅλην τὴν οὐσίαν ἰδιότητες ἤτοι οἰκεῖαι τοῖς σώμασιν ἡμῶν, ἢ ἀλλότριαι, κατὰ τέτταρας ὕλας εἰσί. ὡς κατὰ τὰ καθαρτικὰ φάρμακα, καὶ τροφὰς, καὶ τὰ δηλητήρια καλούμενα, καὶ τὰ τούτων ἰάματα· ὅσα μὲν τοῖς δηλητηρίοις ἀνθίσταται, ἀλεξιφάρμακα καλεῖται, ὥσπερ ὅσα τὰς τῶν θηρίων ἰᾶται δήξεις, θηριακά. * * διὸ θαυμάζειν εἴωθα τὴν φύσιν, ὡς σοφώτατον δημιουργὸν, ἣ παρὰ τοῖς ἄλλοις ἅπασιν ὀργάνοις, τὴν γλῶτταν ἐν τοῖς ζώοις ἐποίησεν, ἣ τὰς ὁμοιότητας, καὶ τὰς ἀνομοιότητας τῶν οὐσιῶν διακρίνει, ἵνα τὰ μὲν οἰκεῖα αἱρῆται, τὰ δὲ ἀλλότρια διαφεύγῃ.
F αὕτη γὰρ τῇ ἀκριβείᾳ τῆς αἰσθήσεως τὰ θερμὰ, καὶ ψυχρὰ, καὶ ξηρὰ, καὶ ὑγρὰ διακρίνει· καὶ τὰ ὀξέα, καὶ τὰ γλυκέα, καὶ τὰ πικρὰ, καὶ τὰ στρυφνὰ, καὶ τὰ οἰκεῖά τε, καὶ μὴ οἰκεῖα διαγινώσκει· καὶ πρὸς ῥᾷστον τὸ ἔργον τοῦτο, τῶν ἄλλων ἑκάστου ἔχοντος ἓν, ἢ δύο νεῦρα, εἰς τουτὶ τὸ μόριον ἓξ ἐμφύονται.

* ὥσπερ οὖν τῶν μὴ τρεφόντων φύσις οὐ πάνυ οἰκεία τοῖς ἀνθρώποις ἐστίν· οὕτω καὶ τῶν τάχιστα τρεφόντων οἰκειοτάτη, ἐνίοτε φαίνεται. τὰ δ' ἄλλα πάντα μεταξὺ τούτων ἐστί. καὶ τὰ μὲν μᾶλλον, τὰ δ' ἧττον δρᾶν, καὶ πάσχειν ὑπὸ τοῦ σώματος ἡμῶν δύναται· αὐτίκα μὲν οὖν οἶνος, ἄρτος, μέλι, καὶ πτισάνη πάσχειν μᾶλλον, ἢ δρᾶν. ἀλλὰ καὶ δρᾷ τι περὶ τὸ σῶμα. ὅταν γὰρ εἰς ταὐτὸν ἀλλήλοις ἥκοντα δύο σώματα, διαμάχηταί τε, καὶ στασιάζῃ πρὸς ἄλληλα περὶ τῆς ἀλλοιώσεως, ἐν χρόνῳ πλείονι δρᾶν, καὶ πάσχειν ἑκάτερον αὐτῶν ἐστιν ἀναγκαῖον. ἐὰν δέ τινα οὕτω σμικρὰν περὶ ἡμᾶς ἐνέργειαν, ἢ πάθος ποιήσῃ διὰ παντός, ὡς μηδεμίαν αἴσθησιν, καὶ σαφῆ ἐργάζεσθαι, ταῦτα εὐκαταφρόνητα δήπουθέν ἐστιν· ὥσπερ ἐπὶ τῶν τρεφόντων ἔχει σχεδὸν ἁπάντων· ταῦτα μὲν γάρ, περὶ τὸ ἀνθρώπινον σῶμα ἐργάζεταί τι, ἀλλ' οὐκ αἰσθητόν, οὐδὲ σαφές· αὐτῶν μέντοι πολυχρόνιος προσφορὰ μεγάλως ἀλλοιοῖ, καὶ μεταβάλλει σαφῶς τὰ σώματα· ὥσπερ ὁρῶμεν τὴν θριδακίνην τοὺς μὲν ἐγκαιομένους τὴν γαστέρα, σαφῶς ἐμψύχειν τε, καὶ ἀδίψους ποιεῖν· τοὺς δὲ κατεψυγμένους ἐναργῶς βλάπτειν. συντελεῖ μὲν οὖν, καὶ βλάπτει κατὰ τὸ ποικίλον τῆς προσφορᾶς χρόνου, καὶ κατὰ τὴν τοῦ σώματος χρείαν· καὶ κατὰ τὴν ὑγρὰν, ἢ ξηράν, ἢ ψυχράν, ἢ θερμὴν τῆς γαστρὸς κρᾶσιν. διὸ χρῆσθαι ταῖς τροφαῖς διττῶς ἔξεστι τοῖς ἰατροῖς, καὶ ὡς σιτίοις, καὶ ὡς φαρμάκοις. *

* ἔστι δὲ καὶ ἄλλα, ἃ μέσα πως ἐστὶ κατὰ τὴν κρᾶσιν, ἅπερ καὶ θερμαίνειν ἂν δόξειέν ποτε, καὶ ψύχειν· ἐνίοτε δέ, μήτε θερμαίνειν, μήτε ψύχειν, ἀλλὰ οἷα παρέλαβε τὰ σώματα, διαφυλάττειν. ταῦτα δέ, οὔποτε τροφαὶ γίνονται· ἀλλ' ὡς ἔστιν, οὕτω καὶ φάρμακα προσαγορεύεται· κατά γε τὸ ἀληθές, ὅλον ἀεὶ τὸ μόριον ἐνεργεῖ κατὰ τὴν ἰδιότητα τῆς ὑπαρχούσης ἑκάστοτε κράσεως αὐτοῦ· ἀλλ' ἐνίοτε μὲν τοῦ λυποῦντος ἐκράτησεν, κατεργασάμενόν τε, καὶ ἀλλοιῶσαν, καὶ πέψαν αὐτό. ὅθεν ὠφέλειαν φέρει· καθ' ἕτερον δ' αὖ χρόνον ἤτοι τὴν ποιότητα τοῦ λυποῦντος, ἢ τὸ πλῆθος οὐ φέρον, ἐξορμᾷ πρὸς τὴν ἔκκρισιν αὐτοῦ. ἐνίοτε δὲ μεγάλως ἀνιώμενον, ἀπορρίψαι τὸ λυποῦν ὑπ' ἀσθενείας ἀδυνατεῖ. καὶ τότε βλάβης αἰσθάνεται. τἄλλα μέντοι πολλά ἐστιν, ἅπερ οὔτε βλάπτειν, οὔτε ὠφελεῖν πέφυκέν τι ἐν τοῖς σώμασιν ἡμῶν· περὶ ὧν * *

A * Sicut igitur natura eorum, quæ non alunt, non est admodum hominibus idonea: sic eorum, quæ celerrimè alunt, interdum videtur esse accommodatissima. Cætera omnia inter hæc interiecta sunt media; & partim magis, partim minùs agere, & pati à corporibus nostris possunt. Iam verò vinum, panis, mel, ptissana, magis pati, quàm agere possunt; & tamen aliquid agunt in corpore. Vbi enim duo corpora in idem vicissim tendentia pugnant multò tempore, certántque inter se de alteratione, vtrumque ipsorum, tum agere, tum pati omninò necesse est. Si verò ita exiguam in nobis actionem, aut affectionem perpetuò efficiunt, vt nullum sensum perspicuè moueant, eiusmodi certè erunt despicienda; id quod in rebus, quæ alunt, fermè omnibus vsu venit; agunt enim quidpiam in humano corpore, sed id neque sentitur, neque manifestum est. Si tamen diu, multúmque exhibeantur, magnopere corpora alterant, euidentérque commutant. Sicut nos videmus, lactucam euidenter refrigerare eos, quorum ventriculus æstuat, & à siti vindicare; quorum verò refrigeratus est, euidenter lædere. Ex quo fit, vt prosit, & noceat, prout vario tempore adhibetur; & prout corpus postulat: & prout humida, aut sicca, aut frigida, aut calida sit ventriculi temperatura. Quocirca licet medicis vti alimentis duobus modis, & tanquam cibis & tanquam medicamentis. * Sunt verò etiam alia, quæ mediæ quodammodo temperaturæ sunt; quæ interdum calefacere, refrigeraréque videbuntur; interdum neque calefacere, neque refrigerare, sed talia conseruare corpora qualia nacta sunt; quæ verò talia sunt, nunquam alimenta fiunt; sed prout sunt, sic etiam medicamenta nominantur. Re tamen vera tota particula semper agit conuenienter ei temperaturæ, quæ ipsi semper inest. Interdum etiam superauit id, quod molestum erat, quum illud confecerit, alterarit, atque concoxerit. Vnde etiam fructum tulit. Alio rursus tempore, aut eius, quod angit, qualitatem, aut copiam non ferens, ad illud excernendum impellitur. Interdum magnopere afflicta expellere, id quod angit, præ imbecillitate non potest. At tunc noxam persentit. Multa etiam alia sunt, quæ suaptè natura nostra corpora, neque lædunt, neque iuuant. De quibus * *

Περὶ πλήθους, καὶ ὑπερβολῆς, καὶ ἐλλείψεως.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. ιϛ'.

Καὶ πλήθει, καὶ ὑπερβολῇ, καὶ ἐλλείψει, καὶ διαπλοκῇ· ὧν μέν, ὧν δὲ οὔ.

Ἐν τῷ περὶ πλήθους, δύο γένη εἶναι τοῦ πλήθους εἴρηται· τὸ μέν, ὡς πρὸς τὴν ἰσχύν, καὶ τὴν τοῦ βαστάζοντος αὐτὸ δύναμιν· τὸ δέ, ὡς πρὸς τὴν ὑποδεχομένην χώραν. καὶ ἐπεσκεψάμεθα, πόσα τὰ σύμπαντά ἐστιν εἴδη τῶν ὑγρῶν, τῶν βαρυνόντων τὴν δύναμιν, ἢ μὴ στεγόντων ἐν τοῖς ἀγγείοις. εἴπομεν δὲ καὶ διαγνωστικὰ σημεῖα ἑκατέρου τε κατὰ τὸ πλῆθος γένους, ἑκάστου τε τῶν καθ' ἑκάτερον ἴδια, τοῦ τε πρὸς δύναμιν, καὶ τοῦ ὥσπερ τῇ περιεχούσῃ χώρᾳ μετρεῖται· ὡς τὸ διατείνεσθαι, καὶ ῥήγνυσθαι διὰ πλῆθος, αὐτῶν τῶν περιεχόντων ἀγγείων ἐστὶ πάθος· τὸ δὲ βαρύνεσθαι, δυνάμεως αἰσθητικῆς. ἐκ δὲ τοῦ πλήθους τὴν γένεσιν ἔχειν φαίνεται πολλὰ τῶν νοσημάτων,

De plenitudine, exuperantia, & penuria.

E

TEXTVS HIPPOCRATIS. 16.

Et plenitudine, & exuperantia, & defectu, & complicatione, nonnullorum quidem etiam, nonnullorum verò non.

In libro de plenitudine duo esse genera plenitudinis dictum est; alterum vt ad robur, & vires refertur eius, qui eam fert; alterum vt ad suscipientem capacitatem; & expendimus, quot sint genera eorum humorum, qui vires grauant, aut
F qui contineri vasculis non possunt. Exposuimus etiam signa plenitudinis cognoscendæ, quæ ad vtramque plenitudinis genus pertinent; & item priuatim signa vtriusque tum eius quod ad vires refertur, tum eius, quod continéti capacitate metimur; vt distendi, ac rumpi præ plenitudine, est cõtinentium vasorũ affectio, grauari, sensitricis facultatis. Ex plenitudine autem multi morbi oriuntur.

Ac

Ac plenitudinis quidem, quæ sensitrice facultate æstimatur, euidentissimum signum est grauitas. Nõ tamen semper fit, vt si grauitas aliqua in parte sit, in eadem humorum plenitudo insit. Eius autem plenitudinis, quæ in arteriis est, vtpote quæ ad ipsarum vires refertur, signa in libris de pulsibus ostendimus, vt aliarum omnium corporis partium indicia, in libro de plenitudine præsertim in illo loco, in quo scripsimus, quædam esse vtriusque plenitudinis symptomata; quædam non esse absolutè, sed huiusmodi plenitudinis signa; quædam nullius prorsus plenitudinis, sed vel malitiæ humorum, vel corruptelæ, vel imbecillis facultatis, vel tumoris solidorum corporum notas esse. Quod igitur ipse nunc ait, alimenta lædere, & plenitudine, & excessu, verum esse omnes confitentur. Estque consonum iis, quæ in aphorismis dicuntur, vbi scriptum est. *Vbi alimentum præter naturam plus ingestum est, hoc morbum facit.* Quod enim hic dicit plenitudinem, illic plus dixit. Quoniam autem vnaquæque pars alimento sibi idoneo alitur, si in ipsam ingrediatur humor aliquis, qui secundum naturam alteri conueniat, illi verò sit alienus, & præter naturam, morbum ille, nisi copiosus sit, non gignet. Si copiosior ingrediatur, morbum afferet; quippe quum id, quod morbum gignere debet alimentum, non exigua mole iustum modum, sed magnopere, & eximiè excedat, necesse est. Quod verò addidit de defectu, quibusdam medicis non probatur; eis quidem videtur, ex plenitudine multos oriri morbos, at ex defectu, & indigentia nullum. At Hippocrates arbitratur etiam nos ex defectu in morbos incidere. Siquidem ex defectionibus interdum refrigeratio, interdum siccitas, interdum vtraque consequatur. Hæque vbi ita auctæ sint, vt actionem iam lædant, multos morbos pariunt, sicut etiam plenitudo modò tumores præter naturam, modò morbum attonitum, modò ruptiones venarum; nisi quis euacuando præueniat priùs, quàm corpus animantis aliquo magno malo afficiatur. Quinetiam Plato de redundantia, ac defectione hoc idem censuit. Nec erit fortasse absurdum, eius verba adscribere, quæ sunt huiusmodi. *Quum quatuor, inquit, sint ex quibus corpus compactum est terra, ignis, aqua, & aër, eorum præter naturam redundantia, atque defectio, & loci ex proprio in alienum facta mutatio, itémque ignis, & aliorum, quum partes plus ex vno nacta sint, nec quod sibi conuenit, vnaquæque assumpserit, cæteráque huiusmodi omnia; seditiones, & morbos afferunt. Quum igitur secundum naturam affecti sumus, ex his mensura quadam inter se contemperatis, bene valemus. Si verò desit quidpiam, aut redundet, aut sit facta in alienam sedem commigratio, ægrotamus. Ac perspicuum est, bonam temperiem redundantia, defectioneque corrumpi.* Et tamen Heraclides Tarentinus ait, senem hæc scripsisse omnia de quantitate eorum, quæ offeruntur; vt noscamus, vtrum multum, an parum dandum sit. Habendámque esse rationem morborum, & virium ægrotantis hominis; præterea verò etiam ætatis, anni temporis, consuetudinis, & aliorum, quæ his proportione respondent; nam si, inquit, vires ægroti debiles sint, & affectio, qua corpus conflictatur, sit aut ex corruptela, aut ex indigentia, parum quidem alimenti, sed sæpe dandum est. Causa est, quia malum multa expetit. Parum verò dandum, quia imbecillæ vires sunt. Scitum enim est, ab indigentia postulari additionem.

A καὶ τοῦ μὲν πρὸς αἰσθητικὴν δύναμιν πλήθους, ἐναργέστατόν ἐστι γνώρισμα τὸ βάρος. οὐ μὴν γε ἀεὶ, βάρους ὄντος ἔν τινι μέρει, πλῆθος χυμῶν ἐν ἐκείνῳ ὑπάρχει. τοῦ δὲ κατὰ τὰς ἀρτηρίας πλήθους, ὡς πρὸς δύναμιν αὐτῶν, γνωρίσματα διὰ τῆς περὶ τῶν σφυγμῶν εἴρηται πραγματείας. καὶ τῶν ἄλλων ἁπάντων τοῦ σώματος μορίων, ἐν τῷ περὶ πλήθους, μάλιστα μὲν ἔνθα ἔγραψα μὲν, ἔνια συμπτώματα εἶναι ἑκατέρου τοῦ πλήθους· ἔνια δὲ οὐχ ἁπλῶς εἶναι σημεῖα πλήθους, ἀλλὰ τοιοῦδε πλήθους· ἔνια δ' ὅλως οὐδενὸς πλήθους, ἀλλ' ἤτοι κακοχυμίας, καὶ διαφθορᾶς, ἢ ἀρρωστίας B δυνάμεως, ἢ ὄγκου τῶν σωμάτων τῶν στερεῶν. ὃ μὲν οὖν φησιν αὐτὸς, νῦν, καὶ τὰ πλήθη, καὶ τὴν ὑπερβολὴν βλάπτειν τὰς τροφὰς, ἀληθὲς εἶναι πάντες ὁμολογοῦσιν. σύμφωνον γάρ ἐστι τοῖς ἐν τοῖς ἀφορισμοῖς εἰρημένοις, ἔνθα φησὶν, ὅκου ἂν τροφὴ παρὰ φύσιν πλείων εἰσέλθῃ, τοῦτο νόσον ποιεῖ, ὃ γὰρ ἐνταῦθα πλῆθος ὀνομάζει, ἐκεῖ πλέον καλεῖ. ἐπεὶ δὲ ἕκαστον μόριον ἐκ τῆς οἰκείας αὐτῷ τρέφεται τροφῆς, ἐὰν μὲν εἰς αὐτὸ εἰσέλθῃ χυμός τις ἑτέρῳ μὲν μορίῳ κατὰ φύσιν, ἀλλότριος δὲ καὶ παρὰ φύσιν ἐκείνῳ, νόσον οὐ ποιήσει, ἐὰν μὴ πολὺς εἴη. ἐὰν δὲ πλείων εἰσέλθῃ, νόσον ποιεῖ. χρὴ γὰρ τὴν C μέλλουσαν νόσον ἐργάζεσθαι τροφὴν, οὐ μικρῷ τινι τῆς συμμετρίας ὑπερέχειν, ἀλλὰ μεγάλως, καὶ ὑπερβαλλόντως. ὃ δὲ περὶ τῆς ἐλλείψεως φησιν, ἐνίοις τῶν ἰατρῶν οὐκ ἀρέσκει· ἔδοξε μὲν αὐτοῖς, ἐπὶ μὲν τοῖς πλήθεσι γίνεσθαι πολλὰ νοσήματα, ἐπὶ δὲ ἐλλείψει, καὶ δι' ἔνδειαν μηδέν. Ἱπποκράτης δὲ, ἡγεῖται καὶ δι' ἔνδειαν ποτε νοσεῖν ἡμᾶς· εἴ γε ἐν ταῖς ἐνδείαις ἕπεταί ποτε μὲν ψυχρότης, ποτὲ δὲ ξηρότης, ποτὲ δὲ ἄμφω· αὗται δ' ὅταν εἰς τοσοῦτο μέγεθος ἥκωσιν, ὡς ἐνέργειαν ἤδη βλάπτειν, τὰ νοσήματα τίκτουσι πολλά. ὡς καὶ τὸ πλῆθος, ἐνίοτε μὲν τοὺς παρὰ φύσιν ὄγκους, ἐνίοτε δὲ τὰς D ἀποπληκτικὰς διαθέσεις, ἐνίοτε δὲ τὰς τῶν φλεβῶν ῥήξεις· εἰ μή τις φθάνῃ κένωσιν ποιεῖν, πρὶν ἂν μέγα τι κακὸν περὶ τὸ ζῷον ἐργάζηται. ἀλλὰ καὶ Πλάτων ταὐτὸ τοῦτο περὶ πλεονεξίας τε, καὶ ἐνδείας λέγει. οὐκ ἄτοπον δ' ἴσως, τὴν αὐτοῦ παραγράψαι ῥῆσιν, ἔχουσαν ὧδε· τεττάρων γὰρ ὄντων, ἐξ ὧν συμπέπηγε τὸ σῶμα, γῆς, πυρὸς, ὕδατος, καὶ ἀέρος· τούτων ἡ παρὰ φύσιν πλεονεξία, καὶ ἔνδεια, καὶ τῆς χώρας μετάστασις ἐξ οἰκείας εἰς τὴν ἀλλοτρίαν γινομένη, πυρός τε αὖ, καὶ τῶν ἑτέρων, ἐπειδὴ γένη πλέω ἑνὸς ὄντα τυγχάνει, τὸ μὴ προσῆκον ἕκαστον ἑαυτῷ προσλαμβάνει, καὶ E πάνθ' ὅσα τοιαῦτα, στάσεις καὶ νόσους παρέχει. ὅταν μὲν οὖν κατὰ φύσιν ἔχωμεν, διὰ ταῦτα μέτρῳ ἀλλήλοις κεκραμένα, ὑγιαίνομεν· ἐλλείποντος δέ τινος, ἢ πλείονος γινομένου, ἢ μεταστάντος εἰς ἀλλοτρίαν χώραν, νοσοῦμεν. καὶ πρόδηλον, ὅτι ἥτε πλεονεξία, καὶ ἡ ἔνδεια διαφθείρει τὴν εὐκρασίαν. Ἡρακλείδης μέντοι ὁ Ταραντῖνός φησι, τὸν παλαιὸν ταῦτα γεγραφέναι περὶ τῆς τῶν προσφερομένων ποσότητος, ἵνα γνῶμεν, πότερον πολὺ, ἢ ὀλίγον δοτέον· ἐπιβλέπειν δὲ χρῆναι, καὶ εἰς τὰ νοσήματα, καὶ τὴν δύναμιν τοῦ κάμνοντος· ἔτι τε τὴν ἡλικίαν, καὶ τὴν ὥραν, F καὶ ἔθος, καὶ τἄλλα τούτοις ἀνάλογα. εἰ μὲν οὖν, φησὶν, ἡ δύναμις τοῦ κάμνοντος εἴη ἀσθενὴς, καὶ ἡ κατὰ τὸ σῶμα διάθεσις ἤτοι κατὰ διαφθορὰν, ἢ κατ' ἔνδειαν, ὀλίγην τροφὴν τούτοις δοτέον μὲν, πολλάκις δέ· ὅτι πολλῶν ἡ διάθεσις χρήζει· ὀλίγην δὲ, ὅτι ἄρρωστος ἡ δύναμις τυγχάνει. ἴσμεν γὰρ, ὅτι ἡ ἔνδεια τῆς προσθέσεως δεῖται.

Εἰ δὲ μήτε ἔνδεια παρείη, μήτε διαφθορά, συμμετρία A δέ τις τῶν κατὰ φύσιν εἴη χυμῶν, ἢ καὶ πλῆθος, τότε ὀλιγάκις καὶ ὀλίγα προσφέρειν χρή. Εἰ δὲ μετὰ ἐνδείας ἢ διαφθορᾶς ἡ δύναμις ἐρρωμένη τύχῃ, τότε τοῖς οὕτω διακειμένοις καὶ πολλά, καὶ πολλάκις δοτέον. Ταῦτα γοῦν λελέχθαι μὲν αὐτῷ ἀληθῶς φαμέν, οὐ προσηκόντως δέ. σφαλεὶς γὰρ τῇ τοῦ ἀφορισμοῦ ἐννοίᾳ, οὗ ἡ ἀρχή, καὶ οἷσιν ἅπαξ, ἢ δίς, καὶ πλείω· εἰς ὃν καθάπερ, καὶ εἰς τοὺς ἄλλους ἅπαντας, ἔστιν ἐξήγησις αὐτοῦ, ἡγήσατο περὶ τοῦ αὐτοῦ λέγειν νῦν τὸν συγγραφέα, περὶ οὗ ἐν τοῖς ἀφορισμοῖς ἔγραψεν Ἱπποκράτης. καὶ διὰ τοῦτο ἡγεῖται προστεθεῖσθαι τάδε, ὧν μέν, ὧν δὲ οὔ. ὅπερ οὐκ B ἀληθές· ὥσπερ οὐδὲ τὸ περὶ *

Ὅπως αἱ τροφαὶ ὠφελοῦσί τε, καὶ βλάπτουσι· τρία τῆς αὐτῶν προσφορᾶς κεφάλαια, καὶ σκοπὸς εἷς.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. ιζ'.

Καὶ πάντων ἐς θερμασίην βλάπτει, καὶ ὠφελεῖ. εἰς ψύξιν βλάπτει, καὶ ὠφελεῖ. εἰς δύναμιν βλάπτει, καὶ ὠφελεῖ.

Τρία ἐστὶ τὰ τῆς προσφορᾶς τῶν τροφῶν κεφάλαια, τὸ C ποσὸν τῶν σιτίων, καὶ τὸ ποιόν, καὶ ὁ τρόπος τῆς χρήσεως αὐτῶν. ἡμεῖς δὲ τοῦ τροφὴν προσφέρεσθαι σκοπὸν ἕνα κοινὸν ἐπὶ πάντων ἐδείξαμεν ὑγιαινόντων τε, καὶ νοσούντων, τὴν φυλακὴν δηλονότι τῆς ζωτικῆς δυνάμεως. διὰ ταύτην γὰρ τὴν δύναμιν ἐσθίομέν τε ὑγιαίνοντες, καὶ πίνομεν, καὶ τἄλλα πάντα πράττομεν, ὅσα πρὸς τὴν ζωήν ἐστι. καὶ διὰ τὴν αὐτήν, καὶ νοσοῦντες ἐπὶ τροφὴν παραγινόμεθα. ὥσπερ γὰρ τὸ νόσημα τὰ βοηθήματα ἐνδείκνυται τῆς διαθέσεως ἑαυτοῦ, ὡς φλεβοτομίαν, ἢ κάθαρσιν, ἢ ἄλλο τι τοιοῦτον, οὕτως ἡ τῆς δυνάμεως φυλακὴ τὴν τροφὴν ἐνδείκνυται μόνην. ἐπεὶ δὲ ἡ τροφὴ βλάπτει πολλάκις, ὡς μὴ κατὰ καιρὸν δοθεῖσα, ἐπισκοπούμεθα διὰ D τοῦτο τῆς νόσου τὴν διάθεσιν, ὡς κωλύουσαν τὴν τροφήν. ὅταν δὲ μὴ κωλύῃ, κελεύει τε ἡ δύναμις, τηνικαῦτα τρέφομεν· καὶ μηδαμῶς ἡ τροφὴ βλάπτει, ἀλλὰ μᾶλλον ὠφελεῖ. ἵνα γὰρ τὸ ζῷον διαμένῃ, δεῖται οὐ τροφῆς μόνον, ἀλλὰ καὶ ἀέρος. καὶ ἡμεῖς ἑκατέρου χρείαν ἐπιστάμεθα. καὶ γὰρ ἡ μὲν ἀναπνοὴ τὴν συμμετρίαν τῆς ἐμφύτου θερμασίας φυλάττει· ἡ δὲ τῶν σιτίων προσφορά, τὸ διαρρέον τῆς σωματικῆς οὐσίας ἀναπληροῖ. Εἰ μὲν οὖν τὸ ἔμφυτον θερμόν, ᾧ μάλιστα ἀναφέρει τὰ σωματικὰ τῶν ἔργων Ἱπποκράτης, μὴ ἀκριβῶς βλάπτοιτο, E οὐ μόνον οὐκ ἔστι δυνάμενον τὰς ἔμπροσθεν ἐνεργείας ἐπιτελεῖν, οὐδὲ τρέφειν ἡμᾶς, ὅπερ ἦν αὐτοῦ κυριώτατον, ἀλλὰ διαφθείρει τε, καὶ τήκει τὸ σῶμα. ὠφελεῖ γοῦν καὶ βλάπτει ἡ τροφή, καὶ εἰς θερμασίαν, καὶ εἰς ψύξιν ἄμετρον, ἢ σύμμετρον τραπεῖσα. θερμασία μέν τις ἔμφυτος ἐν ἥπατι περιέχεται, καθ' ἣν αἷμα γεννᾶται. θερμασία δὲ ἑτέρα πλείων ἐστὶ κατὰ τὴν καρδίαν, εἰς γένεσιν θυμοῦ δοθεῖσα τοῖς ζῴοις. δεῖται δὲ ἡ αὐτὴ θερμασία τροφῆς, ὥσπερ ἡ ἑτέρα τῆς ἀναπνοῆς. ἐν μὲν οὖν τοῖς ζῴοις αὐτοῖς, ὅσα τῶν ἐδεσμάτων ἵνα ἐξομοιωθῇ τελέως, καὶ θρέψῃ τὸ σῶμα, χρόνου δεῖται, ψύχος μᾶλλον, ἢ θάλπος ἐν τῷ παραχρῆμα ἐπάγειν φαίνεται. θερμαίνει μὲν ἐν τῷ χρόνῳ καὶ F ταῦτα, ὡς τἄλλα ἐδέσματα, εἰ μόνον αὖθις προσγένηται τὸ θρέψαι τὰ σώματα. τροφὴ γὰρ ἅπασα κατὰ τὸν ἑαυτῆς λόγον αὔξει τὸ τοῦ ζῴου θερμόν. μάλιστα οὖν χρὴ προσέχειν τὸν νοῦν ἐν ἅπασι τοῖς δυνάμει θερμοῖς, ἢ ψυχροῖς εἶναι λεγομένοις,

At si neque indigentia, neque corruptela adsit, sit autem iustus modus secundum naturam humorũ, vel etiam plenitudo, tum raro, & pauca offeremus. At si vires validæ sint cum indigentia, corruptelaque coniunctæ, tunc hominibus ita affectis, & multa, & sæpe danda erunt. Hæc ab illo verè quidem dicta, sed non accommodatè, fatemur. Deceptus enim sententia aphorismi, cuius initium est, *Et quibus semel, aut bis, & quibus plura*, &c. In quem, sicut in alios omnes, eius extat explanatio, existimauit, auctorem nunc de eadem re verba facere, de qua Hippocrates in aphorismis conscripsit; ob eámq; causam, addita esse hæc verba arbitratur, *& nonnullorum quidem etiam, nonnullorum autem non*, quod verum non est, sicut neque illud, quod de *

Quomodo alimenta iuuant, ac lædunt, quorum offerendorum capita tria, scopus vnus.

TEXTVS HIPPOCRATIS 17.

Et omnium ad calorem lædunt, & iuuant, ad frigus lædunt, & iuuant: ad facultatem lædunt, & iuuant.

Tria sunt dandi alimenti capita, quantitas ciborum, qualitas, & vtendi modus. Nos autem vnum communem alimenti offerendi, & in bene valentibus, & in ægrotantibus scopum esse docuimus, vitalis facultatis conseruationem. Huius enim facultatis ope sani edimus, bibimus, cæteráque omnia vitæ munia exercemus; propter hanc eandem etiam ægroti ad cibum, potúmque progredimur: nam vt morbus auxilia suæ affectionis indicat, vt sanguinis missionem, aut purgationem, aut aliquid aliud huiusmodi; sic facultatis conseruatio alimentum solùm indicat. Quia verò alimentum sæpe lædit, vtpote quod non sit datum in tempore, ideò morbi affectionem, tanquam dari alimentum prohibeat, expendimus. Quumque affectio non prohibeat, iubeat verò facultas, tum alimus; ac tantum abest, vt alimentum vllo modo noceat, vt etiam potiùs iuuet. Vt enim animal duret, indigens est non modò alimenti, sed etiam aëris, nósque vtriusque vsum nouimus: siquidem respiratio natiui caloris symmetriam conseruat, ciborum verò oblatio id, quod de corporea substantia defluit, resarcit; quod si innatus calor, cui corporea opera Hippocrates præcipuè accepta refert, non accuratè conseruetur, non modò non potest priores actiones obire, neque nos alere, quod eius erat præcipuum munus, vel maximè, sed corpus corrumpit, ac liquefacit. Iuuat igitur, & nocet alimentum, quum in calorem, & frigus moderatum, aut immoderatum conuertitur. Et tamen calor innatus in iecore continetur, cuius ope sanguis gignitur. Maior verò est alius calor in corde, qui ad iram excitandam est animantibus tributus. Qui non secus indiget alimento, quàm ille alter respiratione. In animantibus autem cibi, qui vt assimilentur, & corpus alant, spatio temporis egent, hi frigus vniuersi potiùs quàm calorem in præsenti afferre videntur. Calefaciunt autem hi quoque progressu temporis sicut alia edulia, si solùm vt corpus alant, consequantur. Omne enim alimentum, suaptè ratione calorem animantis auget. Quocirca adhibenda maximè mens est iis omnibus, quæ potestate calida, aut frigida esse dicuntur,

sintne

sintne ex natura eorum, quibus ali corpus possit, an solùm occasionem alterationis nanciscantur, deinde conuenienter, propria natura alterata, corpus quodammodo afficiant. Et an ab eodem nullo modo vlla in re alterentur. Si enim sint ex genere nutrientium, siquidem vincantur, calefaciunt, si non vincantur, refrigerant. Sin ex iis sint, quæ parum quid alterantur, omninò calefaciunt. Si denique ex iis, quæ nihil omninò alterantur, maximè refrigerant. Quemadmodum autem calor, & sanguis alimento augetur, sic sanguis ciborum inopia arescit, & se ipso fit crassior. Addit autem & noxam & vtilitatem in facultatem. Est igitur hoc diligenter animaduertendum, vt noscamus facultatis vnā semper indicationem, sui ipsius nimirum conseruationem. Ea autem præcipua ratione custoditur, id, quod è sua substantia vacuatur, aut alteratur, corrigendo. Secundo verò loco, cohibendo ea, quæ ipsius euacuare, aut alterare substantiam possunt. Quæ quum ita sint, in bene valentibus consensus omnium eorum, quæ agenda sunt, eò pertinet, vt ipsa perennis sit, in ægrotantibus verò, non semper. Maxima autem est virium dignitas, siquidem vita in nobis ex harum custodia existit. Facultas ergo prima omnium est hominibus conseruanda, vt neque eius substantia euacuetur, neque tanta alteratione immutetur, vt corruptelæ propinqua sit. Huius autem custodiæ partem esse dicimus, quum vel aptam temperiem præsentem seruamus, vel absentem inducimus. Quocirca ad facultatem conseruandam cauendum est, ne plura offeras, néve pauciora. Si enim plura, quàm par est, des, cruditatis causam afferes, præterquam quòd etiam corpus prægrauabis, sicut rursum omninò non nutrire, & stomachi fastidia creat, & eundem lædit, & vires labefactat, & malos succos adauget.

A εἴτε τῆς φύσεώς ἐστι τῶν τρέφειν δυναμένων, εἴτε μόνον ἀφορ-
μὴν ἀλλοιώσεως λαμβάνοντα, κἄπειτα κατὰ τὴν οἰκείαν φύ-
σιν ἀλλοιούμενα, διατίθησί πως τὸ σῶμα. καὶ εἰ μηδ᾽ ὅλως ἀλ-
λοιοῦται πρὸς αὐτοῦ κατὰ μηδέν. εἰ μὲν γὰρ ἐκ τοῦ γένους εἴη τῶν
τρεφόντων, εἰ μὴ κρατηθείη, θερμαίνει· μὴ κρατηθέντα δέ, ψύχει.
εἰ δὲ τῶν ἐπ᾽ ὀλίγον πρὸς ἀλλοιουμένων, θερμαίνει πάντως. εἰ
δὲ τῶν μηδ᾽ ὅλως, ψύχει μάλιστα. ὥσπερ δὲ τὸ θερμὸν, καὶ τὸ αἷμα
διὰ τῆς τροφῆς αὐξάνεται, οὕτω ξηραίνεται ἐν ταῖς ἀσιτίαις τὸ
αἷμα, καὶ παχύτερον ἑαυτοῦ γίνεται. προστίθησι δέ, ὠφέλειάν τε καὶ
βλάβην εἶναι εἰς τὴν δύναμιν. προσέχειν οὖν χρὴ τὸν νοῦν
B ἀκριβῶς, ἵνα γνῶμεν, ὅτι ἡ δύναμις ἔχει τὴν μίαν ἔνδειξιν ἀεὶ
ἥτις ἐστὶν ἑαυτῆς φυλακή. φυλάττεται δέ, κατὰ μὲν πρῶτον λό-
γον, ἐκ τοῦ τὴν οὐσίαν αὐτῆς τὸ κενούμενον, ἢ ἀλλοιούμενον ἐπανορ-
θοῦσθαι· κατὰ δεύτερον δέ, ἐκ τοῦ κωλύειν ἡμᾶς τὰ κενοῦν, ἢ ἀλ-
λοιοῦν τὴν οὐσίαν αὐτῆς δυνάμενα. τούτων μὲν οὕτως ἐχόντων,
ἐπὶ μὲν τῶν ὑγιαινόντων, συμφωνία τῶν πραττομένων ἁπάν-
των ἐστὶν εἰς τὴν διαμονὴν αὐτῆς· ἐπὶ δὲ τῶν νοσούντων, οὐκ ἀεί.
μέγιστον γοῦν ἐστι τὸ τῶν δυνάμεων ἀξίωμα, εἴπερ τὸ ζῆν ἡμῖν
ἐκ τῆς τούτων ὑπάρχει φυλακῆς. ἡ δύναμις οὖν ἁπάντων
πρῶτον φυλακτέα τοῖς ἀνθρώποις ἐστίν, ἐκ τοῦ μήτε κενοῦσθαι
C τὴν οὐσίαν αὐτῆς, μήτε ἀλλοιοῦσθαι τοσαύτην ἀλλοίωσιν, ὅση πλη-
σιάσει φθορᾷ. μέρος δὲ ταύτης τῆς φυλακῆς εἶναί φαμεν, ὅταν
τὴν εὐκρασίαν ἤτοι φυλάττωμεν οὖσαν, ἢ οὐκ οὖσαν ἐργαζώμεθα.
διὸ πρὸς τὴν τῶν δυνάμεων φυλακὴν εὐλαβεῖσθαι δεῖ, ὡς
μήτε πλείω δῷς, μήτ᾽ ἐλάττω. τὸ μὲν γὰρ πλείω τοῦ προσή-
κοντος διδόναι, ἀπεψίας αἴτιον γίνεται, πλὴν ὅτι καὶ βαρύνει τὸ
σῶμα. τὸ δ᾽ αὖ μηδ᾽ ὅλως τρέφειν, ἀσῶδές ἐστι, καὶ καταπτι-
κὸν τοῦ στομάχου, καὶ τῆς δυνάμεως καταβλητικόν· καὶ πολ-
λάκις τῆς κακοχυμίας αὐξητικόν.

Varias facultatis naturas explicat Galenus.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 18.

Facultatis autem variæ naturæ.

Facultatem omnem ex potestate efficiendi id, cuius habet potestatem, nominare solemus. Alicuius enim facultas est, eiusque notionem consequimur ex eo, quod ad aliquid refertur. Proinde sic ipsam appellamus, quum essentiam ignoramus. Quum verò aut robur, aut virtutem facultatis dicimus, aut etiam infirmitatem, & vitium, tunc nomen intelligendū est, vt ad actionem refertur. Facultates igitur, quæ in corporibus animantium sunt ad suum opus peragendum, accommodatis egent instrumentis, & vt fabri, qui in vrbibus vitam degunt, quibusdam instrumentis vtuntur, quibus sua opera absoluunt: sic facultates. Quum autem in nobis tres facultates sint, animalis, vitalis, & naturalis, quæ animal gubernant, sintque diuersi inter se generis, vnaquæque veluti ex suo quodam fonte toti est corpori distributa. Earum vna ad alendum animal necessaria est, ac communis cum stirpibus, & veluti fontem iecur habet, riuulos verò ab hoc in totum corpus dispersos, venas. Hanc vel appetitricem, vel naturalem, vel altricē vocare licet. Altera est, quæ non modò in nobis, vt stirpibus, aut viuentibus, sed etiam, vt animalibus anima inest, quæ sedem habet in corde, estq; veluti innati caloris fons quidam. Huius fontis riuuli sunt arteriæ. Cæterùm multis nominibus appellatur; nā & facultas vitalis, & facultas, quæ irascitur, & anima irarum æstu flu-

D Ποικίλας τὰς τῆς δυνάμεως φύσεις ἐξηγεῖται ὁ Γαληνός.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. ιη'.

Δύναμιος δὲ ποικίλαι φύσιες.

Πᾶσαν δύναμιν ἀπὸ τοῦ δύνασθαι ποιεῖν, ὅπερ ἂν δύ-
ναται, καλεῖν εἰθίσμεθα. τινὸς γὰρ δύναμίς ἐστι· καὶ τὴν
νόησιν αὐτῆς ἐν τῷ πρός τι κεκτήμεθα. καὶ διὰ τοῦτο οὕ-
τως αὐτὴν ὀνομάζομεν, ὅταν τὴν οὐσίαν ἀγνοῶμεν. ὅταν
δὲ ῥώμην, ἢ ἀρετὴν δυνάμεως λέγωμεν, ἢ καὶ ἀρρωστίαν
τε, καὶ κακίαν, τότε ὡς πρὸς τὴν ἐνέργειαν ἀκούειν χρὴ τῶν
E ὀνομάτων. αἱ μὲν οὖν ἐν τῷ σώματι τῶν ζώων δυνάμεις, ὀρ-
γάνων ἐπιτηδείων δέονται πρὸς τοὔργον· καὶ ὡς οἱ κατὰ τὰς
πόλεις τέκτονες ὀργάνοις τισὶ χρῶνται, δι᾽ ὧν τὸ σφέτερον ἔρ-
γον ἀποτελοῦσι, οὕτως αἱ δυνάμεις. οὐσῶν δὲ τριῶν ἐν ἡμῖν,
τῆς ψυχικῆς, καὶ ζωτικῆς, καὶ φυσικῆς αἵπερ διοικοῦσι τὸ ζῶον,
καὶ ἑτερογενεῖς ἀλλήλων εἰσίν, ὥσπερ ἐκ πηγῆς τινος ἰδίας
ἑκάστη, παντὶ τῷ σώματι διανέμεται. ἔστι δ᾽ ἡ μέν τις αὐτῶν
εἰς τὸ τρέφεσθαι τὸ ζῶον ἀναγκαία, καὶ κοινὴ πρὸς τὰ φυτά·
καὶ οἷον πηγὴν ἔχει, τὸ ἧπαρ. ὀχετοὺς δὲ ἐξ αὐτῆς εἰς ὅλον τὸ
σῶμα διασπειρομένους, τὰς φλέβας, ἣν ἔξεστιν ἐπιθυμη-
F τικήν, ἢ φυσικήν, ἢ καὶ θρεπτικὴν ὀνομάζειν. ἑτέρα δέ, οὐ
μόνον ὡς φυτοῖς ἡμῖν, ἢ ζῶσιν, ἀλλὰ καὶ ὡς ζώοις ὑπάρχουσα
ψυχὴ κατὰ τὴν καρδίαν ἵδρυται, πηγή τις οὖσα, καὶ ἥδε τῆς ἐμ-
φύτου θερμασίας. ὀχετοὶ δὲ ταύτης τῆς πηγῆς, αἱ ἀρτηρίαι.
καλεῖται δὲ καὶ αὐτὴ πολλοῖς ὀνόμασι· καὶ γὰρ δύναμις ζω-
τική, καὶ δύναμις θυμοειδής, καὶ ψυχὴ θυμοειδὴς ὀνο-

μερίζεται. τρίτη δὲ ἐν ἐγκεφάλῳ ἐστὶ ψυχὴ λογική, τὴν κατὰ προαίρεσιν ἐνεργοῦσα, ἅμα ταῖς αἰσθήσεσιν ἐξηγουμένη. ταύτης δὴ ἐστὶ τὰ μόρια, οἷς χρῆται ὥσπερ ὀχετοῖς τισι, τὰ νεῦρα, αἴσθησίν τε καὶ κίνησιν ἐπιπέμπουσα δι' αὐτῶν τῷ ζώῳ παντί. καὶ διὰ τοῦτο εἶπεν αὐτός, ποικίλας εἶναι τὰς τῆς δυνάμεως φύσεις, ὡς ἐν ποικίλοις τοῦ σώματος μορίοις συνεστώσας, καὶ ἐκ ποικίλων, ὡς πηγῶν, ὁρμωμένας. Ἡρακλείδης δέ φησιν, ἐνταῦθα περὶ τῶν φυσικῶν δυνάμεων ἀκούειν ἡμᾶς χρῆναι. ὅπερ οὐκ οἴομαί γε ἀπίθανον. ὑπέλαβε γὰρ κατὰ τὸν Ἱπποκράτην, τὴν φύσιν τὰς δυνάμεις ἔχειν, ἑλκτικὴν μὲν τῶν οἰκείων μίαν, ἀποκριτικὴν δὲ ἑτέραν τῶν ἀλλοτρίων, τρίτην δὲ ἀλλοιωτικήν, καὶ τὴν τετάρτην τὴν καθεκτικήν. ὃ καὶ ἀληθές ἐστι, καὶ ἡμεῖς ἐν ἑκάστῳ τῶν ὀργάνων οὔσας ἀπεδείξαμεν.

Κατὰ πόσους τρόπους τὰ πράγματα φθείρεταί τε, καὶ τοὺς χυμοὺς φθείρει.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. ιθʹ.

Χυλοὶ φθείροντες καὶ ὅλον, καὶ μέρος, καὶ ἔξωθεν, καὶ ἔνδοθεν.

Ἡ φθορὰ διττῶς λέγεται, ἡ μὲν ἐν τῷ γίγνεσθαι, ἡ δὲ ἐν τῷ γεγονέναι. τὰ δὲ πράγματα κατὰ τέτταρας τρόπους φθείρεσθαι εἴωθεν, ὅτι καὶ τὰ στοιχεῖα τῆς οὐσίας αὐτῶν ἐστι τέτταρα. τὰ μὲν διὰ ξηρότητα φθείρεται, τὰ δὲ δι' ἄμετρον θερμότητα, ἢ ψυχρότητα, ἢ καὶ ὑγρότητα. φθείρεται γὰρ κατὰ φύσιν ἕκαστον θερμαινόμενον, ἢ ψυχόμενον, ἢ ξηραινόμενον, ἢ ὑγραινόμενον. μάλιστα δὲ διὰ τὸ θερμαίνεσθαι, ἢ ψύχεσθαι. δραστικώταται γὰρ αὗται αἱ ποιότητες. ἤδη δὲ καὶ διὰ τὸ ὑγραίνεσθαι, καὶ ξηραίνεσθαι. ἐν δὲ τῷ πεινῆν, ἢ διψῆν, ἐπιλειπούσης, ἔνθα μὲν τῆς ὑγρᾶς οὐσίας, ἔνθα δὲ τῆς ξηρᾶς. τὸ μὲν οὖν αἷμα εἰ χολωδέστερον ὑπάρχοι, ῥᾷον ἐκθερμαίνεται. ἐὰν δὲ ἐν τῷ φλεγμαίνοντι μορίῳ περιέχηται, εἴη δὴ ἱκανῶς θερμόν, καὶ καθ' ὅλον τὸ ζῶον χολῶδες, πολὺ μᾶλλον ἐκθερμανθήσεται καὶ ἑξῆς διαφθείρεται. ἴσμεν γάρ, ὅτι ἐπὶ παντὸς τοῦ θερμαίνοντος, ὅσον εὐαλλοίωτον ἐστί, ἢ τῇ φύσει θερμόν, ἐκθερμαίνεσθαί τε, καὶ οὕτω φθείρεσθαι πρῶτον. ὥσπερ γε κἀπὶ τοῦ ψύχοντος, ὅσον εὐαλλοίωτον, ἢ τῇ φύσει ψυχρόν, ἐκεῖνο πρῶτον, καταψύχεται, καὶ διαφθείρεται ἤτε καθόλου, ἤτε κατὰ μέρος. ἔστι δὴ εὐαλλοίωτα, ὅσα καὶ λεπτομερέστερα. διὸ τὸ πνεῦμα εὐαλλοίωτόν ἐστι. θερμότατον δὲ φύσει ἡ χολὴ ξανθή. ψυχρότατον δὲ τὸ φλέγμα. αἷμα δὲ ἐφεξῆς τῇ ξανθῇ χολῇ θερμόν. ἡ μέλαινα δὲ ψυχρόν, κατὰ τὸ φλέγμα. ἀλλοιοῦται μὲν γὰρ ἡ ξανθὴ χολὴ ῥᾳδίως ὑπὸ παντὸς τοῦ δρῶντος εἰς αὐτήν. ἡ μέλαινα δέ, δυσκόλως. συνελόντι δὴ εἰπεῖν, τὸ μὲν λεπτομερὲς ἅπαν εὐαλλοίωτον, τὸ δὲ παχυμερές, δυσαλλοίωτον, καὶ ἑξῆς δύσφθαρτον. εἰσὶ δὲ διαφθοραὶ τοῦ σώματος ἡμῶν διτταὶ κατὰ γένος. αἱ μὲν γὰρ αὐτῶν ἀναγκαῖαί τε εἰσι, καὶ σύμφυτοι, καὶ ὡς ἐκ τῶν ἀρχῶν τῆς γενέσεως ὁρμώμεναι, καθάπερ ἐξ αἵματός τε, καὶ σπέρματος. ἔνιαι δὲ ἐξ αὐτῶν ἡμῶν ὁρμώμεναι. πρῶτον μὲν γένος διὰ τὴν ξηρότητα γίγνεται, καὶ γῆρας καλεῖται. ἔστι δὲ σύμφυτος ἀνάγκη φθορᾶς ἅπαντι τῷ γεννητῷ σώματι. δευτέρα δὲ τοῖς ζώοις μάλιστα ὑπάρχουσα, τῆς ὅλης αὐτῶν οὐσίας ἡ ῥύσις, ἐκ τῆς ἐμφύτου θερμότητος ἀποτελουμένη. ῥευούσης γοῦν τῆς οὐσίας ἀπὸ πάντων τῶν ζώων εἰ μή τις ἑτέρα ὁμοία ἀντεισάγοιτο τῷ ἀπορρέοντι, διαφθαρήσεται σύμπαν οὕτω τὸ σῶμα. διὰ μὲν οὖν τῆς ἐδωδῆς ἀναπληροῦμεν, ὅσον ἀπορρυῇ τῆς ξηροτέρας οὐσίας. διὰ δὲ τοῦ πόματος, ὅσον τῆς ὑγροτέρας. οὕτω δὲ καὶ τῆς ἀερώδους τε, καὶ πυρώδους οὐσίας τὴν συμμετρίαν, διὰ

A ctuans nominatur. Tertia sita in cerebro est anima particeps rationis, quæ voluntariis actionibus vna cum sensibus præsidet. Hæc vtitur ipsa quoque partibus quibusdam ceu riuulis, hoc est neruis, per quos sensum, & motum in totum animal transmittit. Ideo ipse varias esse facultatis naturas dixit, vt quæ in variis corporis partibus consistant, & ex variis veluti fontibus emanent. Heraclides autem censet, nos hæc de naturalibus facultatibus accipere debere. Quod non absurdum existimo. Rebatur enim ex Hippocratis sententia, naturam preditam esse facultatibus, vt trahendi ea, quæ apta sunt, excernendi quæ sunt aliena, itemque alterandi, B & quarto loco retinendi. Quod sanè verum est, & nos in vnoquoque instrumento esse demonstrauimus.

Quot modis res corrumpantur & humores corrumpant.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 19.

SVcci corrumpentes & totum, & partes, & foris, & intus.

Duobus modis corruptela dicitur, tum ea, quæ fit, tum ea, quæ facta est. Res autem quatuor modis corrumpi solent, C quòd etiam ipsarum essentiæ elementa sint quatuor, vt quædam propter siccitatem, quædam propter nimium calorem, aut frigus, aut humorem corrumpantur. Cuiusque autem natura corrumpitur, quum calefit, aut frigefit, aut siccatur, aut humectatur, potissimùm autem dum calefit, aut frigefit; quippe quum hæ qualitates sint efficacissimæ. Sed etiam quum siccatur, & humectatur: vt etiam esuriendo, & sitiendo, dum hîc humida, illic sicca substantia deest. Itaque si sanguis sit biliosior, faciliùs excalefit. Sique in parte contineatur, quæ inflammatione tentetur, D fitque admodum calidus, & in toto corpore sit biliosus, multò magis excalefit, ac deinceps corrumpitur. Scimus enim quicquid facilè alteratur, aut natura calidum est, id à quauis re calefaciente excalefieri, atque ita primum corrumpi; sicut quicquid facile est ad alterandum, & natura frigidum, id à quauis re refrigerante primùm refrigerari, atque corrumpi, siue vniuersè, siue particulatim. Facilè porrò alterantur, quæ tenuiorum sunt partium, proinde spiritus est ad alterandum facilis, ac bilis flaua est natura calidissima, pituita frigidissima. Post flauam bilem calidus est sanguis, vt E post pituitam frigida est atra bilis. Etenim flaua bilis à quouis in ipsam agente alteratur, atra ægrè, atque vt vno verbo dicam, quicquid è tenuibus constat partibus, facile ad alterandum est, quicquid è crassis, difficile, deinceps difficile ad corrũpendum. Corporis autem nostri sunt duo genera corruptelæ. Quædam enim corruptelæ sunt necessariæ, & innatæ, & tanquam ex ortus nostri principiis, vt ex sanguine, semineque profectæ, quædam ex nobis ipsis oriuntur. Primum genus ex siccitate fit, ac senectus appellatur; estque hæc omni genito corpori innata corruptelæ necessitas. Altera quæ in animantibus inest maximè, totius sub- F stantiæ fluor est, qui ab innato calore efficitur. Quum enim fluat omnium animantium moles, nisi alia similis substantia pro ea, quæ defluit, introducatur, vniuersum corpus ita corrumpetur. Ergo quicquid siccioris substantiæ effluxit, cibo restituimus; quicquid verò humidioris, potione, ita aëreæ, igneæque substantiæ modum respirationibus,

rationibus, pulsúque arteriarum conseruamus. Siquidem non eodem modo vniuersum corpus à calidis, aut frigidis afficitur; ob eámque causam quædam animantes aptos sibi ipsis humores habent; quædam non modò aptos, sed etiam, qui perniciem afferant. Cæterùm omnia aluntur similibus, tolluntur autem, & corrumpuntur à contrariis. Nihil tamen ex seipso, vt ex proprio calore corrumpitur. Contrà verò omnia augentur, roborantur, & bene valent, & vitam ducunt. At si quid præter naturam corporibus accidat, primùm humores propter humiditatem corrumpit, temporis verò progressu id pinguedinem, & carnem attingit. Quamobrem videmus sæpe numero sanguinem biliosum redditum corruptela quadam absurda vsque adeò, vt totus corporis color porri colorem imitetur. Quin etiam sine mortiferis medicamentis cernitur corpus ad humorum corruptelam peruenire, quæ similis est ei, quam venena afferunt. Quandoque etiam color propter humorum conuersionem immutatur, vt totum corpus arquatum sit, interdum plumbi colorem referat, interdum sit magis fuscum, interdum nigrius, interdum verò etiam magis vergat ad * Quod mirabile non est. Perspicuum enim est, putredinem ab alieno calore proficisci, vt dictum est. Alienum calorem voco eum, qui foris aduenit, & neque est innatus, neque vnicuique rei aptus; siquidem innato est à natura tributum, vt concoquat, alieno, vt corrumpat. Calor enim extrinsecus sanguini aduenit, & in solis exustionibus, & in pestilenti statu. Sed & quando in aliqua parte corporis maior copia sanguinis coaceruata sit, & eius vires superet, corrumpitur, quemadmodum in tumoribus inguinum, & orientibus tuberculis, & inflammationibus, quum in paruis vasculis propter crassitudinem obstruitur, aut propter multitudinem impingitur. Quò sanè tempore sanguis duplici de causa corrumpitur, & quia non difflatur, & quia à natura non vincitur * Omnino mutatur, & commutatio in humorem melancholicum fit * * & ex humorum formis. * De que his dicta sunt, quæ dici par erat in libris de * sanguinis mutatione * * Conandum est de eis disserere, ita tamen, vt neque hoc loco longiores simus, neque veteribus contradicamus, qui summopere errauerunt, præter Aristotelem, qui quum cæteri fermè omnes hallucinati sint, rectè dixisse mihi videtur. * Omnes tamen concedunt, à suo, aut alieno calore id effici. Non tamen pari modo. Sed Empedocles * * Iis enim, qui sic affecti sunt, perniciem instare: siquidem eiusmodi affectus & alimenti indigentiam, & humorum corruptelam indicant, quod quidem non semper vsu venit. * * Illis tamen, vtpote qui multa absurda in iis, quæ ad medicinam pertinent, dixerint, hoc iam concedendum est, quòd neque medici sint, neque longo vsu exercitati; sed quòd Philosophi essent, & rerum causas peruestigarent. *

Qui sint spontanei, & non spontanei succi, & quot modis spontanea dicantur.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 20.

Spontanei ac minimè spontanei nobis quidem spontanei, causa verò minimè spontanei.

A πνοαῖς τε, καὶ σφυγμοῖς διασωζομένη. οὐ γὰρ ὡσαύτως ὑπὸ τῶν θερμῶν, ἢ ψυχρῶν ἅπαν τὸ σῶμα διατίθεται. καὶ διὰ τοῦτο ἔνια μὲν οἰκείους ἔχει χυμοὺς ἀλλήλοις ζῶα· ἔνια δέ, οὐ μόνον οἰκείους ἔχει, ἀλλὰ καὶ φθαρτικούς. τρέφεται δὲ πάντα πρὸς τῶν ὁμοίων. ἀναιρεῖται δέ, καὶ φθείρεται πρὸς τῶν ἐναντίων. οὐδὲν μέντοι αὐτὸ ἐξ ἑαυτοῦ, ὥς γε ἐκ τῆς οἰκείας θερμασίας φθείρεται· τοὐναντίον δ' ἅπαν αὐξάνεταί τε, καὶ ῥώννυται, καὶ ὑγιαίνει, καὶ ζῇ. εἰ δέ τι παρὰ φύσιν ἐγγίνηται τοῖς σώμασι, τοὺς μὲν χυμοὺς πρῶτον δι' ὑγρότητα διαφθείρει· τῷ χρόνῳ δέ, καὶ τῆς πιμελῆς ἅπτεται, καὶ τῆς σαρκός. καὶ διὰ τοῦτο, ὁρᾶται πολλάκις ἐκχολούμενον τὸ αἷμα

B κατά τινα διαφθορὰν ἀλλόκοτον· ὡς ὅλον τὸ τοῦ σώματος γίνεσθαι πρασοειδές, ἀλλὰ καὶ χωρὶς τῶν θανασίμων φαρμάκων, εἰς διαφθορὰν χυμῶν ἀφικνούμενον ὁρᾶται τὸ σῶμα, παραπλησίαν τῇ διὰ τῶν φαρμάκων γιγνομένῃ. ἐνίοτε δὲ τὸ χρῶμα ἐξαλλάττεται διὰ τὴν [illegible] χυμῶν, ὡς ἰκτερωθῆναι τὸ πᾶν. ἐνίοτε δὲ μολίβδῳ παραπλήσιον ἔχειν τὴν χρόαν· ἐνίοτε δὲ φαιοτέραν· ἐνίοτε δὲ μελαντέραν· ἐνίοτε δὲ καὶ πρὸς τὸ * οὐ θαυμαστόν. δῆλον γὰρ ὅτι, ἡ σῆψις ὑπὸ θερμότητος ἀλλοτρίας γίνεται, ὡς εἴρηται.

C λέγω δ' ἀλλοτρίαν, τὴν ἔξωθεν, οὐκ ἔμφυτον, οὐδὲ οἰκείαν ἑκάστου τῶν ὄντων. αὕτη μὲν πέφυκεν πέττειν, ἡ δὲ ἀλλοτρία διαφθείρειν. οὕτω δὲ ἔξωθεν θερμότης ἐπιγίνεται τοῖς χυμοῖς, μάλιστα δὲ τῷ αἵματι κατά τε τὰς ἐγκαύσεις, καὶ τὰς λοιμώδεις καταστάσεις. ἀλλὰ κἀπειδὰν ἔν τινι μορίῳ τοῦ ζώου τὸ αἷμα πλέον ἀθροισθέν, ὑπὲρ τὴν δύναμιν αὐτοῦ γίνηται, διαφθείρεται, ὡς κατὰ τοὺς βουβῶνας, καὶ τὰ φύματα, καὶ τὰς φλεγμονάς, ὅταν ἐμφραχθῇ διὰ πάχος ἐν τοῖς μικροῖς ἀγγείοις, ἢ σφηνωθῇ διὰ πλῆθος. καὶ τότε κατὰ διττὴν αἰτίαν φθείρεται τὸ αἷμα, τῷ τε μὴ διαπνεῖσθαι, καὶ τῷ μὴ

D κρατεῖσθαι πρὸς τῆς φύσεως. * * μεταβάλλει δήπου πάντως, καὶ ἡ μετάπτωσις εἰς τὸν μελαγχολικὸν χυμὸν γίνεται. * καὶ τοίνυν κατὰ τὰς τῶν χυμῶν ἰδέας * * περὶ τούτων εἴρηται τὰ εἰκότα ἐν τοῖς περὶ * * τῇ τοῦ * * αἵματος μεταβολῇ οὖν * πειρατέον ὑπὲρ αὐτῶν διελθεῖν, οὐδ' ἐνταῦθα μηκύνοντες, οὐδὲ ἀντιλέγοντες τοῖς παλαιοῖς, τοῖς μάλιστα ἐσφαλμένοις, πλὴν γὰρ Ἀριστοτέλη, ὅς μοι δοκεῖ ὀρθῶς εἰρηκέναι, ἄλλους σχεδὸν πάντας ἔστιν ἐσφαλ. * * συγχωροῦσι

E μὲν πάντες, ἀπὸ τῆς οἰκείας, ἢ ἀλλοτρίας θερμότητος γίγνεσθαι, οὐχ ὁμοίως δέ· ἀλλ' ὁ μὲν Ἐμπεδοκλῆς * * * * τοῖς γὰρ οὕτω διακειμένοις φησίν, ὀλεθρίως ἔχειν αὐτούς, ὅτι τοιαῦτα τὰ πάθη ἐνδείκνυται ἔνδειαν τροφῆς, καὶ διαφθορὰν χυμῶν. ὅπερ οὐκ ἀεὶ συμβαίνει. * * * καὶ μὲν ἀλλὰ συγχωρητέον ἤδη αὐτοῖς πολλὰ κατὰ τὴν ἰατρικὴν εἰρηκόσιν ἄτοπα, ὡς μήτε ἰατροῖς, μήτε ἐμπείροις· ὡς δὲ φιλοσόφοις, καὶ τὰς τῶν ὄντων αἰτίας ζη * * * *

F

Τίνες οἱ αὐτόματοί τε, καὶ οὐκ αὐτόματοι χυμοί· καὶ κατὰ πόσους τρόπους τὰ αὐτόματα λέγεται.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. κ'.

Αὐτόματοι, καὶ οὐκ αὐτόματοι· ἡμῖν μὲν αὐτόματοι, αἰτίῃ δὲ οὐκ αὐτόματοι.

Τὰ αὐτόματα λέγεταί ποτε, οὐ τὰ χωρὶς αἰτίας, ἀλλὰ χωρὶς τῆς ἐξ ἡμῶν αἰτίας. ὅταν γὰρ δόντων ἡμῶν χολαγωγὸν φάρμακον, τῆς χολῆς γίνηται κένωσις, οὐκ ἔτι αὐτὴν ὀνομάζειν αὐτόματον χρή. ἐνίοτε δὲ καὶ τὰ χωρὶς τῆς αἰτίας τῆς ἔξω, ἐνίοτε δὲ καὶ τὰ οἷον ἐξαίφνης οὐδενὸς συμπτώματος προηγησαμένου. νῦν δὲ ἄμεινον ἀκούειν τὰ αὐτόματα σημαίνειν τὰ χωρὶς τῆς αἰτίας, τῆς ἐξ ἡμῶν· ἵνα γνῶμεν, τοὺς χυμούς, ἢ αὐτομάτους εἶναι, ἢ μὴ αὐτομάτους, καὶ ὑπὸ τῆς φύσεως ἀγαθοὺς γινομένους. ὃ χρὴ μιμεῖσθαι τὸν ἰατρόν. τοῦτο γὰρ δῆλον. προστίθησι γάρ, ἡμῖν μὲν αὐτόματοι, ὅτι κατὰ φύσιν, καὶ ὑπὸ τῆς φύσεως γίνονται· αἰτίᾳ δ' οὐκ αὐτόματοι· διότι ὑπαρχούσης τῆς ἄλλης αἰτίας, οὐκ εἰσὶν αὐτόματοι. κατὰ μὲν οὖν τὴν ἔννοιαν ταύτην εἶπεν αὐτός, ὑπὸ διαρροίας ἐχομένῳ μακρῆς, ἀπὸ ταυτομάτου ἔμετος ἐπιγινόμενος, λύει τὴν νόσον. καὶ ἐν ἄλλοις, ὁκόσοι ἀπὸ ταυτομάτου αἷμα οὐρέουσιν. ἀλλὰ καὶ τὰς κενώσεις αὐτομάτους ἐκ τοῦ σώματος λέγομεν, ὅσαι χωρὶς τοῦ πρᾶξαί τι ἡμᾶς, γίγνονται. ὅταν ποτὲ συμβαίνει τῆς διοικούσης τὸ σῶμα φύσεως τὰ αὐτόματα ἐκκαθαιρούσης, ποτὲ δὲ δι' ἐρεθισμόν, ἢ τὸ μὴ στέγεσθαι πρὸς τῶν ἀγγείων. καὶ τότε δεῖ τὸν ἰατρὸν προσέχειν τὸν νοῦν, πότερον χρησιμεύουσιν, ἢ βλάπτουσιν, τουτέστι, πότερον, ὡς αὐτὸς φησίν, οἷα δεῖ καθαίρεσθαι, καθαίρονται. τότε γὰρ τὰ σώματα ὠφελεῖται, καὶ ἡ φύσις ἐκκενοῖ τὸ περιττόν. ὅτε δὲ λόγῳ συμπτώματος γίνεταί τι, οὔτε ὠφέλειά τις ἕπεται, τοιαύτη ἡ κένωσις σημεῖον τῆς κακῆς τοῦ ζώου διαθέσεώς ἐστι.

A Spontanea interdum dicuntur, non quæ sine causa, sed quæ sine causa à nobis proficiscente fiunt. Quum enim medicamentum bili ducendæ aptum damus, bilis fit euacuatio; nec eam tum spõtaneam nominare oportet; Interdum etiam quæ sine externa causa fiunt. Interdum verò quæ velut repentè, nullo casu præcedente. Nunc verò præstiterit accipere spontanea significare quæ fiunt sine causa, à nobis proficiscente; vt noscamus, humores spontaneos esse, vel non spontaneos, & à natura bonos effici, quam rem debet medicus imitari, id enim perspicuum est. Addit enim, nobis quidem spontanei, hoc est secundum naturam, & à B natura facti, *causæ verò non spontanei*: quia quum alia causa subest, non sunt spontanei. In hanc sententiam ipse dixit hęc, *quem diuturnus alui fluor vexauit, ei vomitus sponte superueniens, morbum soluit*. Et alio in loco, *quicunque sponte sanguinem mingunt*. Quin etiã, euacuationes è corpore fieri sponte dicimus, quæcunque fiunt, quum nos nihil molimur. Quod solet contingere, quum natura corpus gubernans expurgat ea, quæ sua sponte feruntur, interdum irritata, aut quòd illa à vasculis non cohibeantur. Quo sanè tempore aduertere medicus debet, an prosint, an ve noceant. Hoc est vtrum vt ipse ait, C qualia purgari oportet purgentur. Siquidem tunc corpora iuuantur, & natura id euacuat, quod superuacaneum est. Quum verò symptomatis ratione fit aliquid, neque vlla consequitur vtilitas, eiusmodi euacuatio est malæ constitutionis animantis indicium.

Απαντα χεδὸν αἴτια ἐνταῦθα ἐξηγεῖται.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. κα'.

Αἰτίη δ' αὖ, τὰ μὲν δῆλα, τὰ δ' ἄδηλα, καὶ τὰ μὲν δυνατά, τὰ δ' ἀδύνατα.

Τῆς τῶν κατὰ τὸ ζῶον συμβαινόντων ζητήσεως ὁ καρπὸς οὗτός ἐστι, τὸ τὰς αἰτίας τῶν δυσκρασιῶν εἰδότι, εἰς τὸ κατὰ φύσιν ἐπανάγειν αὐτάς. πῶς δέ τις διαγνωστικός τε, καὶ ἰατρὸς τῶν νοσημάτων ἔσται, ἀγνοῶν ὅλως αὐτά, τίνα τέ ἐστι, καὶ πόσα, καὶ ποῖα, ἡμεῖς δὲ συγχωρήσαντες γένη πλείω τῶν αἰτιῶν ὑπάρχειν, τινὰ προθήσομεν νῦν. πρῶτον μὲν καὶ μάλιστα, δι' ὃ γίνεταί τι· δεύτερον δι' οὗ γάρ· καὶ τρίτον, ἐξ οὗ· καὶ τέταρτον, δι' οὗ· καὶ πέμπτον, τὸ καθ' ὅ. τρία γάρ ἐστι τὰ σύμπαντα γένη τῶν παρὰ φύσιν, ἓν μέν, αἱ διαθέσεις αἱ βλάπτουσαι τὴν ἐνέργειαν· ἕτερον δέ, τὰ τούτων αἴτια· καὶ τρίτον τὰ συμπτώματα. τὰ μὲν οὖν αἴτια κυριώτατα μέν, ὅταν ἐνεργῶσι, οὕτως ὀνομάζεται. λέγεται μέντοι γε πολλάκις, εἰ καὶ μηδέπω μηδὲν ἐνεργεῖ, κατ' αὐτὸ τὸ δύνασθαι μόνον, οἷον καὶ ἀπεψίαι νόσων αἰτίαι λέγονται, κἂν μηδέπω τις νοσάζῃ. διὸ τῶν αἰτίων τὸ μὲν ἐστὶ προκαταρκτικόν, τὸ δὲ συνεκτικόν, τὸ δὲ προηγούμενον. ὡς προκαταρκτικὸν μὲν εἶναι, ὃ ποιῆσαν τὸ ἀποτέλεσμα, κεχώρισται. συνεκτικὸν δέ, ὃ παρὸν φυλάττει τὴν παροῦσαν νόσον. αἰρούμενον δέ, συναναιρεῖ. προηγούμενον δὲ αἴτιόν ἐστι, τὸ ὑπὸ τοῦ προκαταρκτικοῦ κατασκευάζεταί πως. οὗ παρόντος, πάρεστι τὸ ἀποτέλεσμα, καὶ αὐξομένου αὔξεται καὶ μειουμένου, μειοῦται· καὶ αἰρουμένου αἴρεται. εὑρίσκεται δὲ καὶ ἄλλα γένη πολλά, ὡς τὸ αὐτοτελές, τό τε συναίτιον, καὶ τὸ συνεργόν· ὥσπερ καὶ τὰ πρόδηλα, καὶ μὴ πρόδηλα αἴτια. λέγουσι μὲν αὐτοτελὲς εἶναι, τὸ αὐτὸ καθ' αὑτὸ ποιοῦν τὸ τέλος. συναίτιον δέ, ὃ κατὰ τὴν ἰδίαν αὐτοῦ δύναμιν οὐχ οἷόν τέ ἐστι ποιῆσαι τὸ ἀποτέλεσμα·

Causæ propè omnes hic explicantur.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 21.

Causæ rursus aliæ manifestæ, aliæ abditæ, & aliæ possibiles, aliæ impossibiles.

D Fructus quæstionis eorum quæ animali accidunt, est vt qui causas intemperierum norit, eas ad naturalem statum reducat, quomodo autem noscet, curabitque morbos is, qui & qui, & quales, & quanti sint ignorabit? Nos autem vt multa esse genera causarum concedamus quasdam in præsentia afferemus; primùm quidem, & præcipuè illam, propter quam fit aliquid; secundò à qua fit; tertio, ex quo; quarto, per quod; quinto, quale fit. Eorum enim quæ præter naturam sunt, tria sunt vniuersa genera; vnum affectiones quæ actionem lædunt, alterum earum causæ, tertium E symptomata. Causæ autem quum agunt, hoc potissimum vocabulo gaudent. Sed sæpe etiam sic vocantur, licet nondum quicquam agant, sed quod solùm possint; veluti cruditates morborum causæ dicuntur, quamuis nemo adhuc ægrotet. Quocirca causarum alia est procatarctica, alia continens, alia antecedens, vt procatarctica sit, quæ opere perfecto separatur. Continens quæ præsens morbum præsentem conseruat, sublata tollit. Antecedens causa est, quæ à procatarctica quodam modo fit, qua præsente effectus ipse adest; & illa adaucta, adaugetur; & diminuta, di- F minuitur, & sublata tollitur. Multa quoque alia genera causarum inueniuntur vt per se finiens, concausa, & causa adiuuans, sicut etiam sunt, & manifestæ, & obscuræ. Volunt autem causam per se finientem esse, quæ ipsa per se finem afferat; Concausam verò, quæ suaptè vi opus efficere non possit, quum alia coniuncta possit; causam

causam adiuuantem esse, quæ efficiat illa quidem opus, sed ægrè. Proinde aliquid ab ipsa assumi ad id, quod vult, faciliùs efficiendum. Causæ autem manifestæ appellantur, quæ ipsæ ex se, quum agunt, & faciunt quid, in sensum cadunt. Non manifestæ verò, quæ non ex se, sed mediis intercedentibus percipiuntur. Sicut abditæ vocantur, quæ neque ex se ipsis, neque ex aliis sentiuntur. Eæque aut semper abditæ sunt, aut ad tempus quas esse dicimus, quæ aliquando absunt, rursus verò cadere sub sensum possunt; sicut in libro de causis procatarcticis ostensum est. Causarum habenda omninò cognitio est, siquidem nihil sine causa efficitur. Hæcque est communis ferè omnium philosophorum consensio. Non tamen conandum est, rerum omnium afferre causam, primùm quia ad rerum notiones atque vsus, hoc non est sæpe necessarium, deinde quia multa sunt in rerum natura, quæ suapte natura quibusdam principiis similia sunt, vt causæ rationem non admittant. Præterea nonnunquam falluntur, quum incognita, & quæ causæ non sunt, sumentes, se causam afferre arbitrantur. Non est igitur attendendus sermo eorum, qui rerum omnium causam putant esse afferendam. Tunc enim quærenda rerum causa est, quum id, quod de ipsis dicitur, aut notius aut credibilius est futurum. Hoc tamen semper seruandum censemus, ab iis, qui veritatis studio ducuntur, nihil vt occultent eorum, quæ euidenter apparent, etiam si causæ rationem maximè controuersam habeant. Quamobrem quum in aliis rebus omnibus Hippocrates ornandus est laudibus, tum vel maximè in his, de quibus nunc disserimus. Censet enim vsque eo progredi medicum oportere, quousque peruenire ipsius ars potest, vt sæpenumero ad probabilitatem vsque perueniat, & res, quòd inter se natura sunt similes, & ob id minùs aduertuntur, ostendat, deinde eis nomina imponat, potissimùm verò si possit, quæ sint vsitatissima; sin hæc ignoret, apta fingat. Ante omnia verò, singulis rebus singula nomina imponat, ne in sermone ex homonymia obscuritas oriatur, néve res vlla omittatur. Quum verò hæc ita se habeant, series quædam causarum se deinceps excipientium, sæpe existit. Sed in eiusmodi nisi quis distinguat eam quæ per se facit, ab ea quæ ex accidenti dicitur, plurimi, absurdissimique errores in disputationibus orientur. Significat autem per se idem, quod primùm; ex accidenti, idem quod secundo loco. Quemadmodum morbus est quædam præter naturam affectio, quæ actionem lædit. Accidit autem, vt alia affectio, quæ ipsa quoque præter naturam est, morbum præcedat. Hæc tamen non sui ratione lædit actionem, sed morbo intercedente, hanc autem affectionem non morbum, sed causam, quæ morbum præcedit, appellabis, quum neque per se, neque primùm, sed ex accidenti, & secundo loco læditur actio. Atque ita non iam quicquid præter naturam sit in corpore, morbus statim erit appellandus; sed id denique quod primò actionem lædit. Quod verò hunc antecedit, causa nominanda est. Causæ igitur ratione quædam manifesta, quædam abdita sunt; quædam fieri possunt, quædam non possunt, vt quædam à tali causa fieri possint, quædam non possint, id quod pro potestate causæ, & prout apta sit res, quæ facienda sit, accipiendum est.

A σὺν ἑτέρῳ δὲ δύναται. συνεργὸν δέ ἐστιν αἴτιον, ὃ ποιεῖ μὲν τὸ ἀποτέλεσμα, δυσχερῶς δέ. διό τι συλλαμβάνει πρὸς τὸ ῥᾷον αὐτὸ ἀποτελεῖν. αἴτια δὲ πρόδηλα προσαγορεύεται, ὅσα ἐξ ἑαυτῶν ποιοῦντά τε, καὶ ἐνεργοῦντα αἰσθάνεται. οὐ πρόδηλα δὲ, ὅσα οὐκ ἐξ ἑαυτῶν, ἀλλὰ διὰ σημείων καταλαμβάνεται· καθάπερ ἄδηλα καλεῖται, ὅσα οὔτε ἐξ ἑαυτῶν, οὔτε ἐκ τῶν ἄλλων εἰς τὴν αἴσθησιν πίπτει. ταῦτα μὲν ἢ ἄδηλα ἀεί ἐστιν, ἢ πρὸς καιρὸν ἅπερ εἶναί φαμεν τὰ μέχρι μέν τινος ἀπόντα, αὖθις δὲ ὑπὸ τὴν αἴσθησιν ἐλθεῖν δύναται· ὡς ἐν τῷ περὶ τῶν προκαταρκτικῶν αἰτιῶν ὑπομνήματι δέδεικται. B εἰδέναι δὲ δεῖ πάντως τὰ αἴτια, εἴπερ μηδὲν ἀναιτίως γίνεται. καὶ τοῦτ᾽ ἔστιν ἁπάντων σχεδὸν τῶν φιλοσόφων ὁμολόγημα κοινόν. οὐ μὴν, ἀλλὰ πειρατέον ἐστὶ, τὸ τῶν ἁπάντων αἰτίαν ἀποδοῦναι. πρῶτον μὲν, ὅτι πρὸς τὰς τῶν πραγμάτων ἐννοίας, καὶ πρὸς τὰς χρείας, οὐ πολλάκις τὸ τοιοῦτον ἀναγκαῖόν ἐστιν· ἔπειθ᾽ ὅτι πολλὰ τῶν ὄντων, τρόπον τινὰ ἀρχαῖς ἴσοις ἔοικε κατὰ φύσιν, ὥστε μὴ παραδέχεσθαι τὸν ὑπὲρ αἰτιῶν λόγον. πρὸς δὲ τούτοις διαμαρτάνουσιν ἐνίοτε, ὅτι τὰ ἀγνοούμενα, καὶ τὰ μὴ αἴτια λαμβάνοντες, οἴονται λέγειν τὴν αἰτίαν. οὐ γοῦν δεῖ προσέχειν τὸν νοῦν τοῖς πάντων οἰομένοις δεῖν λέγειν τὴν αἰτίαν. C τότε γὰρ δεῖ τῶν ὄντων αἰτίαν ζητεῖν, ὅτ᾽ ἂν μέλλῃ περὶ τούτων γνωριμώτερον, ἢ πιστότερον γίνεσθαι τὸ λεγόμενον. ἀεὶ μέντοι διαφυλάττειν ἀξιοῦμεν τοῦτο, οἷς γε ἀλήθεια σπουδάζηται, τὸ μηδὲν ἀποκρύπτεσθαι τῶν ἐναργῶς φαινομένων, μηδ᾽ ἂν ὅτι μάλιστα τὸν τῆς αἰτίας λογισμὸν ἀπορώτατον ἔχῃ. τοῦτ᾽ ἐπαινεῖν Ἱπποκράτην ἄξιον, ἔν τε τοῖς ἄλλοις ἅπασι, καὶ ἐν τοῖς περὶ τούτων, περὶ ὧν νῦν διαλεγόμεθα λόγοις, οὐχ ἥκιστα. μέχρι γὰρ τοῦ προέρχεσθαι τὸν ἰατρὸν ἀξιοῖ, ὅσον περ ἡ τέχνη αὐτοῦ δύναται, ὡς πολλάκις μέχρι τοῦ πιθανοῦ ἐλθεῖν, ἐπιδεικνύναι τε τὰ παραπλήσια D ταῖς ἀλλήλων φύσεσι πράγματα, καὶ διὰ τοῦτο παρορώμενα, κἄπειτα τίθεσθαι κατὰ τούτων τὰ ὀνόματα, μάλιστα μὲν εἰ οἷός τε εἴη, τὰ συνηθέστατα. εἰ δ᾽ ἀγνοοίη ταῦτα, ποιεῖν ἴδια. πρὸ πάντων δὲ, καθ᾽ ἑκάστου πράγματος ἓν ὄνομα· ἵνα μήτε παρὰ τὴν ὁμωνυμίαν ἀσάφειά τις γίνηται, μήτε παραλείπηταί τι πρᾶγμα. τούτων οὕτως ἐχόντων, ἐνδέχεταί τινα σειρὰν αἰτιῶν γενέσθαι, πολλάκις ἀλλήλας διαδεχομένων. ἀλλ᾽ ἐν τοῖς τοιούτοις, εἰ μή τις διορίζοιτο τοῦ κατὰ συμβεβηκὸς ποιεῖν λεγομένου τὸ καθ᾽ ἑαυτὸ, πάμπολλα, καὶ ἄτοπα συμπεσεῖται τοῖς λόγοις ἁμαρτήματα. σημαίνει δὲ ταὐτὸν E τὸ καθ᾽ ἑαυτὸ, τῷ πρώτως· τὸ δὲ κατὰ συμβεβηκὸς, τῷ δευτέρως. ὥσπερ ἐστὶ τὸ νόσημα διάθεσίς τις ἐστὶ παρὰ φύσιν, τὴν ἐνέργειαν βλάπτουσα, ἐνδέχεται δὲ προηγεῖσθαι τῆς νόσου διάθεσιν ἑτέραν τινὰ, καὶ αὐτὴν παρὰ φύσιν, οὐ μὴν κατά γε τὸν ἑαυτῆς λόγον βλάπτουσαν τὴν ἐνέργειαν, ἀλλὰ διὰ μέσου τοῦ νοσήματος, τὴν τοιαύτην διάθεσιν οὐ νόσημα καλέσεις, ἀλλὰ προηγουμένην τοῦ νοσήματος αἰτίαν. οὔτε γὰρ καθ᾽ ἑαυτὴν, οὔτε πρώτως, ἀλλὰ κατὰ συμβεβηκός τε, καὶ δευτέρως βλάπτεται ἡ ἐνέργεια. καὶ οὕτως οὐ πᾶν ὅτι περ ἂν ᾖ παρὰ φύσιν ἐν τῷ σώματι, νόσημα εὐθὺς ἔσται κλητέον, F ἀλλὰ τὸ πρώτως βλάπτον τὴν ἐνέργειαν· τὸ δὲ τούτου προηγούμενον, αἴτιον. κατὰ μὲν οὖν τὴν αἰτίαν τὰ μὲν δῆλα, τὰ δὲ ἄδηλα· καὶ τὰ μὲν δυνατὰ, τὰ δὲ ἀδύνατα· ὡς τὰ μὲν οἷά τε εἶναι γίνεσθαι ὑπὸ τοιαύτης αἰτίας· τὰ δὲ, οὔ. καὶ τοῦτό γε κατὰ τὴν δύναμιν τῆς αἰτίας, καὶ τὴν ἐπιτηδειότητα τοῦ γενησομένου πράγματος.

A

Ἡ τῆς φύσεως θαυμασιότης τε, καὶ ἀρεταί, καὶ δυνάμεις.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. κβʹ.

Φύσις ἐξαρκεῖ πάντα πᾶσιν.

Πάντες, ὀλίγου δεῖν, τὴν φύσιν, ὡς τεχνικὴν ὑμνοῦσι, καὶ οἱ ἀπὸ τοῦ περιπάτου, καὶ οἱ κατὰ Ἱπποκράτην. οἱ δὲ περὶ τὸν Ἐρασίστρατον οὐκ ἀεὶ τοῦτο λέγουσιν, αὐτὸν μέντοι τὸν ἡγεμόνα θαυμάζουσιν, ὡς θεόν, καὶ πάντα ἀληθεύειν νομίζουσι. εἰ δ᾽ οὕτως ἔχει τὸ πρᾶγμα, πάμπολυ δήπου τῆς ἀληθείας ἐσφάλθαι χρὴ νομίζειν τοὺς ἐκ τοῦ περιπάτου φιλοσόφους, οἷς μηδέν, ὧν (B) Ἐρασίστρατος ὑπελάμβανεν, ἀρέσκει. ἀλλ᾽ εἴπερ οἱ περιπατητικοὶ καλῶς ἐφυσιολόγησαν, ὡς πᾶσίν ἐστι δῆλον, οὐδὲν ἂν εἴη ληρωδέστερον Ἐρασιστράτου. λέγει γάρ, οὐδὲν ὀρθῶς ἐγνωκέναι περὶ φύσεως τοὺς περιπατητικούς· ὅπερ οὕτω ψευδές ἐστιν, ὡς εἴ τις ὁμιλήσειε τοῖς Ἀριστοτέλους, καὶ Θεοφράστου γράμμασιν, οἷον τοῦ Ἱπποκράτους αὐτὰ δόξει φυσιολογίας ὑπομνήματα συγκεῖσθαι. καὶ γὰρ τὸ θερμόν, καὶ τὸ ξηρόν, καὶ τὸ ὑγρὸν εἰς ἄλληλα δρῶντα, καὶ πάσχοντα, Ἱπποκράτης πρῶτος, δεύτερος δὲ Ἀριστοτέλης καλῶς εἶπεν. ἔτι δέ, τρέφεσθαι δι᾽ ὅλων αὐτῶν τὰ τρεφόμενα, καὶ κεράννυσθαι δι᾽ ὅλων τὰ κεραννύμενα, καὶ (C) ἀλλοιοῦσθαι δι᾽ ὅλων τὰ ἀλλοιούμενα, καὶ τὴν πέψιν, ἀλλοίωσίν τινα εἶναι, καὶ μεταβολὴν τοῦ τρέφοντος εἰς τὴν οἰκείαν τοῦ τρεφομένου ποιότητα, καὶ τὰ περὶ τῆς αἱματώσεως, καὶ θρέψεως, καὶ αὐξήσεως, καὶ ἄλλα πολλὰ δόγματα περί τε γενέσεως, καὶ φθορᾶς τῶν ζώων, καὶ ὑγείας, καὶ νόσου, Ἱπποκράτειά τε ἅμα ἐστί, καὶ Ἀριστοτέλεια. ἐκ δὲ τοσούτων, καὶ τοιούτων ἓν μόνον εὑρεθήσεται ταὐτὸν Ἐρασιστράτῳ κἀκείνοις τοῖς ἀνδράσι, τό, τινὸς ἕνεκα πάντα ποιεῖν τὴν φύσιν, καὶ μάτην οὐδέν. φησὶ μὲν γὰρ τοῦτο ἐνίοτε Ἐρασίστρατος, οὐ φυλάττει δέ· ἀλλὰ μυριάκις διαφθείρει. καὶ γὰρ κατὰ τὸν Ἐρασί- (D) στρατον ὁ σπλὴν μάτην ἐγένετο, μάτην δὲ τὸ ἐπίπλοον, μάτην δὲ ἄλλα μυρία. διὰ ταῦτα μὲν ἔξεστιν ἰδεῖν, ὡς ἐκεῖνοι μὲν οὐδὲ ψευδεῖς, οὔτε ἀπεραίτους ἔγραψαν λόγους· τὰ δ᾽ Ἐρασιστράτεια βιβλία παμπόλλους ἔχει τοὺς τοιούτους. γελοῖον δέ, καὶ ἄριστα κατεσκευασμένης τῆς νεώς, ἢ τῆς οἰκίας, ἢ τῆς κλίνης, ἀγνώστου δὲ ὄντος τοῦ κατασκευάσαντος, νομίζειν ἄνευ τῆς τέχνης, καὶ μάτην γεγονέναι τὰ τοιαῦτα· ἢ κατὰ τύχην διακρινόντων ἁπάντων, καὶ τὴν μὲν πολλάκις ἁμαρτάνειν τοῦ σκοποῦ, τὴν δὲ ἐπιτυγχάνειν ὀλιγάκις· ἀχρείαν δέ, καὶ μὴ τεχνικὴν ἡγεῖσθαι τὴν τῆς τοῦ σώματος ἡμῶν κατα- (E) σκευῆς αἰτίαν εἶναι, φυλάττοντα τὴν ὁμοιότητα τῆς κρίσεως ἐπὶ τῶν ὁρατῶν τεχνιτῶν, πρὸς τοὺς μὴ ὁρωμένους. τοῦτ᾽ οὖν εἴ τις αὐτὸς καθ᾽ ἑαυτὸν βουληθείη βασανίζειν ἐπὶ ζώου, μεγάλως μοι δοκεῖ καταγνώσεσθαι τῆς Ἀσκληπιάδου τε, καὶ τῶν ἄλλων πολλῶν προπετείας. εἰ δὲ καὶ αἰτίαν μάθοι, δι᾽ ἣν οὐδὲ μάτην γέγονε, καὶ πάντα ἐν τῷ σώματι πρὸς τὸ χρήσιμον ὑπάρχει πεισθῆναι γοῦν μοι δοκεῖ, καὶ διὰ τοῦδε τὴν εἰς τὰ ζῶα πρόνοιάν τε, καὶ τέχνην τῆς φύσεως. διὸ Ἱπποκράτης, ὡς ἂν πρῶτος ἐπιγνοὺς τὰ τῆς φύσεως ἔργα, θαυμάζει τε, καὶ διὰ παντὸς ὑμνεῖ ταύτην, ὡς καὶ δικαίαν ὀνομάζειν, καὶ μόνην ἐξαρκεῖν εἰς ἅπαντα (F) τοῖς ζώοις, καὶ αὐτὴν ἐξ αὐτῆς ἀδιδάκτως πράττουσαν ἅπαντα τὰ δέοντα. εἰ δ᾽ ἐθέλει τις τῆς φύσεως πρόνοιάν τε, καὶ σοφίαν γνῶναι ἀκριβῶς, τοῦτο μὲν εἰδέναι δυνήσεται, εἰ ἐπιβλέψειεν ἐν ταῖς ἀνατομαῖς, καὶ σκέψαιτο, πότερον πλημμελῶς, ἢ δικαίως, οὐκ ἴσα τοῖς μέρεσιν ἅπασι διένειμεν, ἀλλὰ τοῖς μὲν μείζω,

Naturæ admiratio, dotes & facultates.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 22.

Natura omnia omnibus sufficit.

Omnes ferè & Peripatetici, & qui Hippocratem auctorem habent, naturam, vt artificem ornāt laudibus. Erasistrati verò studiosi non id perpetuò cōfitentur. Illum quidem Principem admirantur, vt Deum, & omnibus in rebus verum esse existimant. Quod si ita sit, profectò multùm à veritate aberrauisse Philosophos Peripateticos putādum est, quibus nihil placet eorū, quæ Erasistratus censuit. Verùm si Peripatetici rectè in naturæ cōtemplatione sunt versati, vt perspicuum omnibus est, nihil erit Erasistrato magis ridiculum. Is enim ait, Peripateticos nihil de natura rectè statuisse. Quod ita falsū est, vt si quis in Aristotelis, ac Theophrasti libris sit versatus, is ceu commentarios Physiologiæ Hippocratis illos conscriptos esse, sit arbitraturus. Etenim calida, frigida, humida & sicca agere inter se, & pati princeps Hippocrates, secundus Aristoteles rectè affirmauit, nutriri quoque per se tota, quę nutriuntur, & quæ miscētur, omnia per se tota misceri; Pari modo quæ alterantur, per se tota alterari; Sicut illud quoq;, concoctionē alterationem quandam esse & mutationem eius quod alit, in propriā eius, quod alitur, qualitatem; Tum quæ de gignēdo sanguine, ac nutritione, déque incremento habentur, & item alia multa decreta ad ortum, & interitū animantium, & ad bonam valetudinem, morbúmque pertinentia, sunt Hippocratica simul, & Aristotelica. Ex tot, talibúsque sententiis vna sola reperitur, de qua Erasistratus cum illis viris consentiat; hoc est. Naturam alicuius rei causa facere omnia, ac nihil frustra. Idque interdum quidem ait Erasistratus non tamē idem tuetur, sed plus millies euertit; siquidem de Erasistrati sententia lien sine causa factus est, sic omentum, sic alia sexcenta. Quamobrem licet intueri, sermones ab illis mandatos literis neque falsos esse, neque parū concludentes, quum interim Erasistrati libri talium plenissimi comperiantur. Ridiculum autem est, quum optimè exædificatam nauim, aut domum, aut lecticam videas, licet artificem ignores, eam sine arte, & temerè, & fortuna factam existimare, quum interim artem rarò à fine sibi proposito aberrare; fortunā rarò eundem cōsequi, omnes statuant. Sic etiam absurdum est inutilem, & non artificem putare causam fabricæ corporis nostri, si modò similitudinem iudicij in artificibus, qui cernuntur, cum iis qui non videntur, seruare velimus. Hoc autem si quis ipse per se in animali velit expendere, is mihi Asclepiadis, & aliorum multorum temeritatem videtur magnopere damnaturus. Si verò causam discat, cur nihil frustra factum sit, & omnia in corpore ad vsum vergant, vel ex eo naturæ in animalibus, & prouidentiam, & artem credet. Quare Hippocrates, vt qui primus naturæ opera norit, hanc admiratur, ac perpetuò prædicat; vt & iustam nominet, & solam animalibus ad omnia sufficere dicat; & ipsam ex se sine doctore, quæ opus sunt, efficere. Si verò naturæ prouidentiam, ac sapientiam quispiam velit accuratè cognoscere, id poterit percipere, si in dissectionibus spectet & consideret, iustè ne, an secus suas portiones omnibus partibus distribuerit; sed aliis maiores, aliis minores, sit impertita: quantæ

A quantæ nimirum satis erant, æstimata accuratè cuiusque dignitate, alij maiorem, alij minorem portionem tribuit: vnicuique verò tantam dedit, quantam tribui erat æquissimum. Sic Hippocrates vocat medicum naturæ ministrum, eum inquam, qui revera medicus sit, non pharmacopolam quendam de triuio. Hic enim tantum abest, vt meritò naturæ minister appelletur, vt potius inimicus & aduersarius naturæ, atque ægrotantium nuncupari iure debeat. Perinde enim par est efficere medicum, vt naturam semper facere intuemur. Ipsa enim innumerabiles machinationes conseruandorum corporum causa adinuenit, quum quasdam partes circumuestierit, ac clauserit, ne quid exterius exuperet:
B quasdam perforarit, & dilatarit, canalésque induxerit, quibus modò alimentum, modò refrigerationem, spiritúmque traherent: simul etiam excrementa per alios crassa, per alios tenuia extruserit. Omnem profectò de vsu partium scriptionem huc imprudens transferam, si omnia naturæ opera deinceps recenseam. Haud igitur mirabile est, si ait, Naturam omninò sufficere: *natura* enim, vt ipse quodam in loco scribit,
C *sunt morborum medicæ*; propterea quod si natura ad animantis salutem molitur omnia, consentaneum etiam est, ab ipsa principe morbos curari, aut dum copiosum sudorem effundit, aut per vrinam, aut per aluum, aut per vomitum humores noxios excernit. Id autem sæpe fieri cernitur ab ea facultate, quæ corporibus inest, quæ ab ipsa gubernantur: quam Hippocrates naturam appellare consueuit. Hanc quidem & indoctam & non didicisse ait, sed tamen ea efficere, quæ oporteat: siquidem ipsa sine magistro nouit, motus voluntarios ab omnibus effici animantibus.
D Hæc autem effici, nos euidenter cernimus: quomodo autem fiant, hoc verò humanum ingenium superat: nec magis quicquam, quàm admirari, possumus intelligere. Ac natura omni tempore in animali admirabilia commenta machinatur. Etenim neminem præterit, quo tempore prægnans fœmina est, quomodo os vteri constrictum accurate, conglutinatúmque sit: sicut nemo etiam ignorat, quantum prouidentiæ adhibuerit, vt fœtus ad collum vteri, qua conuenit figura perueniret: & quum ipsum peruaderet, nullam partem sauciaret, aut læderet. Iam
E verò facultates, quæ in fœtu iam sunt, adeò adauget, vt non solùm alatur, sed etiam sapiat, intelligat, & omnia ferè dignoscat, atque agat: quod est naturæ non modò sapientiæ, sed etiam potestatis argumentum. Sed hoc non est satis. Nam quod omnium est maximè admirabile, ipsa effecit, nimirum ipsa à nemine docta, & quæ non didicit, animans quod nascitur omnium partium actiones docuit: siquidem non modò os, stomachum, & ventriculum alimenti instrumenta præparauit, sed statim docuit animal, quomodo eis vteretur: facultatem quandam sapien-
F tiæ ipsam à sese doctam animali ingenerans: cuius impulsu singula animalia ad actionem ducuntur, & alimentum sibi accommodatum exigunt, & cætera omnia deinceps faciunt, de quibus differere, est alterius disputationis.

A τοῖς δ' ἐλάττω, εἰς ὅσον αὖ ἤρκει τὸ κατὰ τὴν ἀξίαν, ἀκριβῶς ἐν ἑκάστῳ μετρήσασα, τὸ μὲν μεῖζον ἀπένειμε μέρος, τὸ δ' ἔλαττον· ἑκάστῳ δὲ τηλικοῦτον, ἡλίκον ἦν δοθῆναι δικαιότατον. οὕτω δὲ καὶ τὸν ἰατρὸν Ἱπποκράτης τῆς φύσεως ὑπηρέτην ὀνομάζει. λέγω δὲ τὸν ὄντως ἰατρὸν, οὐ φαρμακοπώλην τινὰ ἐκ τριόδου. ἔστι γὰρ τοσοῦτον ἀποδεῖ τοῦ φύσεως ὑπηρέτης δικαίως ὀνομάζεσθαι, ὥστε μᾶλλον ἐχθρὸν, καὶ πολέμιον τῆς φύσεως αὐτῆς, καὶ τῶν καμνόντων πρέπειν καλεῖν αὐτόν. οὕτω μὲν γὰρ δεῖ ποιεῖν τὸν ἰατρὸν, ὡς καὶ φύσιν ὁρῶμεν ἀεὶ ποιοῦσαν. ἀναριθμήτους γὰρ ἐκείνη μηχα-
B νὰς ἐξευρίσκει, ἕνεκα τοῦ διασώζεσθαι τὰ σώματα, τὰ μὲν ἀμφιεννῦσα, καὶ περιστέγουσα τῶν μορίων, ὡς μηδὲν ἔξωθεν πλεονάζειν· τὰ δὲ, διατιτρῶσα, καὶ ἀνευρύνουσα, καὶ ὀχετοὺς ἐντιθεῖσα· τοὺς μὲν, ὥστε ἕλκειν δι' αὐτῶν τὴν τροφὴν, τοὺς δὲ εἰς ἀνάψυξιν, καὶ ἀναπνοὴν ὀχετεύουσά τε τὰ περιττώματα, δι' ἄλλων μὲν τὰ παχέα, δι' ἄλλων δὲ τὰ λεπτά. λάθοιμ' ἂν ἐνταῦθα μεταφέρων ἅπασαν τὴν περὶ χρείας μορίων πραγματείαν, εἰ τὰ τῆς φύσεως ἔργα πάντα ἐξῆς καταλέγοιμι. οὐ γοῦν θαυμαστὸν, ὅτι φησὶ, τὴν φύσιν παν-
C τάπασιν ἐξαρκεῖν. καὶ γὰρ αἱ φύσιες, ὡς αὐτός που γράφει, τῶν νόσων εἰσὶν ἰατροί. εἰ μὲν ἐπὶ σωτηρίᾳ τοῦ ζώου πάντα πράττει, εὔλογόν ἐστι καὶ τοῦτο, τὰς νόσους ἐκείνην πρώτην ἰᾶσθαι, ἢ πολλοὺς ἱδρῶτας χεάσασαν, ἢ δι' οὔρων, ἢ διὰ γαστρὸς, ἢ δι' ἐμέτων κενώσασαν τοὺς λυποῦντας χυμούς. καὶ τοῦτο πολλάκις ὁρᾶται συμβαίνειν ἀπὸ τῆς δυνάμεως ἐνοικούσης τοῖς σώμασιν αὐτοῖς τοῖς διοικουμένοις ὑπ' αὐτῆς, ἣν φύσιν εἴωθε καλεῖν Ἱπποκράτης. ταύτην τὴν φύσιν εἶναι ἀπαίδευτόν τε, καὶ οὐ μαθοῦσαν, ἀλλὰ τὰ δέοντα ποιεῖν. ἐπεὶ τὰς κινήσεις τὰς προαιρετικὰς ὑπὸ πάν-
D των γίνεσθαι τῶν ζώων ἀδιδάκτως εἶδεν. καὶ ταῦτα μὲν γίνεσθαι, ἐναργῶς ὁρῶμεν· ὅπως δὲ γίνεται, μεῖζον, ἢ καθ' ἡμᾶς· καὶ πλέον τοῦ θαυμάζειν, οὐδὲν ἴσμεν. ἀλλ' ἡ φύσις περὶ τὸ ζῶον κατὰ πάντα χρόνον μηχανᾶται περιττὰ σοφίσματα. καὶ γὰρ περὶ τοῦ στόματος τῶν μητρῶν ὅπως ἀκριβῶς ἔσφιγκται, καὶ κεκόλληται κατὰ τὸν τῆς κυήσεως χρόνον, οὐδεὶς ἀγνοεῖ· ὡς οὐδὲ ὅπως ἐν δέοντι σχήματι τῷ τῆς μήτρας αὐχένι πελάζοι· καὶ ὅπως διεξέρχοιτο χωρὶς τοῦ πληγῆναί τι μέλος, ἢ βλάπτειν, οὐ σμικρὰν ἐποιήσατο πρόνοιαν. τοῦ δὲ κυουμένου ζώου, τὰς δυνάμεις ἐνυπαρχού-
E σας ἤδη, τοσοῦτον αὐξάνει, ὡς μὴ μόνον τρέφεσθαι, ἀλλὰ καὶ φρονεῖν, καὶ διανοεῖσθαι, καὶ πάντα ὀλίγου δεῖν, διαγνῶναί τε, καὶ ἐνεργεῖν. ὅπερ τεκμήριόν ἐστιν, οὐ τῆς σοφίας μόνον αὐτῆς, ἀλλὰ καὶ τῆς δυνάμεως. ἀλλὰ τοῦτο οὐκ αὔταρκες. ὃ γὰρ ἁπάντων θαυμαστότατον μέγιστον ἐμηχανήσατο, τὸ διδάξαι τὸ γεννώμενον ἁπάντων τῶν μορίων τὰς ἐνεργείας, οὔσης αὐτῆς ἀδιδάκτου τε, καὶ οὐ μαθούσης. οὐ γὰρ στόμα μόνον, καὶ στόμαχον, καὶ γαστέρα τροφῆς ὄργανα παρεσκεύασεν, ἀλλ' εὐθὺς ὅπως χρήσαιτο τούτοις, ἐπιστάμενον ἐγέννησε τὸ
F ζῶον, αὐτοδίδακτόν τινα σοφίας δύναμιν ἐνθεῖσα· καθ' ἣν ἕκαστον τῶν ζώων ἐπὶ τὴν ἐνέργειαν τρέπεται, καὶ τὴν οἰκείαν τροφὴν ἀπαιτεῖ· καὶ τἄλλα ἐφεξῆς πάντα, περὶ ὧν ἑτέρου λόγου διέρχεσθαι.

Τὰ τῶν ἰατρευόντων ἐπὶ τῶν ἔξωθεν ἐπιτιθεμένων πλημμελήματα ἐνταῦθα ἐνδείκνυται.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ κγ΄.

Ἐς δὲ ταύτην, ἔξωθεν μὲν κατάπλασμα, κατάχρισμα, ἄλειμμα, γυμνότης καὶ σκέπη ὅλου, καὶ μέρεος, θέρμη, καὶ ψῦξις κατὰ τὸν αὐτὸν λόγον καὶ στύψις, καὶ ἕλκωσις, καὶ δηγμὸς, καὶ λίπασμα.

Τῆς προγνώσεως, οὐ σμικρᾶς μοίρας οὔσης τῆς ἰατρικῆς, καὶ ὠφελιμωτάτης, δείκνυσι νῦν ὁ παλαιὸς, κατὰ πόσους τρόπους ἁμαρτάνουσι κατ᾽ αὐτὴν οἱ ἰατροί. πλὴν γὰρ τοῦ πολλὰς εἶναι παρὰ τῆς φύσεως αἰτίας, δι᾽ ἃς πολλάκις ἡ πρόγνωσίς τε, καὶ πρόρρησις ἐξαλλάττει· πολλὰ δὲ καὶ ἔστιν ἰδεῖν τὰ τῶν ἰατρευόντων πλημμελήματα, καὶ τὰ τῶν καμνόντων ἁμαρτήματα ἐς φύσιν πάντα διοικοῦσαν, ὡς ἐπὶ τὸ πολὺ, καλῶς. εἰσὶ μὲν τινες ἡγούμενοι σφᾶς αὐτοὺς μὴ εἶναι ἰατροὺς, εἰ μὴ ἕκαστος αὐτῶν εἰσελθὼν, περὶ τὸν ἄρρωστον, εἶτα περιζωσάμενος, ἢ καταπλάσειεν, ἢ καταιονήσειεν, ἢ κλύσειεν, ἢ φλεβοτομήσειεν, ἢ σικυάσειεν, ἢ τρίψειεν, ἤ τι τοιοῦτον ἕτερον ἐργάσαιτο· ὡς μηδὲν αὐτῷ πεπρᾶχθαι τεχνικὸν, εἰ τούτων τι παραλείπῃ. σημαίνει γὰρ νῦν Ἱπποκράτης, ὅτι ὁποσάκις ἂν οὗτοι εἰσέλθωσι πρὸς τὸν νοσοῦντα, ταῦτα μὴ κατὰ καιρὸν ποιοῦντες, τοσαυτάκις ἁμαρτάνουσι. πῶς οὖν δύνανται προγινώσκειν, ἢ προειπεῖν τι ἀληθὲς, τοσούτων ἐν τῷ μεταξὺ πλημμεληθέντων καὶ τὴν φύσιν, ὡς εἰπεῖν, ἀμυνάντων; δεῖ γοῦν τὸν ἰατρεύειν βουλόμενον, ποιεῖν τὰ δέοντα, καὶ ἐᾶν τὰ περιττὰ, καὶ τὰ ἄκαιρα, καὶ βλαβερὰ ἀφιέναι· δεύτερον δὲ, καὶ ὁ νοσῶν εὐπειθὴς ἔστω τὰ πάντα, καὶ μηδὲν ὑπὸ ἀκολασίας ἁμαρτανέτω· καὶ τρίτον, οἱ παρόντες αὐτῷ, μηδὲν πλημμελείτωσαν, ὡς ἤτοι θυμὸν ἀγείρειν, ἐφ᾽ οἷς ἁμαρτάνουσιν· ἢ λύπην, ἐφ᾽ οἷς ἀκαίρως ἀγγέλλουσιν· ἢ βλάβην, ἐφ᾽ οἷς ἐλλιπῶς παρασκευάζουσιν. ἐὰν μὲν οὖν μήθ᾽ ὁ ἰατρὸς ἁμαρτάνῃ τι, μήθ᾽ ὁ κάμνων, μήτε τῶν ὑπηρετουμένων μηδεὶς, ἀλλὰ μήτε τῶν ἔξωθέν τι πλημμεληθείη, ἀληθὴς ἔσται σοι πρόγνωσίς τε, καὶ πρόρρησις, καὶ τῇ φύσει ἐμπόδιον οὐ γενήσεται. γινομένου δέ τινος ἁμαρτήματος, ἐπισκεπτέον αὐτοῦ τὸ μέγεθος. μάλιστα δὲ τεχνικὸν ὑπάρχειν χρὴ περὶ δίαιταν. οὗτος γὰρ μόνος ἐξεταστικὸς, καὶ διαγνωστικός ἐστι τῆς τῶν ἁμαρτανομένων δυνάμεως καὶ μόνος δύναται γνῶναι τῆς βλάβης τὸ μέγεθος. ἴσμεν γὰρ ὅτι τὰ μὲν ἀκίνδυνα τελέως νοσήματα χρονίζειν εἴωθεν ἐπὶ τοῖς ἁμαρτήμασι· καὶ τὰ περιεστικὰ, οὐ μὴν ἄνευ κινδυνωδῶν συμπτωμάτων, ὀλέθρια γίνεται. ἀλλὰ καὶ τὰ τελέως ἀκίνδυνα, πολλῶν, καὶ μεγάλων ἁμαρτημάτων ἐφεξῆς γινομένων, μεταπίπτει εἰς τὴν τῶν ὀλεθρίων φύσιν. καὶ οὐδὲν θαυμαστὸν, ὅταν καὶ τοῖς ὑγιαίνουσι τὰ μεγάλα τῶν ἁμαρτημάτων, αἴτια τῶν νοσημάτων ὀλεθρίων γίνεται. δεῖ τοίνυν ἐπιμελῶς μὲν εἶναι θεραπευτικὸν, καὶ προγνωστικὸν τὸν ἰατρὸν, ἀκριβῶς δὲ καὶ τῆς βλάβης μεγέθους διαγνωστικόν. οὕτω μὲν γὰρ εἴ τι ἔξωθεν ἐμπίπτοι, ἢ ὁ κάμνων ἁμαρτάνοι, ἢ καὶ παρόντες μὴ τὰ δέοντα ποιήσωσι, ταῦτα αὐτὸς κατορθώσει, εἰ δυνήσεται, καὶ μεταθήσει τὴν πρόρρησιν. καὶ τὴν ἀρχὴν, αὐτὸς οὐχ ἁμαρτάνει, οὔτε κατὰ τὴν τῶν καταπλασμάτων πρόσθεσιν, οὔτε ἐν τοῖς καταχρίσμασιν, ἢ ἀλείμμασιν, ἢ ἐν τῷ γυμνῶσαι τὰ τοῦ σώματος μόρια, οὔτε ἐν τῷ θερμαίνειν, ἢ τὴν ψύξιν ἐμποιεῖν ἀκαίρως.

Errores medentium hic notantur in rebus externis admouendis.

TEXTVS HIPPOCRATIS 23.

Ad hanc verò extrinsecus quidem cataplasma, linimentum, inunctio, nuditas, & tegumentum totius, ac partis, calor, & frigus eadem ratione, & adstrictio, & vlceratio, morsus, & res pinguefaciens.

Quum prænotio non exigua sit medicinæ pars, maximéque vtilis censeatur, docet hoc loco senex, quot modis medici in præsagiendi ratione delinquant. Præter enim quàm quod multæ à natura causæ afferuntur, quæ faciunt, vt præsagium, prædictióque sæpe varientur: profectò multa etiã medicorũ peccata, & ægrorũ errata in naturã, omnia plerunque rectè gubernantẽ, licet intueri. Etenim quidam sunt, qui ne se medicos quidem arbitrantur, nisi quisque ipsorum ad ægrotum ingressus, se succingat, deinde vel cataplasma imponat, vel perfundat, vel clysterem indat, vel venam incidat, vel cucurbitulas admoueat, vel fricet, vel tale quid piã faciat. Ac si quid horum ab ipso prætermissum sit, nihil ex arte factum videatur. Hippocrates autem nobis indicat, quoties huiusmodi homines ad ægrotum accedunt, hæcque non in tempore faciunt, toties errare. Quomodo igitur possunt, aut præsagire, aut verũ prædicere, quum tanta errata, & quæ naturæ, vt ita dicã, repugnent, intercedant? quamobrem qui vult medicinam facere, debet facere quæ oportet, & superuacanea, importuna, & noxia omittere. Deinde verò etiam ægrotus in rebus omnibus sit facilis ad parendum: neque quicquam per intemperantiã delinquat. Denique qui assident, nihil peccent, vt neque iracundiam ægro concitent, quum aliqua in re peccant: aut dolorem afferãt, quum quid importunè nunciant, aut damno afficiant, quum quid diminutè præparant. Si autem neque medicus, neque ęgrotus, neque quisquam eorum, qui eidem assident, delinquat, neque quicquam errati committatur in iis, quæ extrinsecus adueniunt, verũ erit pręsagium, veráque prædictio: & naturæ nullum impedimentum affe-retur. Quum autem erratũ aliquod commissum sit quantum id sit, expendẽdum erit. Maximè autem in victus ratione instituẽda artificem esse oportet. Hic enim solus errorũ vim disquirit, & pernoscit: & solus noxæ magnitudinem habere perspectam potest. Scimus enim morbos, qui prorsus periculo vacant, propter errata fieri diuturnos consueuisse. Qui verò incolumitatem pollicentur, non tamen sine periculosis symptomatibus, eos effici lethales. Quinetiam ij, à quibus periculum omninò abest, multis, magnísque erroribus deinceps commissis, in lethalium naturam incidunt. Ac nihil mirabile est, quum etiam in bene valentibus magna errata morborum mortiferorũ causæ sint. Oportet igitur medicum studiosè dare operam, vt & præsagiat, & curet, & noxæ magnitudinem accuratè pernoscat. Ita enim si quid foris incidet, aut ægrotus peccabit, aut assistentes non facient quæ oportebit, ipse illa corriget, si poterit: & prædictionem mutabit. Et initio ipse non errabit, neque cataplasmata superdãdo, neque liniendo, neque inungendo, neque in partibus corporis denudandis, neque in iisdem calefaciendis, aut refrigerandis tempore minimè opportuno, neque

neque in constrictionibus, neque vlcerationibus, neque morsibus, neque rebus pinguefacientibus adhibendis, neque in aliis rebus, quarum ipse mentionem facit, administrandis.

A οὔτε κατὰ τὰς στύψεις, καὶ τὰς ἑλκώσεις, καὶ δήξεις, καὶ τὰ λιπάσματα, καὶ ὅσα αὐτὸς κατὰ τὴν ῥῆσιν μνημονεύει.

Errores medicorum qui ob abditas causas intrinsecus fiunt.

TEXTVS HIPPOCRATIS 24.

INtrinsecus verò, & quædam prædictorum, & præterea causa abdita, & parti, & alicui, & non alicui.

Quemadmodum errata foris committuntur iis in rebus quarum ante facta mentio est: sic intus sæpe accidit propter causam, quæ manifesta non est, idque & in toto corpore, & in parte, & in singulis, & non item: sicut in talibus, & non talibus temperaturis. Interdum enim humor, qui computruit, vel qui fit, quàm par est, copiosior, & incoctus, aut etiam omnium humorum redundantia morbi causam affert: interdum idem facit immodica, intempestiuáque euacuatio: sicut etiam solent efficere, quæ post euacuationem relicta sunt, vt ipse ait, si ex effluentibus aliquid relinquitur: atque id, vel in humore, qui morbum gignit, vel in affectione morbosa intelligendum est.

Τὰ τῶν ἰατρευόντων ἁμαρτήματα, τὰ διὰ τὴν αἰτίαν τὴν μὴ σαφῆ, γινόμενα.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ κδʹ.

ΕΝδοθεν δὲ, τινά τε τῶν εἰρημένων, καὶ ἐπὶ τούτοισιν αἰτίη ἄδηλος, καὶ μέρει, καὶ ὅλῳ, τινί τε, καὶ
B οὔ τινι.

Ὥσπερ τὰ ἁμαρτήματα γίνεται ἔξωθεν, κατὰ τὰ προειρημένα, οὕτω κἂν ἔνδοθεν συμβαίνει πολλάκις, παρὰ τὴν αἰτίαν τὴν μὴ σαφῆ, καὶ ἐν ὅλῳ τῷ σώματι, καὶ ἐν μέρει, καὶ τοῖς καθ' ἕκαστον, καὶ μὴ· ὡς καὶ ταῖς τοιαῖσδε κράσεσι, καὶ μὴ τοιαῖσδε. ἐνίοτε μὲν γὰρ ὁ χυμὸς ἢ σαπεὶς, ἢ πλείων ἢ χρὴ, ἢ ἄπεπτος, ἢ καὶ πληθώρα, αἰτίαν τοῦ νοσήματος παρέχει. ἐνίοτε δὲ ταὐτὸ τοῦτο ποιεῖ ἄμετρός τε, καὶ ἄκαιρος κένωσις. ὡς καὶ τὰ καταλειφθέντα μετὰ τὴν κένωσιν, καθάπερ αὐτός φησιν, ἂν μὲν ῥυέντων ἐγκαταλείπῃ τι, καὶ τοῦτο μὲν
C ἢ ἐπὶ νοσοποιοῦντος χυμοῦ, ἢ ἐπὶ τῆς νοσώδους διαθέσεως ἀκουστέον.

De excretionibus quæ secundum, ac præter naturam fiunt.

TEXTVS HIPPOCRATIS 25.

EXcretiones secundum naturam ventris, vrinarum, sudoris, sputi, muci, vteri, per hæmorrhoidas, thymion, lepram, tuberculum, cancrum, è naribus, ex pulmone, ex ventre ex sede, ex cole, secundum naturam, & præter naturam. Horum discrimina aliis alia ratione, alibi, & aliter.

Ostensum est, in vnoquoque instrumento quattuor esse naturales facultates. Quum autem vnaquæque pars animalis humorem qui ei conueniens est, in se traxit, hæcque fermè est naturalium facultatum prima: deinceps sciendum est, partem non priùs id alimentum, quod attraxit, excernere, quàm vel ipsum instrumentum, vel pars maxima eorum, quæ continentur, in contrariam affectionem transierit. Postquam igitur partes sint abundè expletæ cibis, tum quod reliquum est, tanquam onus alienum abiiciant. Sic enim facit venter, sic vesicæ, vbi quoduis eorum, quæ attraxerunt, vel multitudine distendat, vel qualitate mordeat, molestúmque reddatur. Eodémque modo vterus. Idcirco interdum abortus fit, quia distentus properat quod molestum est, abiicere. Quod etiam fit quum humoris in se effusi qualitate mordetur. Interdum etiam fœtus editur, & vt decet, in lucem profertur. Est enim læsionis triplex causa, aut nimia moles, aut aliquod pondus, aut morsus. Molem intelligo, quum vterus non fert, vt ampliùs distendatur: onus quum id quod continetur, supra ipsius vires fit: morsus, quum ea, quæ aliis in partibus priùs continebantur, illis disruptis, in vterum sint effusa. At in ventriculo morsus sunt euidentes propter plurimum ipsius sensum, sicut etiam in vtero, & vesica lotium excipiente. Quare necesse est vnamquamque partem, aut multitune oppressam, aut propter qualitatem in mordacē,

Περὶ τῶν ἀποκρίσεων τῶν κατὰ φύσιν τε καὶ παρὰ φύσιν γινομένων.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ κεʹ.

ΑΠοκρίσιες κατὰ φύσιν κοιλίης, οὔρων, ἱδρῶτος, πτυάλου, μύξης, ὑστέρης, καθ' αἱμορροΐδα, θυμὸν, λέπρην, φῦμα, καρκίνωμα, ἐκ ῥινῶν, ἐκ πνεύ-
D μονος, ἐκ κοιλίας, ἐξ ἕδρης, ἐκ καυλοῦ, κατὰ φύσιν, καὶ παρὰ φύσιν. αἱ διακρίσιες τούτων ἄλλοισι πρὸς ἄλλον λόγον, ἄλλοτε, καὶ ἀλλοίως.

Ἀποδέδεικται, τὰς φυσικὰς δυνάμεις ἐν ἑκάστῳ τῶν ὀργάνων τέτταρας ὑπαρχούσας. ἐπεὶ γοῦν ἕκαστον τῶν ἐν τῷ ζώῳ μορίων εἰς ἑαυτὸ τὸν οἰκεῖον ἕλκει χυμὸν, καὶ πρώτη σχεδὸν αὕτη τῶν φυσικῶν ἐστι δυνάμεων, ἐφεξῆς ἰστέον, ὅτι οὐ πρότερον ἀποκρίνει τὴν ἑλκυσθεῖσαν τροφὴν, πρὶν ἂν εἰς ἐναντίον μεταπέσῃ διάθεσιν, ἢ αὐτὸ τὸ ὄργανον, ἢ καὶ περιεχομένων ἐν αὐτῷ τὰ πλεῖστα. ἐπειδὰν οὖν ἱκανῶς ἐμπλησθῇ τῶν σιτίων τὰ μόρια,
E τηνικαῦτα ἤδη τὸ λοιπὸν ἀποτρίβεται, καθάπερ ἄχθος ἀλλότριον. οὕτω μὲν γὰρ ποιεῖ ἡ γαστήρ. οὕτω καὶ αἱ κύστεις, ὅταν ἕκαστον τῶν ἑλκυσθέντων ἢ τῷ πλήθει διατείνῃ, ἢ τῇ ποιότητι δάκνῃ, καὶ λυπηταὶ γίνωνται. τὸν αὐτὸν δὲ τρόπον αἱ μῆτραι. διὸ ἐστὶν ὅτε καὶ ἀμβλίσκουσι, ὡς διατεινόμεναι, τὸ λυποῦν ἀποθέσθαι σπεύδουσαι· ἢ τῇ ποιότητι δακνόμεναι τῶν ἐκχυθέντων εἰς αὐτὰς ὑγρῶν. ἔστι δ' ὅτε καὶ τίκτουσι, καὶ οἱ τόκοι προσηκόντως γίνονται. ἴσμεν γὰρ τῆς αἰτίας αἴτιον εἶναι τριττὸν, ἢ ὄγκον περιττὸν, ἢ τι βάρος, ἢ δῆξιν. ὄγκον μὲν λέγω, ἐπειδὰν τὸ μόριον μηκέτι φέρῃ διατεινόμενον· βάρος δὲ, ὅταν ὑπὲρ τὴν ῥώμην αὐτοῦ ᾖ περιεχόμενον· δῆξιν δὲ,
F ὅταν τὰ πρότερον ἐν τοῖς ἄλλοις μέρεσι στεγόμενα, ῥαγέντων αὐτῶν εἰς τὰ μόρια ἐκχυθῇ. ἐπὶ μὲν γὰρ τῆς γαστρὸς αἱ δήξεις ἐναργεῖς εἰσι, διὰ τὴν τῆς πλείστης αἰσθήσεως μετουσίαν ὡς ἐπὶ τῶν ὑστερῶν τε, καὶ τῆς κύστεως τῆς τὸ οὖρον ὑποδεχομένης. ἀνάγκη γοῦν τὸ μόριον ἕκαστον ἢ διὰ τὸ πλῆθος βαρυνόμενον, ἢ διὰ τὴν ποιότητα μεταβαλλούσης

ὅτι τὸ δακνῶδες, καὶ τὸ δριμὺ, τῆς ἀποκρίσεως ἐφίεσθαι. A
ὅθεν καὶ κατὰ φύσιν, καὶ παρὰ φύσιν αἱ ἀποκρίσεις γίνονται
ὡς κοιλίας, ἱδρῶτος, πτυάλου, οὔρων, μύξης, καὶ τῶν ἄλ-
λων πολλῶν. ἀλλ' ὅταν ἅμα συνέλθοι τὴν μὲν ἑλκτικὴν
δύναμιν ἐπισπᾶσθαι πολὺν χρόνον, ἀδυνατεῖν δὲ τὴν ἀλλοιω-
τικὴν ἅπαντα τὰ ἑλχθέντα κατεργάζεσθαι, καὶ διὰ τοῦτο πολ-
λὰ γίνεσθαι τὰ περιττώματα, τὴν ἀποκριτικὴν δὲ ἐν τού-
τῳ τῷ χρόνῳ χείρω τε, καὶ ἀτονώτερον ἑαυτῆς κινεῖσθαι, πλῆ-
θος οὕτως ἀνάγκη τῶν περιττωμάτων ἐν ταῖς σαρξὶ συνίστασθαι·
καὶ τοῦτο, κατὰ τὴν ἰδέαν, καὶ ποσὸν τοῦ περιττώματος
ἄλλοτε ἀλλοίαν γίνεσθαι τὴν σάρκα, ποτὲ μὲν οἰδηματώδη, B
ποτὲ δὲ φυσώδη, ποτὲ δὲ ὑδερώδη· ἐνίοτε δὲ καὶ παρὰ
φύσιν γίνεται ἔκκρισις, ἤτοι, ὡς εἴρηται, διά τινα δυνά-
μεως βλάβην, ἢ ἐρεθισμὸν ἄκαιρον, ἢ πλημμελῆ κίνησιν,
ἀφ' ἧς ἐπεγείρεται ἡ δύναμις, ἢ διὰ ἀναστόμωσιν, ἢ ῥῆξιν, ἢ
διάβρωσιν ὀργάνου τινός· ὥσπερ ἡ τοῦ αἵματος ἔκκρισις, ἣ
τῷ γένει δοκεῖ παρὰ φύσιν ὑπάρχειν, ὡς τὰ πολλά. ἔστι δὲ
καὶ ὅτε κατὰ φύσιν γίνεται, ὡς ὅταν διὰ μήτρας αἱμορρα-
γῶσι γυναῖκες. ἀλλὰ πᾶσαι μὲν ἄλλαι κενώσεις τοῦ αἵμα-
τος ὅλαι τῷ γένει παρὰ φύσιν εἰσίν· ἐκεῖναι δὲ ποσῷ μό- C
νον. * * * * τὰ δ' ἐμού-
μενα ἐκκρίνεται ποτὲ μὲν, ὡς πλείω τε, καὶ βαρύνοντα
τὴν κοιλίαν. ὡς ἔστιν ἐνίοτε τὸ πλῆθος τῆς τροφῆς. ἔστιν ὅτε
δὲ, ὡς ἀνιῶντα τε, καὶ δάκνοντα. τοιοῦτον δὲ γένος ἐστὶ τὰ ὀξώ-
δη, τὰ κνισώδη, ἢ πικρὰ, καὶ τὰ χολώδη. καὶ τὰ φλεγμα-
τώδη, ἅπερ ἢ αὐτόθι γίνονται, ἢ συρρέουσιν εἰς αὐτὴν ἐξ
ὅλου τοῦ ζώου τῆς ἕξεως· παρὰ φύσιν δὲ, εἰ μὴ δύναιτο τρέ-
φειν πεφθέντα. διὸ ὁρῶμεν πολλάκις μὴ μόνον ὀξὺ φλέγμα,
καὶ ἁλυκὸν, ἀλλὰ καὶ γλυκὺ ἐν τῇ γαστρὶ συστὰν, εἰς ἔμε-
τον αὐτὴν ἐξορμᾶν. ἀλλὰ καὶ αὐτό γε τὸ αἷμα τὸ εἰς τὴν D
κοιλίαν ἐκχυθὲν, οὕτως ἐμεῖν αὐτὴν ἀναγκάζει. περὶ δὲ τῆς
ἀποκρίσεως τοῦ οὔρου, ὅτι φυσική ἐστιν, ὥσπερ καὶ ἡ τῆς γο-
νῆς, καὶ ἡ τῶν σκυβάλων κένωσις, οὐδεὶς, οἶμαι, ἀμφι-
σβητεῖ. ἐνίοτε μὲν ὁρῶμεν τὸ πλῆθος τῶν οὔρων οὐκ ἐκκα-
θαιρούσης τὸ σῶμα, καὶ κινούσης τὰ λυποῦντα τῆς φύσεως·
ἀλλ' ὥσπερ συμβαίνει ἱδρῶτάς τε, καὶ διαχωρήματα ποτὲ μὲν
ὡς συμπτώματα, τῆς κατὰ τὸ σῶμα περιουσίας τῶν μοχθη-
ρῶν χυμῶν ἐκκρίνεσθαι, ποτὲ δὲ ἐκκαθαιρούσης αὐτὰ τῆς
φύσεως, αὕτη γὰρ ἡ τῶν οὔρων διάκρισις, ἐὰν ἀναμνησθῇς
ὅπως γίνεται, θαυμαστὴν ἐνδείξεταί σοι πρόνοιαν τῆς φύ- E
σεως εἰς τὰ ζῶα, τῆς τε τῶν νεφρῶν κατασκευῆς ἕνεκα, καὶ
τῆς τῶν οὐρητήρων ἐκφύσεως, οὓς ἐκ τῆς κοιλίας τῶν νε-
φρῶν ἴσχουσιν. ὥστε εἰ μὴ τὸν τρόπον τοῦτον ἅπαντα κατε-
σκεύαστο, μοχθηρῶς ἂν, ἢ οὐδ' ὅλως ἐγίνετο τὰ περὶ τῶν οὔ-
ρων διάκρισίν τε, καὶ κένωσιν. καὶ γὰρ ἡ τῶν οὔρων διάγνω-
σις πάνυ ὠφέλιμός ἐστι· μάλιστα δὲ ἐν τοῖς νοσήμασι τοῖς
ὀξέσιν· ὡς ἐν τοῖς προγνωστικοῖς εἴρηται ἡμῖν. Ἱπποκράτης
μέντοι εἴωθεν καὶ ὅταν περί τι τῶν ἀναπνευστικῶν ὀργάνων ἡ
διάθεσις, εἰς τὰ οὖρα βλέπειν· κατὰ φύσιν μὲν γὰρ ἐχόντων
αὐτῶν, ἐκ μόνων ἀναπνευστικῶν ὁ κίνδυνος. εἰ δὲ καὶ F
ταῦτα μοχθηρὰ φανεῖη, κακῶς ἔχειν ἐνδείκνυται τό-
τε καὶ τῆς τροφῆς ὄργανον. καί τοι τῶν κατὰ γαστέρα πε-
πονθότων, καὶ τῆς διαθέσεως αὐτῶν ἐκ τῶν διαχωρημάτων γνωρι-
ζομένης, ὅμως καὶ τῶν οὔρων μνημονεύει, ὡς λεπτῶν ὄντων ἅπερ
ἀπεψίαν σημαίνει τῶν ἐν ταῖς φλεψὶ χυμῶν. οὕτω δὲ καὶ ἐν
τοῖς κατὰ τὴν γαστέρα, καὶ θώρακα, καὶ πνεύμονα,

acrémque mutatam, desiderare expulsionem. Ex quo fit, vt excretiones, & secundum naturam, & præter naturam fiant, vt alui, sudoris, sputi, lotij, muci, & aliarum rerum multarum. Sed quum simul euenit, vt facultas attrahendi humoris, & facultas alterandi totum, quod attractum est, conficere non possit, ideoque multa gignantur excrementa: facultas autem expellens eo tempore deteriùs, & imbecilliùs, quàm priùs, moueatur: necesse est ita magnam excrementorum vim in carnibus consistere. Atque interdum pro excrementi specie, & multitudine aliàs aliam fieri carnem modò tumidam, modò flatus plenam, modò vt in hydropibus est. Interdum verò etiam præter naturam excretio fit, vel vt dictum est, propter aliquam facultatis noxam, vel irritationem importunam, vel vitiosum motum, à quo facultas excitatur: aut propter ora venarum adaperta, aut propter instrumenti alicuius ruptionem, aut erosionem. Quo in numero est sanguinis effusio, quæ genere ipso præter naturam esse magna ex parte videtur. Interdum tamen secundum naturam fit, vt quum mulieres sanguinem per vterum excernunt. At cæteræ omnes sanguinis euacuationes toto genere præter naturam sunt: illæ verò, sola multitudine præter naturam censentur. * Quæ autem vomuntur, expelluntur aliàs, vt immodica, & ventriculum prægrauantia: vt est interdum alimenti copia: aliàs verò, ceu quæ angant, & mordeant. Quo in genere sunt acida, nidorosa, aut amara: & item biliosa, pituitosa, & serosa excrementa: quæ vel ibidem gignuntur, vel ex totius animantis habitu in ipsum confluunt. Præter naturam verò, si quæ concocta sunt, nutrire non possint. Quocirca videmus sæpe non solum acidam, salsámque pituitam, sed etiam dulcem in ventriculo collectam ad vomitum ipsum impellere. Sed & sanguis ipse in ventriculum effusus, eo pacto ipsum vomere cogit. Vrinæ autem excretionem, sicut etiam seminis, & stercoris, naturalem esse, nemo, opinor, ambigit. Videmus tamen quandoque magnam lotij copiam excerni, quum natura, nec corpus purgat, nec molesta amouet: sed sicut accidit, vt sudores, & alui deiectiones, vt symptomata redundantiæ vitiosorum humorum, qui sint in corpore, excernantur, interdum vero à natura expurgentur. Si vero memoria repetas, vt fiat vrinæ secretio, profectò ea res admirabilem tibi in regendis animalibus naturæ prouidentiam indicabit: ídque quum ob renum fabricationem, tum vero ob vrinariorum vasorum originem, quam ex renum ventriculo ducunt. Vt nisi ad hunc modum facta essent omnia, aut perperam, aut ne omnino quidem vrina secerneretur, & vacuaretur. Etenim vrinæ dignotio valdè vtilis est, præcipuè autem in morbis acutis: vt in libris præsagiorum dictum est nobis. Quanquam Hippocrates etiam consueuit, vbi aliquod instrumentum respirationis læsum sit, vrinas intueri: quæ si secundum naturam sint, in solis respirationis instrumentis periculum versatur. Sin hæ quoque prauæ esse videantur, tunc instrumentum quoque nutritionis malè affectum esse ostendunt. Iam vero quum venter malè affectus sit, ipsiúsque affectio ex deiectionibus dignoscatur, tamen etiam facit vrinæ mentionem; quæ tenuis quum sit, cruditatem humorum venis contentorum significat. Quo etiam modo in ventriculi, thoracis, pulmonis, neruorúmque

neruorúmque affectionibus vrinæ spectãdæ sunt. Ipse autem deinceps sudorem commemorat. De quo, vtpote qui secundum naturam non sit, aliquis cõtrouersabitur. Diocles de hoc est studiosè argumentatus. Sed hoc decretum mihi planè asperum, & prҽter euidentiam esse videtur, quum tamen ab ipso, vel maximè accommodatè ad persuadẽdum confirmetur. Nos autem perspectum habemus, sudorem ex eadem gigni materia, ex qua vrina, & & eodem modo exoriri. Vtrique enim origo est ex humore epoto, qui in corpore calefit, & aliquid biliosæ materiæ assumit. Verùm vt medici plura, quàm par est, de vrinis, ita de sudoribus, aut nihil, aut certè potiùs non necessaria conscripserunt. Etenim natura semper dat operam, vt sanguinem expurget, quodque vitiosum est, ab eo secernat, & à partibus principibus modò in ventrem, & intestina, modò in extimam superficiem detrudat. Sed ex iis quæcunque tenuioris substantiæ sunt, ea cutim egrediuntur, partim per eam perspirationem, quæ sensum effugit; partim, vt sensu percipiantur, vt sudores. Quæ verò crassiora sunt, ea pertransire cutis densitatem non possunt; sed aut medicamentis, aut purgationibus, aut clysteribus, aut vomitibus euacuantur. Promptiùs autem per aluum euacuantur humores, qui in primis venis sunt; qui verò insunt in iis, quæ in iecore sunt, per vrinas; qui verò in toto corporis habitu, per sudorem; sicut qui in capite, aut per palatum, aut per nares, aut per vtrunque; qui in amplis spatiis thoracis, per guttur simul cum tussi; qui denique in renibus, aut vesica sunt, per vrinam. De sputis autem hoc intelligendum est, quædam ipsorum esse spumea, quædam flaua, quædam rufa, quædam pallida, quædam rubra, quædam nigra. Ex iis spumea, pituitosum fluxum indicant; flaua, biliosum sincerum; quæcunque autem rufa sunt, ea biliosum quidem fluxum significant, sed non parum serosi excremẽti esse cum flaua bile commixtum; sic nigra, melancholicum esse fluxum ostendunt; quæ verò magis rubra sunt, plurimum sanguinis, sed parum amaræ bilis habere humorem attestantur; quamobrem, quod huiusmodi est, omnium est sputorum mitissimum, sicut nigrum est omnium perniciosissimum. Cæterùm quomodo sputa in acutis morbis expendenda sint, non est necesse dicere in præsentia; siquidem senex de eis nunc non disserit; sed in libro de ratione victus abundè locutus est; nósque in quatuor in illum librum cõscriptis commentariis rem ipsam explicauimus. Quare ad ea, quæ deinceps sequuntur, nostra se conuertet oratio. Addit, *muci, vteri per hæmorrhoidas*, &c. De quibus sigillatim agendo, non est producenda longius oratio; satísque erit eatenus de iis loqui, quatenus possit quispiam intelligere, euacuationes fieri partim secundum naturam, aliàs præter naturam; quod iam nobis ad ostendendum propositum est; quemadmodum de muco illud scire conuenit, cerebrum sæpe expurgari hoc euacuato. Instrumentum enim olfactus intra caluariam existit, in anterioribus cerebri ventriculis, qui vaporosum etiam spiritum continent. Oportebat enim operimentũ quoddam tale ei circumiectum esse, quale & tueri ipsum posset, & transitum sensibilium non impediret. Quocirca hoc operimentum rarum factum est. Vnde sæpenumero à partibus superioribus confertim fit excrementorum euacuatio, quas blennas antiqui, mucos iuniores, ex Hippocratis sententia nuncupant.

A καὶ νεύρων πάθεσι τὰ οὖρα ἐπισκοπεῖν δεῖ. αὐτὸς δὲ λέγει ἐφεξῆς περὶ τῶν ἱδρώτων, περὶ ὧν ἀμφισβητήσει τις, ὡς οὐκ ὄντων κατὰ φύσιν. Διοκλῆς μὲν γὰρ ἐπεχείρησεν εἰς τοῦτο ἐπιμελῶς. ἀλλὰ τουτὶ τὸ δόγμα δοκεῖ μοι εἶναι πάνυ τραχὺ καὶ παρὰ τὴν ἐνάργειαν· εἰ καὶ ὅτι μάλιστα πιθανῶς κατασκευάζεται πρὸς αὐτοῦ. ἡμεῖς μὲν γὰρ ἴσμεν, αὐτὸν τὸν ἱδρῶτα τὴν ὕλην αὐτὴν ἔχειν, καὶ τρόπον γενέσεως τὸν αὐτὸν τοῖς οὔροις. καὶ γὰρ ἐκ τῆς πινομένης ὑγρότητος γίνονται ἀμφότεροι, θερμαινομένης τε ἅμα κατὰ τὸ σῶμα, καί τι χολώδους οὐσίας προσλαμβανούσης. ἀλλ᾽ ὡς περὶ τῶν οὔρων καὶ πλείω B τοῦ προσήκοντος ἔγραψαν οἱ ἰατροὶ, οὕτω περὶ τῶν ἱδρώτων, ἢ τῶν περιέργων τινὰ μᾶλλον. ἐκκαθαίρειν μὲν γὰρ τὸ αἷμα διὰ παντὸς ἡ φύσις πειρᾶται, διακρίνουσά τε τὸ μοχθηρὸν ἐξ αὐτοῦ, κἀκ τῶν κυρίων μορίων ὠθοῦσα, ποτὲ μὲν εἰς τὴν γαστέρα τε, καὶ τὰ ἔντερα· ποτὲ δὲ εἰς τὴν ἐκτὸς ἐπιφάνειαν. ἀλλ᾽ ὅσα μὲν τῶν τοιούτων λεπτομερεστέρας οὐσίας ἐστὶ, διεξέρχεται τὸ δέρμα, τινὰ μὲν κατὰ τὴν ἄδηλον τῇ αἰσθήσει διαπνοήν· ἔνια δὲ αἰσθητικῶς, καθάπερ οἱ ἱδρῶτες· ὅσα δὲ παχύτερα, διεξελθεῖν μὲν οὐ δύναται τὴν πυκνότητα τοῦ δέρματος, κενοῦται δὲ ἤτοι ὑπὸ τῶν φαρμάκων, ἢ καθάρ- C σεων, ἢ κλυστήρων, ἢ ἐμέτων· ἐκκενοῦνται μὲν ἑτοιμότερον, οἱ μὲν ἐν ταῖς πρώταις φλεψὶ χυμοὶ, διὰ γαστρός· οἱ δὲ ἐν ταῖς μετὰ ἧπαρ, δι᾽ οὔρων· οἱ δὲ καθ᾽ ὅλην τὴν ἕξιν, δι᾽ ἱδρώτων· ὥσπερ γε καὶ οἱ κατὰ τὴν κεφαλὴν, ἤτοι δι᾽ ὑπερῴας, ἢ διὰ ῥινῶν, ἢ δι᾽ ἀμφοτέρων· οἱ δὲ ἐν ταῖς τοῦ θώρακος εὐρυχωρίαις, διὰ φάρυγγος ἅμα, καὶ βηχός· οἱ δὲ κατὰ τοὺς νεφροὺς, ἢ κύστιν, δι᾽ οὔρων. περὶ δὲ τῶν πτυσμάτων εἰδέναι χρὴ τοῦτο, ὅτι τὰ μὲν αὐτῶν ἐστιν ἀφρώδη, τὰ δὲ πυῤῥὰ, τὰ δὲ ξανθὰ, ἢ ὠχρὰ, ἢ ἐρυθρὰ, ἢ μέλανα. τούτων δὲ, τὰ μὲν ἀφρώδη, φλεγματικώτερον ἐνδείκνυται τὸ ῥεῦμα· τὰ δὲ ξανθὰ, πικρόχολον ἄ- D κρατον. ὅσα δὲ πυῤῥὰ, πικρόχολα μὲν καὶ ταῦτα, μεμῖχθαι δὲ οὐκ ὀλίγον ὀῤῥῶδες περίττωμα τῇ χολῇ ξανθῇ δηλοῖ. οὕτω δὲ καὶ τὰ μέλανα, μελαγχολικὸν ἐνδείκνυται τὸ ῥεῦμα· ὅσα δὲ τὴν χροιὰν μᾶλλόν πως ἐρυθρά ἐστι, πλεῖστον μὲν αἵματος, ὀλίγον δὲ τῆς πικρᾶς χολῆς μετέχειν τὸν χυμὸν σημαίνει· καὶ διὰ τοῦτο πάντων μέν ἐστιν ἐπιεικέστατον πτυσμάτων, ὡς τὰ μέλανα, πάντων ὀλεθριώτατα. πῶς δὲ χρὴ τὰ πτύσματα κατὰ τὰς ὀξείας νόσους σκοπεῖσθαι, οὐκ ἔστιν ἀναγκαῖον εἰπεῖν κατὰ τὸ παρόν. οὐ γὰρ περὶ τούτων νῦν ὁ παλαιὸς διαλέγεται, ἀλλὰ ἐν τῷ περὶ διαίτης ἱκανῶς εἴρηται· καὶ ἡμεῖς E ἤδη ἐξηγησάμεθα ἐν τοῖς τέτταρσι τὴν πραγματείαν αὐτὴν ὑπομνήμασι. διὸ πρὸς τὰ ἑξῆς μεταβησόμεθα. προστίθησι γοῦν, μύξης, ὑστέρης, καθ᾽ αἱμοῤῥοΐδα, καὶ τὰ λοιπά. περὶ ὧν καθ᾽ ἕκαστον λέγοντας, οὐ χρὴ μηκῦναι τὸν λόγον. ἀρκεῖ δὲ τοσοῦτον περὶ αὐτῶν εἰπεῖν καθ᾽ ὅσον δύναιτο εἰδέναι τις, τὰς κενώσεις γίνεσθαι, τὰς μὲν κατὰ φύσιν, τὰς δὲ παρὰ φύσιν· ὅπερ δὴ ἡμῖν πρόκειται δεικνύναι· ὥσπερ καὶ περὶ μύξης ἰστέον, ὅτι πολλάκις ὁ ἐγκέφαλος ταύτης ἐκκενουμένης ἐκκαθαίρεται. τὸ μὲν γὰρ τῶν ὀσμῶν αἰσθητήριον ἔνδον ἐγένετο τοῦ κρανίου, ἐν ταῖς προσθίοις τοῦ ἐγκεφάλου κοιλίαις, F ἀτμῶδές τε πνεῦμα περιεχούσαις. ἔδει μὲν γὰρ στέγασμά τι περιβεβλῆσθαι τοιοῦτον, οἷον καὶ φρουρεῖν ἱκανὸν εἶναι, καὶ μὴ κωλύειν τὴν δίοδον τῶν αἰσθητῶν. διὸ τουτὶ τὸ σκέπασμα ἀραιὸν ἐγένετο. ὅθεν πολλάκις γίνεται τῶν ἄνωθεν περιττωμάτων ἀθρόα κένωσις· ἃ δὴ βλέννας μὲν οἱ παλαιοὶ, μύξας δὲ νεώτεροι, κατὰ τὸν Ἱπποκράτην ὀνομάζουσι.

Πρόδικος μέντοι, τὸ πρὸς ἁπάντων ἀνθρώπων καλούμενον φλέγμα, οὗ τὸ χρῶμα λευκόν ἐστι, βλένναν ὀνομάζει· τὸ δὲ φλέγμα καλεῖ αὐτὸς, τὸ συγκεκαυμένον, καὶ οἷον ὑπερωπτημένον ἐν τοῖς χυμοῖς. τὸ δὲ ἐξ ἐγκεφάλου καταῤῥέον περίττωμα, τάχα μὲν ἂν οὐδὲ φλέγμα τις ὀρθῶς, ἀλλὰ βλένναν τε καὶ κόρυζαν, καὶ μύξαν καλοίη. τὸ δὲ κατὰ τὴν γαστέρα τε, καὶ ἔντερα συνιστάμενον φλέγμα, ὅπως ἂν ἐκκενῷτο καὶ αὐτὸ, μάλιστά τε, καὶ τάχιστα προεσκευασμένον τῇ φύσει μηχάνημα, ἐν τοῖς περὶ χρείας εἴρηται μορίων. ὅσον μὲν ἐμφέρεται ταῖς φλεψὶ φλέγμα, χρήσιμον ὑπάρχον, οὐδεμιᾶς δεῖται κενώσεως· ἀλλὰ γινώσκειν χρὴ, ὅτι τοῦ φλέγματος τὸ μὲν χρήσιμον, καὶ κατὰ φύσιν ἐν τοῖς ζώοις, τὸ δ᾽ ἄχρηστόν τε, καὶ παρὰ φύσιν. ὅσον μὲν οὖν ἢ γλυκὺ, χρηστὸν μέν ἐστι τοῦτο τῷ ζώῳ, καὶ κατὰ φύσιν· ὅσον δὲ ὀξὺ, καὶ ἁλυκὸν ἐγένετο, τὸ μὲν ὀξὺ, τελέως ἀπεπτῆσθαι, τὸ δ᾽ ἁλμυρὸν, διασεσῆφθαι. ταῦτ᾽ ἀρκεῖν μοι δοκεῖ περὶ μύξης ἐν τῷ νῦν: περὶ δὲ τῆς ὑστέρας, ὀλίγα ῥηθήσεται· καὶ πρῶτον μὲν, πότερον ὑστέραν, ἢ μήτραν κλητέον ἐστὶ τὸ μόριον ἐκεῖνο, ὃ πρὸς τὴν κύησιν ἔδωκε φύσις ταῖς γυναιξὶν, οὐδὲν διαφέρει· ἔπειτα ἰστέον ὅτι τινά ἐστιν ἃ καὶ κενοῖ, καὶ καθαίρει πάντα τὰ τοῦ ζώου σώματα, τινὰ δὲ, τὶ μόριον. γίνονται μὲν ποτε τάδε διὰ τῶν καθαιρόντων ὅλον τὸ σῶμα, ποτὲ δὲ, διὰ τῶν μορίου τινος κενωτικῶν· οἷον ὅσα δι᾽ ὑπερῴας, καὶ ῥινῶν ἀπάγει τῆς κεφαλῆς τὰ περιττά· καὶ ὅσα διὰ βηχὸς ἐκκαθαίρει τὰ κατὰ θώρακα, καὶ πνεύμονα· καὶ ὅσα δι᾽ οὔρων ἀπάγει τὸ τοῦ παντὸς αἵματος ὀῤῥῶδες περίττωμα. τοῦ γένους δ᾽ ἐστὶ τῶν κενούντων ὅλον τὸ σῶμα, τὰ διὰ μήτρας, καὶ ἡ διὰ τῶν αἱμοῤῥοΐδων κένωσις, ἥτ᾽ ἐπὶ τοῖς γυμνασίοις, καὶ τρίψεσι, καὶ πάσῃ κινήσει. ὅσον δὲ πρὸς τὰς μήτρας, αἴτιόν ἐστιν, ὅτε τῶν κατὰ τὸ σῶμα ἁπάντων μορίων πλείστας τε, καὶ μεγίστας φλέβας ἔχουσιν αἱ μῆτραι, ὅθεν γινομένης ποτὲ τῆς τῶν καταμηνίων ἐπισχέσεως, πολλὰ ἕπεσθαι εἴωθε συμπτώματα. ἐνίαις μὲν διασημαίνει τι ἄλγημα κατ᾽ ἐκεῖνο τὸ μόριον μετὰ βάρους· ἐνίαις δὲ εἰς ἰσχίον τὸ ἄλγημα ἥκει. ἐνίαις δὲ χωλεύει τὸ σκέλος, τὸ κατ᾽ εὐθύ. ἐὰν δὲ πολλῷ χρόνῳ τὰ καταμήνια κρυφθῇ, τότε καὶ φλεγμοναὶ, καὶ φυματώδεις ὄγκοι ἐγείρονται κατὰ τὸ πέρας τοῦ κενεῶνος. καὶ χωρὶς τούτων, ἀλγήματα καὶ ὀσφύν, καὶ τράχηλον, καὶ βρέγμα, καὶ τὰς τῶν ὀφθαλμῶν βάσεις. ἔτι δὲ καὶ πυρετοὶ σφοδροί. ἔνιαι δὲ καὶ δυσουροῦσιν· ὧν οὐδὲν γίνεται ταῖς ἀμέμπτως καθαιρομέναις. ὡς μὲν οὖν πολλὰ ἕπεται συμπτώματα ταῖς ἐπισχέσεσι τῆς ἐμμήνου καθάρσεως, οὕτω καὶ ἀμέτροις κενώσεσιν ἐπιγίνεται τάδε· ἀχροιαι, καὶ ποδῶν οἴδημα, καὶ ὅλον ὕποιδον τὸ σῶμα. ἀλλὰ καὶ αἱ τοῦτο παθοῦσαι γυναῖκες μοχθηρῶς πέττουσι τὰ σιτία, καὶ φαύλως ὀρέγονται. Εἰκότως γοῦν εἶπεν αὐτὸς ἐν τοῖς ἀφορισμοῖς, καταμηνίων γινομένων πλειόνων, νοῦσοι ξυμβαίνουσι, καὶ μὴ γινομένων, ἀπὸ τῆς ὑστέρας ξυμβαίνουσι νοῦσοι. ὡς πολλῶν ὄντων τῶν αἰτίων, ἐφ᾽ οἷς πλείω τοῦ προσήκοντος, ἢ ἐλάττω γίνεται καταμήνια. καὶ διὰ τοῦτο αἱ νόσοι πολυειδεῖς ἕπονται. ταὐτὸ δὲ τοῦτο συμβαίνειν φαίνεται ἐν ταῖς διὰ τῶν αἱμοῤῥοΐδων κενώσεσι· καὶ γὰρ πολλὰ ἕπεται συμπτώματα. ὡς ἐπὶ μὲν χρονίαις αἱμοῤῥοΐσιν ἐπισχεθείσαις, ἢ διὰ κένωσιν ἄμετρον εἰς ψύξιν ἐσχάτην ἀγούσαις τὸν ἄνθρωπον πολλάκις ἤδη ἐθεασάμεθα συστάντας ὑδέρους. τοῦτο δὲ οὐ πάντες ἰατροὶ γινώσκουσι, καί τοι

A Prodicus tamen id quod ab omnibus phlegma vocatur, cuius albus est color, mucum appellat: phlegma verò nominat ipse id, quod in humoribus vstum, & veluti supra modum coctum est. Excrementum autem, quod à cerebro defluit, fortasse quispiam non ritè pituitam, sed mucum, & grauedinem nuncupabit. Quemadmodum autem pituita, quæ in ventriculo, intestinísque consistit, commodissimè, celerriméque vacuetur, naturæ inuentum in libris de vsu partium exposuimus. Quod verò pituitæ in
B venis comportatur, quum ex vsu sit, nullius est vacuationis indigens. Sed scire oportet, pituitæ vnum genus vtile esse, ac secundum naturam animantibus: aliud inutile, & præter naturam: quæ dulcis est, eam esse animanti vtilem, & ad eius naturam accommodatam: quæ acida, salsáque facta est: acidam perfectè incoctam esse: salsam, computruisse. Atque hæc de muco satis esse mihi videntur in præsentia. De vtero pauca dicentur. Ac primùm vtrum vuluam, an vterum appellare oporteat eam par-
C tem, quam mulieribus ad pariendum dedit, soliciti esse non debemus. Deinde sciendum est, quædam esse, quæ tota animantium corpora expurgant: quædam, quæ partem aliquam. Hæc autem interdum præstant, quæ totum corpus purgant, interdum quæ vnam partem vacuant: qualia sunt quæ per palatum, & nares excrementa capitis educunt: & quæ per tussim thoracis partes, pulmonémque purgant: & quæ per vrinam serosum totius sanguinis excrementum educunt. De genere autem totum corpus purgantium sunt, quæ per vterum, & per hœmorrhoidas euacuant, & item euacuatio quæ
D fit exercitationibus, frictionibus, & quouis motu. Quod ad vterum pertinet, causa est, quoniam ex omnibus corporis partibus vteri plurimas, maximásque venas habent. Itaque facta interdum mensium suppressione, multa symptomata consequi solent. Quasdam autem fœminas aliquis eius partis dolor cum grauitate coniunctus conflictat; aliquibus in coxam dolor incidit, aliquibus crus illius partis claudicat. Si verò menstruæ purgationes diu supprimantur, tunc & inflammationes, & tumentia tubercula, in extrema ilium parte excitantur: præterea dolo-
E res lumborum, colli, sincipitis, & sedis oculorum, & vehementes febres. Quibusdam lotium ægrè it: quibusdam ne ægrè quidem, quorum nihil accidit iis, quæ integrè purgatæ sunt. Vt igitur multa symptomata comitantur menstruas purgationes retentas, sic immoderatas euacuationes sequuntur hæc, coloris vacuitas, pedum tumor, & totum corpus subtumidum. Quin etiam hoc malo affectis mulieribus, & concoctio & appetitus ciborum vitiatur. Meritò igitur ipse in Aphorismis scriptum reliquit, *si menstruæ purgationes copiosiores sint, morbi accidant; si non fiant, &*
F *ex vtero morbi existunt.* Vtpote multæ causæ sint, quibus copiosiores, quàm par sit, aut etiam pauciores excitentur menstruæ purgationes: atque ideo multiplices morbi exoriantur. Idem in euacuationibus, quæ fiunt per hœmorrhoidas, videtur contingere: siquidem multa inde mala consequuntur, sicut ex diuturnis hœmorrhoidibus suppressis, aut immodica euacuatione ad extremum frigus hominem ducentibus sæpenumero iam conspeximus hyderos consistere.

Hoc

Hoc autem omnes medici norunt; quum tamen Hippocrates & hoc ipsum, & alia multa perspicuè docuerit. Sed quicunque verè in illius sunt scriptis versati, ij soli quomodo hœmorrhois fiat, ab ipso didicerunt. Quomodo autem multi morbi inde oriantur, vt tormina intestinorum, vt varices, & quum hæc sint, non semper esse prohibéda, sed interdum adiuuanda, vel natura quiescente, totum ei negotium committendum, quum ita expediat, tantum abest, vt illi sciant, vt ante tempus remedia adhibentes, ea faciant, quæ nullo modo facienda sunt. Vidi etiam his euacuationibus cohibitis multos melancholicis humoribus fuisse correptos, alios dolore lateris, renúmque vexatos, alios quum sanguinem euomuissent, & aliis conflictati essent symptomatibus, diem suum obiisse. Quemadmodum autem in cute, & totius corporis partibus lepra, scabies, impetigo, verrucæ, thymi, formicæ, claui, tophíque, sic in ano hœmorrhoides cæcæ, fissa, procidentia, condylomata, fistulæ, aliáque multa contingunt; sic etiam tubercula. Quorum quædam admodum calida sunt, & cum vehementia quædam prodeunt; quædam frigida, siccáque, permulta alia inter hæc media existunt; quædam exactè media eorum, quæ dicta sunt quædam à medio vtrinque parum distantia; alia plus eodem modo in vtranque partem; quædam summis vicina, aut à mediis quodammodo & summis pari spatio distantia. Phymata autem appellant tumores præter naturam, qui maxima ex parte sine externa causa oriuntur. Videntur autem in abdomine, thoracéque nasci. Quædam acuta sunt, & fastigiata, quæ ipse meliora esse latis scripsit. Commendat etiam ea, quæ deorsum vergunt. Quia eis adapertis, materia facilè defluit. Sicut etiam dura mollibus deteriora sunt. Quin etiam omnium tumorum, qui præter naturam sunt, varietas existit è natura eius, quod influit; flatuosi enim magis sunt, vbi materia flatuosa copiosior accessit. Magis verò inflammationis participes, vbi sanguis: erysipelatis, vbi flauæ bilis humor; œdematis, vbi pituita: sicut scirrhosi, vbi vel crassus, vel valdè lentus sit humor is, qui parti infixus est. Pari modo atra bilis sine feruore cancros efficit, eósque si acrior sit, cum vlcere. Crassus autem est is humor, qui cancros gignit. Quocirca è vasculis in circumiectam carnem non admodum excidit. Ac sic quidem tumores cancri naturam imitátes, in omnibus partibus, præsertim verò in mammis mulierum, quæ naturali purgatione non amplius expurgantur, oriri solent; & ab excremento melancholico originem ducunt: quod etiam morbum, qui dicitur elephas, efficit. Sæpè etiam ad varices decumbit, & interdum ad cutem vniuersam expellitur. Ac cancrum quidem incipientem curauimus: quum verò ad notabilem est perductus magnitudinem, nemo sine chirurgia sanauit. Simili quoque modo tormina intestinorum à flaua bile exorta, sæpè sustulimus. At si quæ essent ab atra bile excitata, ea verò prorsus fuerunt insanibilia: siquidem à cancro, cum vlceratione coniuncto, nihil differant. * *

Promptissimè in os, & nares comportantur. Decidunt verò & in oculos, ac nónullis in aures. Decursum porrò excrementi in os tum gula excipit, tum aspera arteria. Si verò acris sit fluxio, non solùm vocem læ-

A σαφῶς Ἱπποκράτους καὶ τοῦτο, καὶ ἄλλα πολλὰ διδάξαντος· ἀλλ' ὅσοι γνησίως ὡμιλήκασιν αὐτοῦ τοῖς γράμμασιν, οὗτοι μόνοι πῶς μὲν αἱμορροῒς γίγνεται, μεμαθήκασι παρ' αὐτοῦ. πῶς δὲ καὶ πολλὰ πάθη γίνεται, ὡς δυσεντερία, καὶ κιρσὸς, ὅτι τε οὐ διὰ παντὸς ἕκαστον τούτων ὅταν συστῇ, κωλυτέον, ἀλλ' ὅτι ἐνίοτε συνεργητέον, ἢ τῆς φύσεως ἡσυχαζούσης, αὐτῇ τὸ πᾶν ἐπιτρεπτέον, ὅτε τοῦτο συμφέρει τοσοῦτον ἀποδέουσιν οἱ ταῦτα μαθόντες, πρὸ τοῦ καιροῦ σπεύδειν ἰᾶσθαι, ὥστε αὐτοὶ μηχανῶνται μηδ' ὅλως ὄντα ποιῆσαι. καί τοι μελαγχολήσαντας ἔγωγε πολλοὺς εἶδον ἐπὶ τοιαύταις B κενώσεσι κωλυθείσαις, ἄλλους δὲ τῇ πλευρίτιδι, καὶ νεφρίτιδι ἑαλωκότας, ἄλλους δὲ αἵματος ἐμέσαντας, καὶ ἄλλοις συμπτώμασιν ἀπολλυμένους. ὡς δὲ περὶ τὸ δέρμα, καὶ τόπους τοῦ ὅλου σώματος λέπρα, ψώρα, λειχὴν, ἀκροχορδόνες, θύμοι, μυρμηκίαι, ἧλοι, πῶροι, οὕτω καὶ περὶ τὴν ἕδραν αἱμορροΐδες τυφλαὶ, ῥαγάδες, πρόπτωσις, κονδυλώματα, πυλίδες, καὶ ἄλλα πολλὰ συμβαίνει. οὕτω δὲ καὶ φύματα, ὧν τὰ μὲν ἐστὶ πάνυ θερμὰ, καὶ σφοδρῶς ἐξορμῶντα, τινὰ δὲ καὶ ψυχρὰ, καὶ ξηρά· παμπολλὰ δὲ ἄλλα μεταξὺ τούτων ἔνια μὲν ἀκριβῶς μέσα τῶν εἰρημένων· C ἔνια δὲ ὀλίγον ἀφιστάμενα μεσότητος ἑκατέρωσε· καί τινα πλέον ὡσαύτως ἐφ' ἑκάτερα· καί τινα τῶν ἄκρων ἐγγὺς, ἢ μεταξύ πως ἐξ ἴσου τῶν τε μέσων, καὶ τῶν ἄκρων. καλοῦσι δὲ φύματα, τοὺς παρὰ φύσιν ὄγκους, τοὺς ὡς ἐπὶ τὸ πλεῖστον, ἄνευ τῆς ἔξωθεν αἰτίας γινομένους. φαίνεται μὲν αὐτῶν ἡ γένεσις ἐν ἐπιγαστρίῳ τε εἶναι, καὶ κατὰ θώρακα. ἔστι δ' αὐτῶν τὰ μὲν κορυφώδη, καὶ ὀξέα, ἅπερ αὐτὸς γράφει κρείττονα τῶν πλατέων εἶναι. ἐπαινεῖ δὲ καὶ τὰ καταρρόπα, διότι ἀναστομωθέντα, τὰς ἀπορρύσεις εὐπετεῖς ἔχει· ὥσπερ καὶ τὰ σκληρὰ τῶν μαλακῶν φαυλότερα ἐστί. καὶ μέν- D τοι καὶ πάντων τῶν παρὰ φύσιν ὄγκων ἡ ποικιλία τῆς διαφορᾶς ἕπεται τῇ τῶν ἐπιρρεόντων φύσει. πνευματωδέστεροι μὲν γὰρ, ὅταν ἡ πνευματώδης οὐσία πλείων ἀφίκηται, γίνονται. φλεγμονωδέστεροι δὲ, ὅταν ἡ τοῦ αἵματος· ἐρυσιπελατώδεις δὲ, ὅταν ὁ τῆς ξανθῆς χολῆς χυμός· οἰδηματώδεις δὲ, ὅταν ὁ τοῦ φλέγματος· ὥσπερ γε καὶ σκιρρώδεις, ὅταν ἤτοι παχὺς, ἢ καὶ γλίσχρος ἱκανῶς ὁ κατασκήψας εἰς τὸ μόριον ᾖ χυμός. οὕτως δὲ καὶ ἡ μέλαινα χολὴ, χωρὶς τοῦ ζεῖν, τοὺς καρκίνους ἐργάζεται. ἂν δὲ δριμυτέρα τύχῃ, μεθ' ἑλκώσεως. παχὺς δ' ἐστὶν ὁ γεννῶν τοὺς καρκίνους χυμός. διὸ οὐ E πάνυ ἐκπίπτει τῶν ἀγγείων εἰς τὴν πέριξ σάρκα. οὕτω μὲν οὖν καὶ οἱ καρκινώδεις ὄγκοι ἐν ἅπασι τοῖς μορίοις γίνονται. μάλιστα δὲ τοῖς τιτθοῖς τῶν γυναικῶν, ὅσαι μηκέτι καθαίρονται τὴν κατὰ φύσιν κάθαρσιν. ἔχουσι δὲ τὴν γένεσιν ἐκ τοῦ μελαγχολικοῦ περιττώματος, ὃ καὶ ἐργάζεται τὸν καλούμενον ἐλέφαντα. καὶ πολλάκις εἰς κιρσοὺς κατασκήπτει· καί ποτε εἰς τὸ δέρμα πᾶν ὠθεῖται. καὶ τὸν μὲν καρκῖνον ἀρχόμενον ἰασάμεθα· εἰς μέγεθος δὲ ἀξιόλογον ἀρθέντα, ἄνευ χειρουργίας οὐδεὶς ἰάσατο. κατὰ τὸν αὐτὸν τρόπον καὶ τὴν δυσεντερίαν, τὴν ὑπὸ τῆς ξανθῆς χολῆς ἰώμεθα πολλά- F κις. εἴ τις δ' αὖ ὑπὸ τῆς μελαίνης γένοιτο χολῆς, ἀνίατος ἐστὶ πάντη. οὐδὲν γὰρ διαφέρει τοῦ καρκίνου, τοῦ μεθ' ἑλκώσεως.

* * ἑτοιμοτάτη μὲν οὖν ἡ εἰς τὸ στόμα, καὶ τὰς ῥῖνας φορά. παραγίνεται δὲ καὶ εἰς τοὺς ὀφθαλμούς· ἐνίοις δὲ καὶ εἰς ὦτα. τὴν δὲ εἰς τὸ στόμα φορὰν τῶν περιττωμάτων ὑποδέχεται στόμαχός τε, καὶ ἡ τραχεῖα ἀρτηρία. δριμέος δὲ τοῦ ῥεύματος

A ὄντος, οὐ μόνον τὴν φωνὴν βλάπτει, ἀλλὰ καὶ χαλεπωτάτη τις ἀνάβρωσις προσέρχεται, ὡς καὶ πνεύμονα πολλάκις ἑλκοῦσθαι. διὰ τοῦτο εἴπομεν, ὅτι ἐμέτοις μὲν καὶ διαχωρήμασιν ἡ γαστὴρ ἐκκενοῦται, τὰ δ᾽ ἔντερα μόνοις τοῖς κάτω διερχομένοις· ὥσπερ γε τοῦ ἥπατος τὰ σιμά. νεφροὶ δὲ, καὶ κύστις, καὶ τοῦ ἥπατος τὰ κυρτὰ πολλῆς μὲν ἐμπεπλησμένα κακοχυμίας, διὰ τῶν ὑπηλάτων τε, καὶ καθαιρετικῶν ἐκκαθαίρεται φαρμάκων· μετρίας δὲ, διὰ τῶν οὐρητήρων πόρων. ἐγκέφαλος δὲ, ὡς ἔφην, δι᾽ ὑπερώας, καὶ ῥινῶν, καὶ ὤτων. θώραξ δὲ καὶ πνεύμων, διὰ τραχείας ἀρτηρίας, καὶ φάρυγγος. δῆλον μὲν οὖν ἐστι, τάς γε τῆς ὑπερώας καὶ ῥινὸς κενώσεις κατὰ φύσιν μὲν εἶναι, ὡς διὰ τῶν μορίων τούτων
B μετοχετεύεσθαι τὸ περίττωμα τοῦ ἐγκεφάλου· παρὰ φύσιν δὲ, διὰ τῶν ὤτων. τοῖς μέντοι βρέφεσι καὶ διὰ τούτων ὁ ἐγκέφαλος ἐκκαθαίρεται. ἐὰν γὰρ τὰ αὐτόθι συνεστῶτα περιττώματα σήπηται, καὶ δριμύτερα, καὶ θερμότερα γένοιτο, φλεγμονάς, καὶ ἐρυσιπέλατα, καὶ ἕρπητας, καὶ ἄνθρακας, καὶ πυρετούς, καὶ μυρία ἄλλα ἀποτίκτει νοσήματα. πρόνοιαν δ᾽ εἶχεν ἡ φύσις, μὴ ἀπὸ κεφαλῆς εἰς τὸν πνεύμονα γίνεσθαι καταῤῥοὺς· οἵπερ εἰσὶ κακοήθεις εἰώθασιν, ὅταν λεπτὰ, καὶ βρωτικὰ ταῖς δυνάμεσιν ᾖ τὰ καταῤῥέοντα. ταῦτα
C οὖν οὐδὲ μένειν ἐν τῷ πνεύμονι προσήκει μέχρι περ ἂν πεφθέντα παχυνθῇ, καθάπερ τ᾽ ἄλλα ῥεύματα, λεπτὰ μὲν, οὐκ ἔχοντα δὲ τὸ διαβρωτικόν τε, καὶ δύσπεπτον· οὔτε εὐθέως ἐκκρίνεσθαι. μένοντα γὰρ ἔνδον, οὐ πέττεται ῥᾳδίως· ἐκκρινόμενα δὲ, βῆχας ἐργάζεται συντόνους. διὸ βλάβη ἕπεται, καὶ μένουσι κατὰ τὸν πνεύμονα τοῖς τοιούτοις ὑγροῖς, καὶ κενουμένοις. καλῶς οὖν ἡ φύσις προυμηθήσατο, διττοὺς ποιοῦσα πόρους, ἵνα μὴ τοιοῦτόν τι συμβαίνῃ· καθάπερ τ᾽ ἄλλα πολλὰ ἐκ τῆς κοιλίας τε, καὶ τῆς ἕδρας, καὶ τοῦ καυλοῦ ἐκκρίνεται· ὅπερ ἀκουστέον ἐστὶ καὶ κατὰ φύσιν, καὶ παρὰ φύσιν, ὡς ἐπὶ τῶν ἄλλων, τῶν ἤδη εἰρημένων.
D

Τὸ περίττωμα τῷ μὲν γένει, ἕν· τῷ δὲ εἴδει, πολλαπλάσιον.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ κϛʹ.

Μία φύσις ἐστὶ πάντα ταῦτα, καὶ οὐ μία. πολλαὶ φύσιές εἰσι πάντα ταῦτα, καὶ οὐ μία.

Οὐ λέγει φύσιν, τὴν τῶν τεσσάρων στοιχείων κρᾶσιν, ὑγροῦ, καὶ ξηροῦ, καὶ θερμοῦ, καὶ ψυχροῦ, αὕτη γάρ ἐστι μία πάντων τῶν ὄντων, ἀλλὰ καὶ οὐ μία· ἐπεὶ τὰ καθ᾽
E ἕκαστον ταῖς κράσεσι διαφέρει· ἀλλὰ τὴν τῶν κενουμένων ὕλην. ἓν γάρ ἐστι τὸ τῶν περιττωμάτων γένος. καὶ οὕτω πάντα μία φύσις ἐστίν. οὐ μὴν ἀλλὰ μία τῷ εἴδει, ἀλλὰ τῶν ἑτέρων εἰδῶν.

Τῷ φαρμάκῳ, τὸ καθαρτικὸν φάρμακον ἐννοεῖσθαι, καὶ ὅτι χρὴ ἄνω τε καὶ κάτω φαρμακεύειν.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ κζʹ.
F

Φαρμακίη ἄνω, καὶ κάτω. καὶ οὔτε ἄνω, οὔτε κάτω.

Σύνηθες αὐτῷ, φαρμακεύειν, οὐκ ἐπὶ πάσης τῶν φαρμάκων προσφορᾶς λέγειν. ἀλλ᾽ ἐπὶ τῆς τῶν καθαιρόντων μόνης. οὕτω μὲν γὰρ ἐν τοῖς ἀφορισμοῖς εἶπεν, πέπονα φαρμακεύειν· καὶ τὸ, ἐν τοῖς ὀξέσι πάθεσιν ὀλιγάκις, καὶ ἐν

dit, sed etiam grauissima quædam accedit erosio, vt etiam pulmonem sæpè exulceret. Quamobrem dictum est, vomitibus, & deiectionibus ventriculum euacuari, intestina iis solis, quæ per infernas partes deiiciuntur; sicut etiam caua iecoris, renes, & vesica, & gibba iecoris, si multo, vitiosóque succo sint referta, medicamentis per infernas partes deiicientibus, & purgantibus expurgantur, si modico, per vrinæ meatus. Cerebrum verò, vt dixi, per palatum, nares, & aures; thorax & pulmo per asperam arteriam, & fauces. Perspicuum autem est, & palati, & narium euacuationes esse naturales; vt per has partes cerebri excrementa deriuando expurgentur. Per aures verò, præter naturam: in infantibus tamen etiam per aures cerebrum purgatur; propterea quòd si excrementa, quæ illic consistunt, putrescant, acrioráque & calidiora reddantur, inflammationes, ignem sacrum, vlcera serpentia, carbones, febres, aliáque sexcenta genera morborum parient. Natura autem prouidit, ne quid à capite in pulmonem deflueret: siquidem defluxiones malignæ esse solent, quum ea, quæ defluunt, tenuia sunt, facultatibúsque corrodentibus prædita. Hæc autem non expedit tam diu in pulmone contineri, quoad concocta crassa reddantur, vt cæteras defluxiones, tenues illas quidem, sed non corrodentes, & difficiles ad concoquendum. Neque statim expelli, propterea quod intus morantes, non facilè concoquuntur: sique excernantur, tusses vehementes concitant. Quare siue in pulmone permaneant hi humores, siue euacuentur, noxa sequitur. Itaque natura rectè animantibus consuluit, quum duos meatus fecit, ne quid tale accideret. Sicut etiam alia multa ex aluo, ex sede, & ex cole educuntur. Quod & secundum naturam, & præter naturam fieri, sicut etiam de cæteris quæ iam dicta sunt, intelligendum est.

Excrementum vnum genere, specie multiplex.

TEXTVS HIPPOCRATIS 26.

Vna natura sunt hæc omnia, & non vna: multæ natura sunt hęc omnia, & non vna.

Non vocat naturam, quatuor elementorum, humidi, sicci, calidi, & frigidi temperamẽtum, siquidem hæc est vna omnium eorum, quæ in rerum natura sunt; sed & non vna, quia temperamenta rerum singularum differunt; sed vocat materiam eorum, quæ euacuantur. Vnum est enim genus excrementorum. Atque ita hæc omnia sunt vna natura. Non tamen vna specie, sed specierum diuersarum.

Pharmaco purgans medicamentum intelligi, & quando sursum & deorsum purgandum.

TEXTVS HIPPOCRATIS 27.

Purgans medicamentum sursum, & deorsum; & neque sursum, neque deorsum.

Est hoc in more positum Hippocratis, vt verbum φαρμακεύειν, non vsurpet, vbi quæuis medicamenta adhibet, sed solum vbi purgantia. Sic in Aphorismis dixit, *Concocta* φαρμακεύειν, *& in acutis morbis rarò, & in principijs*

cipijs vti pharmaciis. Omnino autem id fatentur omnes, qui vel mediocriter in eius sunt dictione versati. Quomodo autem sursum, & deorsum vti pharmaco oporteat, ipse docuit, quum ait; *purgare oportet æstate superiores potius; hyeme inferiores ventres.* & item, *Graciles, & facile vomentes superius purgare, cauentes hyemem; Vomentes verò difficulter, & modicè bene habitos, inferius, cauentes æstatem.* Et quum addit, *Tabidos verò, cauentes purgationes per superiora: melancholicos vberius, per inferiora.* Et paulò post, *quorum alui leuitate intestinorum laborant, hyeme per superiora purgare, malum.* Itémque *si quis febrem non habens, cibum fastidiat, & cordis morsum, tenebricosámque vertiginem patiatur, & os amarum sentiat, pharmacia per superiora indigere significat.* Adiungit postremò alium aphorismum, tanquam præceptum, quod ad omnes dolores pertineat, his fere verbis; *Dolores supra septum transuersum, qui purgatione indigeant, per superiora opus esse pharmacia indicant; qui verò infra sunt, per inferiora.* In hanc sententiam multa & in aphorismis, & in aliis ipsius libris scripta esse licet intueri; quibus apertè distinguit, quando per superna, & quando per inferna sit pharmacia vtendum. *

* In omni igitur re primùm esse artificem oportet, tum opus aggrediendum est. Artificem autem esse in eo positum est, vt primùm, & maximè totius materiæ, quæ arti subiecta sit, simplices facultates cognoscas; mox verò ipsarum mixtiones, quot, qualésque sint. Est enim eadem ratio, atque doctrina de medicamentis componendis, déque ipsorum vsu. Quum autem duplex materia sit medicis subiecta, altera, in qua medicæ artis finis, hoc est, bona valetudo efficitur, idque est humanum corpus; altera est auxiliorum, per quæ finis efficitur; sciendum est, medicamentorum tractationem ad secundam materiam pertinere. Alteram verò esse prioris. *

* Quædam enim ex flaua bile, quædam ex atra, quædam ex pituita existunt; tot enim sunt omnia febrium, quæ ex humoribus putrescentibus accenduntur, genera; omnis aliarum febrium varietas ex harum mixtione existit. Quæ autem ephemeræ, hecticæque vocantur, sunt alia duo genera febrium, ab acutis distincta. Sed & acuta febris oritur, aut putrescente aliquo ex prædictis humoribus, aut particula inflammata. Omnia autem, quæ huiusmodi sunt. * *

Quum enim primo die. * *

Simplex & solus quisque humor ex iis, qui dicti sunt, quemlibet eorum quos commemorauimus, morbum exquisitum gignit; confusus verò cum sanguine, tum in partem aliquam procumbens, aut scirrhi, aut œdematis, aut erysipelatis naturam referentem inflammationem. Ac scirrhi quidam is, qui atræ bili miscetur, erysipelatis, qui amaræ; œdematis, qui pituitæ: sicut quum sanguis ipse impactus in loco fluxioni obnoxio computruit, inflammatio exoritur. * * * Sicut multa comperiuntur, in quibus neque per infernas, neque per supernas partes pharmaco vtendum est. Iam verò neque in * neque in ætate * neque in calida regione, neque in habitu * neque in * *

A ἀρχῇσι τῇσι φαρμακείῃσι χρῆσθαι. καθόλου δὲ ὡμολόγηται τοῦτο πᾶσιν, ὅτι κἂν ἐπὶ βραχὺ τῆς λέξεως αὐτοῦ συνιᾶσιν. πῶς δὲ καὶ ἄνω, καὶ κάτω χρὴ φαρμακεύειν, ἐδίδαξεν αὐτὸς, εἰπὼν, φαρμακεύειν θέρεος μὲν τὰς ἄνω μᾶλλον· χειμῶνος δὲ τὰς κάτω κοιλίας. καὶ πάλιν, τοὺς ἰσχνοὺς φησι, καὶ εὐεμέας ἄνω φαρμακεύειν, ὑποστελλομένους χειμῶνα· τοὺς δὲ δυσεμέας, καὶ μέσως εὐσάρκους, κάτω, ὑποστελλομένους θέρος. καὶ προσθεὶς· τοὺς δὲ φθινώδεις, ὑποστελλομένους τὰς ἄνω· τοὺς δὲ μελαγχολικοὺς ἁδροτέρως τὰς κάτω. μετ᾽ ὀλίγον δὲ. ὁκόσοισι κοιλίαι λειεντεριώδεις, χειμῶ-

B νος φαρμακεύειν ἄνω, κακόν. καὶ πάλιν, ἀπυρέτῳ ἐόντι ἀποσιτίη, καὶ καρδιωγμὸς, καὶ σκοτόδινος, καὶ τὸ στόμα ἐκπικρούμενον, ἄνω φαρμακείης δεῖσθαι σημαίνει. προστίθησι δὲ καὶ τὸν ἄλλον ἀφορισμὸν, ὡς παράγγελμα ἐπὶ πάσας ἐκτεινόμενον τὰς ὀδύνας, οὕτως· τὰ ὑπὲρ τῶν φρενῶν ὀδυνήματα, ὁκόσα καθάρσιος δέονται, ἄνω φαρμακείας σημαίνει δεῖσθαι· ὁκόσα δὲ κάτω, κάτω. κατὰ δὲ τὴν αὐτὴν ἔννοιαν πολλὰ γεγραμμένα ἐστὶν εἰδέναι καὶ κατὰ τοὺς ἀφορισμοὺς, καὶ τὰ ἄλλα αὐτοῦ συγγράμματα· καθ᾽ ἃ διορισμοὺς τῆς ἄνω τε, καὶ τῆς κάτω φαρμακείας παραδίδωσι σαφῶς. * *

C χρὴ τοίνυν ἐν ἅπαντι πράγματι τεχνίτην γενέσθαι πρότερον, εἶθ᾽ οὕτως ἐπιχειρεῖν τοῖς ἔργοις. τὸ τεχνίτην δὲ γενέσθαι ἐστὶ, τὸ γνῶναι τῆς ὑποβεβλημένης τῇ τέχνῃ συμπάσης ὕλης, πρότερον μὲν, καὶ μάλιστα τὰς ἁπλᾶς δυνάμεις, εἶτ᾽ ἐφεξῆς τὰς μίξεις αὐτῶν ὁπόσαι τε τίνες εἰσὶ, καὶ ὁποῖαι. ἔστι γὰρ ἡ αὐτὴ μέθοδος καὶ περὶ φαρμάκων συνθέσεώς τε, καὶ χρήσεως. διττῆς γὰρ ὕλης οὔσης τοῖς ἰατροῖς ὑποκειμένης, ἑτέρας μὲν ἧ γίνεται τὸ τῆς ἰατρικῆς τέχνης τέλος, τοῦτ᾽ ἔστιν ἡ ὑγεία, ὅπερ ἐστὶν ἀνθρώπινον σῶμα, δευτέρας δὲ τῆς τῶν βοηθημάτων, δι᾽ ὧν γὰρ τὸ τέλος, ἰστέον ὅτι, ἡ περὶ τῶν φαρμάκων πραγμα-

D τεία τῆς δευτέρας ὕλης ἐστίν. ἑτέρα γὰρ τῆς προτέρας. * *

ἔνιοι μὲν γὰρ ἐπὶ ξανθῇ χολῇ, τινὲς δὲ ἐπὶ τῇ μελαίνῃ, τινὲς δὲ, ἐπὶ τῷ φλέγματι συνίστανται. τοσαῦτα γάρ ἐστι σύμπαντα γένη τῶν ἐπὶ χυμοῖς σηπομένοις ἀναπτομένων πυρετῶν, καὶ ἅπασα ποικιλία τῶν ἄλλων πυρετῶν, ἐκ τῆς τούτων γὰρ μίξεως. καὶ τοὶ ἐφήμεροί τε, καὶ οἱ ἑκτικοὶ καλούμενοι πυρετοὶ, ἕτερα δύο γένη εἰσὶ ἀποκεχωρισμένα τῶν ὀξέων πυρετῶν. ἀλλὰ καὶ ὁ ὀξὺς πυρετὸς ἤτοι σηπομένου τῶν εἰρημένων τινὸς χυμῶν, ἢ μορίου φλεγμαίνοντος γίνεται. ἅπαντα δὲ τὰ τοιαῦτα. * * ὅτε γὰρ ἐν πρώτῃ τῶν

E ἡμερῶν. * * ψιλὸς μὲν οὖν καὶ μόνος ἕκαστος τῶν εἰρημένων χυμῶν ἀκριβὲς ἕκαστον ἐργάζεται τῶν εἰρημένων παθῶν. ἀναθολωθεὶς δὲ τῷ αἵματι, κἄπειτα κατασκήψας εἰς τι μόριον, σκιρρώδεις, ἢ οἰδηματώδεις, ἢ ἐρυσιπελατώδεις ἐργάζεται φλεγμονάς. καὶ σκιρρώδεις μὲν, ὁ μελαγχολικός· ἐρυσιπελατώδεις δὲ, ὁ πικρόχολος· οἰδηματώδεις δὲ, ὁ φλεγματικός· ὥσπερ ὅταν τὸ αἷμα αὐτὸ κατὰ φύσιν σφηνωθὲν ἐν τῷ ῥευματισθέντι χωρίῳ διασαπῇ, φλεγμονὴ συνίσταται. * * ὡς καὶ πολλὰ εὑρίσκεσθαι, ἐφ᾽ ὧν οὐ χρὴ μήτε ἄνω, μήτε κάτω φαρμα-

F κεύειν. αὐτίκα μὲν οὖν οὔτε ἐν * οὔτε ἐν τῇ ἡλικίᾳ, * οὔτ᾽ ἐν τῷ θερμῷ χωρίῳ, οὔτ᾽ ἐν τῇ ἕξει. * οὔτ᾽ ἐν * *

A

Περὶ τῆς φαρμακώδους τροφῆς.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ κη.

Ἐν τροφῇ φαρμακίη, ἄριστον· ἐν τροφῇ, φαρμακίη φλαῦρον. φλαῦρον καὶ ἄριστον πρός τι.

Πολλὰ μικτὴν ἔχουσι τὴν φύσιν ἐξ ἐδέσματός τε, καὶ φαρμάκου. τοιούτου δὲ τοῦ γένους εἶναι λέγομεν, ὅσα σύνθετον ἔχει τὴν φύσιν ἐκ τῆς ἐναντίας δυνάμεως. οὕτω δὲ καὶ ἐν τοῖς ὑφ' ἡμῶν B σκευαζομένοις ἐξ ἐναντίων οὐσιῶν τε καὶ δυνάμεων εὑρίσκεται. καθάπερ εἰ κατ' αὐτὸ ἐμβάλλοις τῷ χυλῷ τῆς πτισάνης ὀλίγον τι τοῦ τῆς σκαμμωνίας ὀποῦ. λανθάνον γὰρ οὕτω τὴν αἴσθησιν, οὐ λήσεται κατὰ τὴν ἐνέργειαν ἀλλ' ὑπάξει σαφῶς τὴν γαστέρα. ἔνια μὲν οὖν συντίθεται κατὰ τὸν αὐτὸν τρόπον ὑπὸ τῆς φύσεως, τῶν ἁπλῶν εἶναι δοκούντων. τοιαύτην τὴν φύσιν ἔχει καὶ ἡ φακὴ, καὶ ἡ κράμβη, καὶ τῶν θαλασσίων σχεδὸν ἁπάντων τὰ ὀστρακόδερμα καλούμενα· ὧν τὸ μὲν στερεὸν σῶμα, βραδύπορόν τέ ἐστι, καὶ σταλτικὸν τῆς γαστρός· ἡ δ' ὑγρότης ἐρεθίζει πρὸς ἔκκρισιν. C καὶ μάχη τις γὰρ ποτὲ πρὸς ἄλληλα, τοῦ μὲν στερεοῦ σώματος ἰσχομένου, καὶ βραδύνοντος· ἐπειγομένης δὲ τῆς ὑγρότητος πρὸς τὴν ἔκκρισιν. ἔτι δὲ τὰ βρώματα καὶ πόματα ταχεῖαν, ἢ βραδεῖαν ἔχει τὴν διέξοδον· ἤτοι διὰ τὴν ἐξ ἀρχῆς ἡμῶν φύσιν, ἢ διὰ τὴν ἐπίκτητον διάθεσιν τῆς γαστρὸς, ἢ διὰ τὴν οἰκείαν οὐσίαν. ὡς καὶ πάντες ἴσασιν, ὅτι τινὰ μὲν αὐτῶν εἰσιν ὑγρὰ, τινὰ δὲ ξηρὰ, καὶ τινὰ μὲν γλίσχρα, τινὰ δὲ εὔθρυπτά τε, καὶ εὐδιαίρετα· καὶ τινὰ μὲν δριμύτητας ἐν ἑαυτοῖς ἔχοντα, τινὰ δὲ ὀξύτητας, ἢ πικρότητας, ἢ γλυκύτητας, ἢ ἁλυκότητας, ἢ αὐστηρότητας, καὶ στρυφνότητας, ἢ τινὰς ἔξω τούτων φαρμακώδεις δυνάμεις, ὁμοίας ταῖς τῶν φαρμάκων τῶν καθαιρόντων. D οὐ γοῦν θαυμαστὸν, ὡς τινὰ μὲν ἐπάγει τὴν γαστέρα, μεμιγμένας ἐν ἑαυτοῖς ἔχοντα φαρμακώδεις δυνάμεις, ὁμοίας ταῖς κατὰ τὴν κολοκυνθίδα τε, καὶ σκαμμωνίαν, καὶ ἐλλέβορον, ὅσα τε ἄλλα τοιαῦτα. Εἰσὶ δέ τινες ἡγούμενοι, ἐδέσματα μὲν εὑρίσκεσθαι, ἅπερ οὔτε θρεπτικήν τινα τοῦ ζώου δύναμιν ἔχουσιν, οὔτε καθαρτικήν. καί φασι, ταῦτα, οὐχ ὡς τροφὰς μόνον ἐνεργεῖν πολλάκις, ἀλλὰ καὶ ὡς φάρμακα, διότι θερμαίνει, καὶ ὑγραίνει, καὶ ψύχει, καὶ ξηραίνει σαφῶς τὰ σώματα. καὶ ταῦτα ὅταν μηδὲν τούτων ἐνεργῇ περὶ τὸ σῶμα, τρέφει δὲ μόνον αὐτὸ, τότε οὐχ ἕξει τὸν τοῦ φαρμάκου λόγον. E ἀλλ' εἴπερ ἐστὶ τινὰ τοιαῦτα ἐδέσματα, ἡμεῖς εἶναι ὀλίγιστα φαμέν· εἰ δ' ἐστὶν, μόνον τὸν τῆς τροφῆς ἔχει λόγον, χωρὶς τοῦ μεταβάλλειν τὸ σῶμα τοῦ προσενεγκαμένου κατὰ ποιότητα. κατὰ τοῦτον οὖν τὸν λόγον, ὅσα μέσα ταῖς κράσεσιν, οὐδεμίαν ἔχει ἐπικρατοῦσαν ποιότητα, ταῦτα μόνον τροφὰς εἶναι, οὐ φάρμακα φασίν. ἔστι μὲν οὖν, ὅτε συμφέρει, ἐν τῇ τροφῇ δύναμιν εἶναι τοῦ φαρμάκου, ἵνα μετὰ τροφῆς, καὶ τὸ βοήθημα προσενέγκοιτο, καὶ ἴσως μετά τινος ἡδονῆς. ἔστι δ' ὅτε, οὐ συμφέρει τοῦτο γοῦν. καὶ τότε ἡ τροφὴ γίνεται μὲν φαύλη κατὰ τὴν δύναμιν τὴν φαρ- F μακώδη, εἰ καὶ τῇ τῆς τροφῆς ποιότητι ἐπιτήδειος οὖσα κατὰ πάντας τοὺς χρόνους τοῖς σώμασιν ἡμῶν. οὐ συμφέρει δὲ, ὡς ὅταν μόνης τῆς καθάρσεως χρῄζει τὸ σῶμα, τροφῆς δὲ, οὔ. τοῦτο δ' οὐκ ἔστιν ἐπὶ πᾶσι, καὶ ἀεὶ ἀληθές. διὸ προστίθησι, φλαῦρον, καὶ ἄριστον πρός τι· δηλονότι τὸ βλαβερόν τε, καὶ ὠφέλιμον. ἑτέρῳ γὰρ λόγῳ φαίης ἂν τήνδε τὴν τροφὴν τῆς ἄλλης βελτίονα, ἑτέρῳ δὲ τὴν ἄλλην ὑπάρχειν.

De alimento medicamentoso.

TEXTVS HIPPOCRATIS 28.

In alimento pharmacum optimum; in alimento pharmacum malum; Malum & optimum ad aliquid referuntur.

Multa sunt, quæ mixtam ex cibo & medicamento naturam habent. Huius generis esse dicimus, quæcunque ex contraria facultate mixtam habent naturam. Sic in iis, quæ à nobis parantur, quædam ex contrariis substantiis, facultatibúsque comperiuntur: vt si tu succo ptisanæ parum liquoris scammonij iniicias. Quamuis enim sic sensum effugiat, in actione tamen non occultabitur, sed apertè aluum subducet. Quædam autem eodem modo à natura componuntur, quæ videntur esse simplicia. Talem habent naturam lens, brassica, & marina propemodum omnia, quæ testam pro cute habere dicuntur: quorum solidum corpus tardè permeat, aluúmque cohibet: humor ad excretionem irritat. Atque interdum pugna quædam mutuò conseritur, quum solidum corpus cohibet, & moratur: humor verò ad excretionem stimulat. Præterea verò cibi, & potus celeriter, aut tardè pertranseunt, aut propter naturam nobis ab initio tributam: aut propter ventris affectionem acquisitam: aut propter propriam substantiam: quum neminem fugiat, quosdam humidos esse, quosdam aridos, quosdam lentos, quosdam friabiles, quosdam facilè diuiduos, quosdam acres, quosdam acidos, aut amaros, aut dulces, aut salsos, aut austeros, aut acerbos: aut quasdam, extra has, habere facultates medicamenti naturam referentes, quæ similes sint earum, quæ in medicamentis purgantibus insunt. Haud igitur mirabile est, si quædam aluum mouent, quum mixtas in seipsis facultates habeant medicamenti naturam referentes, similes earum, quæ sunt in colocynthide, scammonio, veratro, & aliis generis eiusdem. Sunt, qui edulia inueniri arbitrentur, in quibus nulla neque alendi animalis, neque purgandi facultas insit: aiúntque hæc non solùm vt alimenta persæpe agere, sed etiam vt medicamenta: propterea quòd corpora perspicuè calefaciunt, humectant, refrigerant, & siccant: hæc porrò quum nihil horum agunt in corpore, sed solùm alunt, tum non subire medicamenti rationem. Sed si quæ sunt huiusmodi edulia, nos certe paucissima esse affirmamus. Quod si sint, solùm pro alimento sunt. Nec qualitatem corporis eius, qui sumpsit, immutant. Hac ratione quæ mediæ temperaturæ sunt, nullámque superantem qualitatem habent, hæc alimenta solùm esse volunt, medicamenta non item. Prodest igitur interdum in alimento vim medicamenti inesse, vt cum alimento remedium quoque adhibeatur, ac fortasse etiam cum voluptate quadam: interdum vero id prodest. Quo sanè tempore alimentum redditur malum ex medicamenti qualitate, licet qualitate alimenti esset omnibus temporibus nostro corpori idoneum. Non prodest autem, quum corpus solam purgationem, & non item alimentum postulat. Id quod neque in omnibus, neque perpetuò verum est. Quocirca addit, *Malum, & optimum ad aliquid referuntur*; hoc est noxium, & vtile. Alia enim ratione dices, hoc alimentum esse melius: alia verò aliud, non

non autem absolutè. Nam si medicamentum dandum sit, aut purganda aluus, hoc ad agendum scammonium brassicæ præstare affirmabis: Si verò solùm subducenda aluus sit, brassicæ ius antepones. Sic de cæteris iudicandum est: quia malum, & non malum ad aliquid referuntur. Et quod vni optimum est, alteri erit malum, & contra: & quod absolutè malum est, alicui particulatim vtile esse comperietur. Cæterùm de vocabulo φαύλου hoc sciendum est, veteres ferè omnes solere hoc vsurpare, quum significare volunt simplex, aut quoduis, cui contrario nomine opponitur exquisitum. Nunc verò non ita accipiendum est, quum ei optimum opponatur.

A οὐχ ἁπλῶς δέ. ἐὰν μὲν γὰρ χρὴ φαρμακεύειν, ἢ τὴν κοιλίαν καθᾶραι, βελτίονα πρὸς τοῦτο τὸ ἔργον εἶναι τὴν σκαμμωνίαν τῆς κράμβης λέξας· ἐὰν δὲ μόνον ὑπάγειν τὴν γαστέρα δέῃ, τὸν τῆς κράμβης ζωμόν. οὕτω δὲ καὶ περὶ τῶν ἄλλων, διότι τὸ φαῦλον, καὶ τὸ οὐ φαῦλον πρός τι λέγεται· καὶ ὅ τινι ἄριστόν ἐστι, ἄλλῳ φαῦλον ἔσται· καὶ ἀνάπαλιν· καὶ ὃ ἁπλῶς φαῦλόν ἐστι, τινὶ κατὰ μέρος ὠφέλιμον εὑρεθήσεται. περὶ δὲ τῆς τοῦ φαύλου ὀνομασίας ἰστέον, ὅτι οἱ παλαιοὶ σχεδὸν ἅπαντες εἰώθασι λέγειν αὐτὸ ἀντὶ τοῦ τυχόντος, καὶ ἁπλοῦ, ᾧ ἀντικείμενον τιθέασι τὸ ἀκριβές· νῦν δὲ οὐχ οὕτω ληπτέον, ἐπειδὴ B ἀντίκειται αὐτῷ τὸ ἄριστον.

Qui affectus interdum lædunt, interdum iuuant, aut neutrum præstant.

Τίνες διαθέσεις ποτὲ μὲν βλάπτουσι, ποτὲ δὲ ὠφελοῦσιν, ἢ καὶ οὐδέτερον πράττουσι.

TEXTVS HIPPOCRATIS 29.

VLcus, crusta, sanguis, pus, ichor, lepra, furfur, vlcera capitis manantia, impetigo, vitiligo, ephelis; interdum lædunt, interdum iuuant. Interdum neque lædunt, neque iuuant.

Vlcerum quædam sua spontè oriuntur, quædam è causa externa. Et quædam semper maiora, deterioráque fiunt, quædam contra: sicut quædam in extremitate consistunt, quædam caua sunt. Quæ extremitatem, cutémque occupant, herpetes vocant: quæ subiectam carnem corrumpunt phagedænas: vt etiam carbunculus vocatur vlcus quum crusta simul cum multa circumiacentium corporum inflammatione. Si quis autem accuratiùs scire aueat proprias vlcerum differentias, is explicatas habebit in libris methodi medendi: vbi etiam diximus, alias esse simplicis, soliúsque vlceris, sine alia affectione coniuncta, differentias: alias, si qua alia simul adsit affectio. * * Ipse dixit, *Erysipelas ab externis ad interna verti, non bonum est; ab interioribus ad exteriora, bonum.* vt sciamus quicquid ex imis partibus ad cutim vertitur, in bonis esse numerandum. Contrà verò si ad profundas partes transmutetur, in malis esse habendum: quocirca non est mirabile, si vlcera interdum boni consulenda sunt, licet, vt monui, omnia propemodum sint mala. Eadem est crustæ ratio. Quare si ex vlcere sanguis fluat, cohibendus priùs sanguis est, deinde vlcus curandum. Crustam autē vt sepimentum vlcerum medici compererunt. Generatur enim crusta ex subiectis, circumpositisque corporibus veluti semiustis: quare tantum carnis naturalis deperditur, quantum ad crustam faciendam adustum est. Multis autem, postquam crusta decidit, profusio sanguinis, quæ ægrè sisti potuit, superuenit, vt magnopere nocuerit, ac sæpe acciderit, vt animal hoc profluuio laborans citiùs moriatur, quam effluere sanguis cesset: quo sanè tempore necessitas nos cogit, vt omni remediorum genere vtamur: debétque medicus accuratè, ac sedulò animum aduertere. De sanguine autē nemo dubitat, quin interdum vtiliter, interdum secus effluat, aut etiam excernatur. Etenim si ratione iudicationis, morbo concocto, & critico die fiat sanguinis profusio, si modò morbum per sanguinem iudicari opus erat, omnino ægrotum seruabit. Sin contra, aut mortem, aut certè maximum periculū afferet, vt nos quotidie propemodū intuemur.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ κθ'.

Ἕλκος, ἐσχάρη, αἷμα, πῦον, ἰχὼρ, λέπρη, πίτυρον, ἀχὼρ, λειχὴν, ἀλφὸς, ἔφηλις· ὁτὲ μὲν βλάπτει, ὁτὲ δὲ ὠφελεῖ, ὁτὲ δὲ οὔτε βλάπτει, οὔτε ὠφελεῖ.

C Τῶν ἑλκῶν, τὰ μὲν αὐτομάτως γίνεται, τὰ δὲ ἐκ τῆς ἔξωθεν αἰτίας. καὶ τὰ μὲν ἀεὶ μείζω, καὶ χείρω γίνεται· τὰ δ' ἐναντίως. καὶ τὰ μὲν ἐπιπολῆς, τὰ δὲ κοῖλα. ὅσα δὲ ἐπιπολῆς ἢ καὶ κατὰ τὸ δέρμα, ἕρπητας ὀνομάζουσιν. ὅσα δὲ τὴν ὑποκειμένην διαφθείρει σάρκα, φαγεδαίνας· ὡς καὶ καλεῖται ἄνθραξ ἕλκος ἐσχαρῶδες ἅμα πολλῇ τῇ τῶν πέριξ σωμάτων φλογώσει. Εἰ δέ τις ἐπιμελέστερον βούλεται τὰς οἰκείας τῶν ἑλκῶν εἰδέναι διαφορὰς, ἔστιν ἔχειν αὐτὰς ἐν τῇ θεραπευτικῇ μεθόδῳ παραδεδομένας. ἔνθα καὶ λέλεκται ἡμῖν, ἄλλας μὲν εἶναι διαφορὰς ἕλκους ἁπλοῦ, καὶ μόνου, D χωρὶς ἑτέρας τινὸς διαθέσεως· ἄλλας δὲ, εἴ τις ἄλλη συνῇ διάθεσις. * * * εἶπεν αὐτὸς, ἐρυσίπελας ἔξωθεν ἔσω τρέπεσθαι, οὐκ ἀγαθόν· ἔσωθεν δὲ ἔξω, ἀγαθόν. ἵνα ἐπιστάμεθα, πᾶν ὅ, τι ἐκ τῶν βαθέων μερῶν ἐπὶ τὸ δέρμα τρέποιτο, τῶν ἀγαθῶν εἶναι. ἔμπαλιν δὲ ἐπὶ τὸ βάθος μεθιστάμενον, τῶν κακῶν. διὰ τοῦτο οὐδὲν θαυμαστὸν, εἰ τὰ ἕλκη ποτὲ ἐπ' ἀγαθῷ γίνεται, καίπερ ὄντων, ὡς εἶπον, πάντων σχεδὸν κακῶν. ὁ αὐτὸς δὲ λόγος τῆς ἐσχάρας ἐστίν. εἰ μὲν οὖν ἐκ τοῦ ἕλκεος τὸ αἷμα ῥέοι, ἐπισχεῖν μὲν χρὴ πρότερον τὸ αἷμα, τὸ δὲ ἕλκος ἑξῆς ἰᾶσθαι. ἐσχάραν δὲ οἱ E ἰατροὶ ὡς φράγμα τι τοῖς ἕλκεσιν ἐξεῦρον. ἔστι γὰρ ἡ γένεσις αὐτῆς ἐκ τῶν ὑποκειμένων, καὶ περικειμένων σωμάτων, οἷον ἡμικαύτων γινομένων. ὥστ' ἀπόλλυται τοῦ μορίου τοσοῦτον τῆς κατὰ φύσιν σαρκὸς, ὅσον κατὰ τὴν ἐσχάραν ἐκαύθη. πολλοῖς μὲν ἐπὶ ταῖς τῶν ἐσχάρων ἀποπτώσεσι δυσεπίσχετος ἐπηκολούθησεν αἱμορραγία· ὥστε βλάπτειν μεγάλως, καὶ πολλάκις οὕτω συμβαίνει. καὶ θᾶττον ἀπόλλυται τὸ οὕτως αἱμορραγοῦν ζῶον, ἢ τὸ αἷμα παύεται κενούμενον. τότε δὲ ἡ ἀνάγκη βιάζεται χρῆσθαι τοῖς ἅπασι βοηθήμασι· καὶ δεῖ τὸν ἰατρὸν ἀκριβῶς, καὶ ἐπιμελῶς νοῦν προσέχειν. περὶ δὲ τοῦ αἵματος F οὐδεὶς ἀγνοεῖ, ὅτι ποτὲ μὲν ὠφελίμως, ποτὲ δὲ βλαβερῶς ἐκρεῖ, ἢ καὶ ἐκκρίνεται. καὶ γὰρ εἰ λόγῳ κρίσεως, πεπεμμένου τοῦ νοσήματος, καὶ ἐν τῇ κρισίμῃ ἡμέρᾳ αἱμορραγία γένοιτο, εἴπερ δέον ἦν τὴν νόσον διὰ τοῦ αἵματος κρίνεσθαι, πάντως σώσει τὸν κάμνοντα. εἰ δ' ἀνάπαλιν, οἴσεται τὸν θάνατον ἢ κίνδυνον μέγιστον, ὡς ἡμεῖς ὁσημέραι σχεδὸν ὁρῶμεν.

τὸ δὲ πύον ἔχει δύο γένη, καὶ καθ' ἕτερον μὲν βλάπτει, καθ' ἕτερον δὲ ὠφελεῖ· ὡς ὅταν ἐπικρατούσης τῆς φύσεως γίνεται. βλάπτει δὲ, ὅταν γὰρ ἐκείνης νενικημένης· καὶ ἐπικρατούσης μὲν, ὡς ἐπὶ ταῖς φλεγμοναῖς, καὶ τοῖς φυματώδεσιν ὄγκοις· καὶ ἐν τοῖς κατὰ τὰς ἀρτηρίας τε, καὶ φλέβας χυμοῖς, τὸ τοῖς οὔροις ὑφιστάμενον. ἕτερον δὲ γένος, ἀῤῥωστούσης εἰς τοσοῦτον τῆς πεπτικῆς δυνάμεως γίνεται, ὡς μηδεμίαν ἐπὶ χρηστὸν ἐργάζεσθαι μεταβολὴν τοῦ σηπομένου περιττώματος. ὃ γίνεταί ποτε μὲν ἐκείνης ἐσχάτως ἀσθενούσης, κἂν τὸ σηπόμενον μετρίως ᾖ μοχθηρόν. ἔστι δ' ὅτε τὰ μὲν τῆς δυνάμεως οὐκ εἰς ἔσχατον τῆς ἀῤῥωστίας ἥκει, τὸ δὲ ὑγρὸν ἄκρως μοχθηρὸν ὑπάρχει. κρατησάσης μὲν οὖν ἀκριβῶς τῆς φύσεως, τὸ κάλλιστον γίνεται πύον. ἔστι γὰρ ἰδεῖν μὲν λευκὸν, παχὺ, καὶ ὅμοιον ἑαυτῷ πανταχόθεν· ἔτι δὲ, καὶ λεῖον ἁπτομένῳ, καὶ ἥκιστα δυσῶδες. πολλάκις δὲ λευκὸν μέν ἐστιν, ἀλλ' ὅτι δυσῶδες εἶναι δοκεῖ, οὐ καλόν ἐστιν· ὡς ἐνίοτε οὐ λευκὸν, ἀλλὰ πελιδνὸν φαίνεται. διὸ εἶπεν ἐν τοῖς ἀφορισμοῖς Ἱπποκράτης, ὁκόσοι ἔμπυοι καίονται, ἢν μὲν τὸ πύον καθαρὸν ῥυῇ, καὶ λευκὸν, περιγίνονται· ἢν δὲ ὕφαιμον, καὶ βορβορῶδες, καὶ δυσῶδες, ἀπόλλυνται. καὶ πάλιν, ὁκόσοι τὸ ἧπαρ διάπυον καίονται, ἢν μὲν τὸ πύον καθαρὸν ῥυῇ, καὶ λευκὸν, περιγίνονται· καὶ τὰ ἑξῆς. κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν τρόπον καὶ περὶ τῶν ἰχώρων νομιστέον, ὡς οὐ σμικρὰ συμπτώματα ὑφ' ἑαυτῶν γίνεται· καὶ ὁ Πλάτων δὲ ταὐτό πως λέγει εἰπών. ἰχὼρ δὲ, ὁ μὲν αἵματος ὀῤῥὸς, πρᾶος, ὁ δὲ μελαίνης χολῆς, ὀξείας δὲ, ἄγριος. δῆλον γάρ ἐστιν, ὅτι ἐπὶ πάντων χυλῶν τε, καὶ χυμῶν ὑγρότης τις ὀῤῥώδης, καὶ λεπτή ἐστι. διαφέρει δὲ κατὰ τὰς φύσεις τῶν χυμῶν, ὧν εἰσιν ὀῤῥοί. καὶ χαλεπώτατος ἔσται ὁ τῆς μελαίνης χολῆς· ἧττον δὲ χαλεπὸς ὁ τῆς ξανθῆς· καὶ τούτου μᾶλλον, ὁ τοῦ φλέγματος. ἐπιεικέστατος δὲ πάντων, ὁ τοῦ αἵματος ἰχώρ. καὶ δὴ κἀν τοῖς ἕλκεσιν ἰχὼρ μὲν καλεῖται τὸ λεπτὸν περίττωμα, ῥύπος δ' ἕλκους τὸ παχύ. καὶ διὰ μὲν τὸ λεπτὸν περίττωμα, ὑγρὸν τὸ ἕλκος γίνεται, διὰ δὲ τὸ παχὺ, ῥυπαρόν. τὴν δὲ περὶ τῶν χυμῶν θεωρίαν, ἐν οἷς ἰχῶρές εἰσιν, οὐ μόνον αὐτὸς οἶδεν Ἱπποκράτης, ἀλλὰ καὶ Πλάτων. καὶ περὶ τῶν νοσημάτων, ἐκ τῶν καθέκαστα χυμῶν ὁρμωμένων διαλέγεται ὧδέ πως, περὶ νοσημάτων, ὅσα διὰ χολὴν γίνεται ἀρχόμενος· ὅσα δὲ φλεγμαίνειν λέγεται τοῦ σώματος ἀπὸ τοῦ καίεσθαί τε, καὶ φλέγεσθαι διὰ χολὴν γέγονε πάντα. περὶ δὲ φλέγματος ὧδε· φλέγμα δὲ ὀξὺ, καὶ ἁλμυρὸν, πηγὴ πάντων νοσημάτων, ὅσα γίνεται καταῤῥοϊκά. περὶ δὲ μελαίνης χολῆς λέγει μὲν ἐκεῖνα, ἅπερ ἡμεῖς ἤδη γεγράφαμεν. ταὐτὰ δὲ λέγουσιν καὶ Ἀριστοτέλης, καὶ Θεόφραστος, καὶ τῶν ἰατρῶν οἱ δοκιμώτατοι, Διοκλῆς, Πλειστόνικος, Φιλότιμος, Ἡρόφιλος, καὶ ἄλλοι πολλοί. Ἱπποκράτης δὲ, οὐ μὴ μόνον περὶ τούτων λέγει, ἀλλὰ καὶ περὶ τοῦ αἵματος τοῦ ἰχωροειδέος ἐν ταῖς ἐπιδημίαις, ὅπερ εἶναι οἱ ἰατροὶ βούλονται, τὸ μετά τινος ἰώδους, καὶ κακοήθους δυνάμεως, κατὰ τὴν ἔννοιαν, καθ' ἣν γέγραπται ἐν τῷ δευτέρῳ τῶν ἐπιδημιῶν· καὶ ὑπὸ τῷ δέρματι, φησὶν, ἰχῶρες ἐγίνοντο, ἐγκαταλαμβανόμενοι δὲ, ἐθερμαίνοντο, καὶ κνησμὸν ἐνεποίουν· εἶτα φλυκταινίδες, ὥσπερ πυρίκαυστοι ἀνίσταντο, καὶ ὑπὸ τὸ δέρμα καίεσθαι ἐδόκεον. πρὸς δὲ τούτοις ἴσθι, ὅτι τινὰ τῷ ὅλῳ γένει παρὰ φύσιν ἐστὶν, ὧν ἁπάντων τριττὴ ἡ διαφορά. τινὰ μὲν γὰρ ἐκ μεταβολῆς γίνεται τῶν στερεῶν σωμάτων, ὡς ἡ μυρμηκία, καὶ ἡ λεύκη καὶ ὁ ἀλφὸς, ἐλέφας τε, καὶ ψώρα, καὶ λέπρα. τινὰ δ', οὐδ' ὅλως

A Puris duplex est genus, altero prodest, nocet altero. Prodest autem, quum fit superante natura; nocet, quum fit, illa superata. Ac superante quidem, vt in inflammationibus, & tumentibus tuberculis; & in humoribus, qui in venis, arteriisque continentur, id quod subsidet in vrinis. Alterum genus gignitur quum facultas concoctrix vsque adeò infirma facta est, vt nullam planè mutationem putrescentis excrementi ad bonum efficiat. Quandoque etiam facultas ad extremam imbecillitatem non peruenit, sed humor est summè vitiatus. Ergo quum natura integrè superat, pus optimum efficitur. Est autem hoc ad aspectum, album, crassum, & omni ex parte sibi simile; tangenti autem B læue, ac minimè fœtidum. Sæpè autem album quidem est, sed quia fœtidum videtur esse, non est bonum; sicut interdum non album, sed liuidum apparet. Propterea ipse in Aphorismis extulit hanc sententiam, *quicunque suppurati vruntur, aut secantur, si pus purum albúmque fluxerit, euadunt; sin suberuentum, fæculentum, ac fœtidum, moriuntur*; & hanc, *Quorum iecur suppuratum aduritur, si pus purum albúmque fluxerit, euadunt*; & quæ sequuntur. Eodem modo est de ichoribus existimandum, C quod non parua symptomata ex ichoribus oriantur. Idem fermè censet Plato, quum ait, *Ichor, qui sanguinis serum est, mitis; qui verò atræ bilis quæ acida sit, ferus.* Pespicuum enim est in omnibus, & succis, & humoribus humiditatem quandam serosam, tenuémque reperiri; differre tamen pro natura eorum humorum, quorum serum sunt. Erit autem infestissimum atræ bilis serum; minùs infestum flauæ; hócque minus pituitæ; omnium mitissimus ichor sanguinis. In vlceribus autem ichor tenue excrementum appellatur; sordes vlceris id, quod crassum est; atque ex tenui ex- D cremento vlcus humidum redditur; ex crasso sordidum. Hanc verò humorum contemplationem, in quibus ichores sunt, non solùm nouit Hippocrates, sed etiam Plato, & de morbis, qui ex singulis humoribus oriuntur, ita ferè differit, quum de morbis qui à bile progrediuntur, agere incipit; *quæcunque partes corporis pati inflammationem dicuntur; eæ omnes à bile incenduntur, & inflammantur.* De pituita ad hunc modum, *pituita acida, & salsa morborum omnium, qui distillatione fiunt, fons est.* De atra verò bile dicit ea, quæ à nobis iam E scripta sunt. Eadem consueuerunt Aristoteles, Theophrastus, & medici præstantissimi Diocles, Plistonicus, Philotimus, Herophilus, & alij plerique. Hippocrates non modò de his egit, sed etiam de ichoroide sanguine in libris de morbis vulgaribus loquutus est; quem sanguinem medici esse volunt cui venenosa quædam malignáque facultas sit adiuncta, vt est in secundo de morbis vulgaribus senten- F tia, *sub cute*, inquit, *ichores gignebantur; híque inclusi incalescebant, pruritúmque excitabant; tum pustulæ, vt ambustis, exurgebant, ac sub cute exuri sibi videbantur.* Præterea verò scito, quædam esse toto genere præter naturam, quorum omnium est triplex differentia: quædam ex solidarum partium mutatione fiunt, vt myrmecia, vitiligo, leuce, & alphos, elephas, scabies, & lepra. Quædam non omninò sunt

præter

præter naturam priùs, sed postea fiunt, vt meliceris, atheromata, & steatomata. Quare semper adhibenda mens accuratè est ad omnia, quæ præter naturam sunt; vt cuius sint generis expendas: & vtrum sponte sua, an ex aliqua causa orta sint pernoscas: & vtrum prosint, an noceant: vtrum denique, neque prosint, neque noceant: vt ab ipso dictum est. Quia verò etiam quædam furfurum similia à capite excidunt, idcirco monet, spectandum esse, vtrum hæc quoque damnum, an vtilitatem afferant. Cæterùm hoc symptoma gignitur ab ichoribus prauis pruritus concitantibus. In capitis etiam cute nascitur is, qui Achor nominatur. Estque ex genere tumorum, qui præter naturam sunt. Hic enim tenuibus quibusdam foraminibus perforatur, quæ tenuem quendam vaporem humiditatis modicæ glutinosæ continent. Impetigo quoque affectio cutis est. Eius sunt duæ species, altera cicur, & mitior: altera agrestis, & molestior: in his squamæ à cute abscedunt, & locus, qui sub squamis est, rubicundior videtur, & propè ad vlceratum accedit. Morbus autem ipse à salsa pituita, flauáque bile exoritur. Alphos quoque duplex est, albus, & niger. Fit niger ab atra bile: albus à pituita, non salsa. In vultu autem est non solùm Ephelis, cuius mentionem fecit, sed & vari, & lentigines, & ossium fracturæ: quæ omnia spectanda sunt, an vt crises, an vt abscessus, an alio modo quodam exoriantur.

A ὄντα πρότερον, ὕστερα γίνεται, καθάπερ καὶ αἱ μελικηρὶς, ἀθερώματά τε, καὶ στεατώματα. προσέχειν οὖν ἀεὶ χρὴ τὸν νοῦν ἐπὶ πάντων τῶν παρὰ φύσιν ἀκριβῶς, ἐπισκεπτόμενον ἐκ τίνος γένους ἐστὶν· καὶ πότερον αὐτομάτως γέγονεν, ἢ ἔκ τινος τῆς αἰτίας· καὶ πότερον ὠφελεῖ, ἢ βλάπτει· εἰ καὶ μήτ' ὠφελεῖ, μήτε βλάπτει, ὡς αὐτὸς φησιν. ἐπεὶ δὲ καὶ τὰ ὅμοια πιτύροις ἀπὸ τοῦ τῆς κεφαλῆς δέρματος πολλάκις ἀποπίπτει, διὰ ἀξιοῖ σκοπεῖν, πότερον καὶ ταῦτα ὠφέλιμά ἐστιν, ἢ βλαβερά. γίνεται δὲ τὸ σύμπτωμα τοῦτο ὑπὸ μοχθηρῶν ἰχώρων, τοὺς κνησμοὺς ἐμποιούντων. ἐν δὲ αὐτῷ τῷ δέρματι τῆς κεφαλῆς γίνεται ὁ καλούμενος ἀχὼρ ὃς ἐκ

B τοῦ γένους τῶν παρὰ φύσιν ὄγκων ὑπάρχει. ἔστι γὰρ λεπτοῖς πάνυ τρήμασι κατατετρημένος, νοτίδα λεπτὴν ἔχουσιν ὑγρότητος ἀτρέμα γλίσχρας. ἔστι δὲ καὶ ὁ λειχὴν πάθος τοῦ δέρματος, διττὸν δὲ εἶδος λειχῆνος, ὁ μὲν ἥμερος, καὶ πρᾳότερος· ὁ δὲ ἄγριος, καὶ χαλεπώτερος. ἀφίστανται δὲ καὶ ἐπὶ τούτων καὶ αἱ λεπίδες τοῦ δέρματος, καὶ ὑπὸ τὰς λεπίδας τόπος ἐρυθρότερος, καὶ ἐγγὺς ἡλκωμένου φαίνεται. τὸ δὲ πάθος αὐτὸ γίνεται ἀπὸ φλέγματος ἁλμυροῦ, καὶ τῆς ξανθῆς χολῆς. οὕτω δὲ καὶ ὁ ἀλφὸς διττός ἐστιν, ὁ μὲν λευκὸς, ὁ δὲ μέλας. γίνεται δὲ ὁ μὲν μέλας ὑπὸ μελαίνης χολῆς· ὁ λευκὸς δὲ ὑπὸ τοῦ φλέγματος, οὐχ ἁλυκοῦ. περὶ

C δὲ τὸ πρόσωπόν ἐστιν οὐ μόνον ἔφηλις, περὶ ἧς αὐτὸς εἶπεν, ἀλλὰ καὶ οἱ ἴονθοι, καὶ φακὸς, καὶ κατάγματα τῶν ὀστέων. ἅπαντα σκοπεῖσθαι χρὴ, πότερον λόγῳ κρίσεως, ἢ ἀποστάσεως, ἢ κατ' ἄλλον τινὰ τρόπον γίνεται.

Quid re & nomine alimentum.

TEXTVS HIPPOCRATIS 30.

Alimentum, non alimentum; nisi alere queat, nomine alimentũ, re autem minimè; re alimentum, nomine verò non item.

Quod paulò antè dixit, rectè dictum est, appositionem primùm fieri, deinde agglutinationẽ, tum assimilationẽ cum eo, quod nutriendũ sit: & illud, propriè alimentũ vocari, id quod iã alit: quod verò velut alimentũ est, necdũ aluit, quale est quod agglutinatur, aut quod apponitur, alimentũ non propriè, sed homonymè nominari: quod autem venis continetur, & eo magis etiã quod in ventriculo est, vtpote quod quandoque nutriturũ sit si probè cõficiatur, alimẽtum esse appellatum. Eodem modo, vt dictum est, singula edulia vocamus alimenta, nõ quod iam alant animantes, neque quod talia sint, quale est id, quod alit: sed quòd possint alere, nutrituráque sint, si probè fuerint confecta. Est ergo alimentũ, & non alimentum. Quod enim iam assimilatũ est, alimentũ vocat. Sic quod potest nutrire, nutriturúmque est, alimentũ nuncupamus. Quod verò nũquam potest alere, nomine quidem potest alimentũ appellari, re verò non potest. Pari modo quod re ipsa alimentum est, non est alimentum nomine, sed re & actione. De alimẽtis autẽ, in quibus medicamenti facultates sunt, ac de medicamentis

* Sicut curatio, quæ fit iis alimentis, in quibus medicamenti facultas inest, præstantior censetur, quàm ea, quæ medicamentis, facultates alimentorum in se habentibus, fiat. Proinde caue, ne purgationes ex puris rebus moliaris: siquidem aliquid admiscendũ est. Si verò vt medicamento purgãte contingat, ne finem non consequaris, ne quid aliud adiungito, nisi quod idoneũ sit, in quo alendi insit facultas. Huius autẽ generis sunt, quæcunque *

Τί τῷ ἔργῳ τε καὶ τῷ ὀνόματι τροφή.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ λ'.

ΤΡΟΦΗ, οὐ τροφή. ἢν μὴ οἷόν τε ᾖ τρέφεσθαι, ὄνομα τροφή. ἔργον δὲ, οὐχί. ἔργον τροφή, οὔνομα δὲ,

D οὐχί.

Ὀρθῶς ἐλέγετο τὸ πρόσθεν ῥηθὲν, τὸ δεῖν πρόσθεσιν μὲν πρῶτον, ἐφεξῆς δὲ πρόσφυσιν, ἔπειτ' ἐξομοίωσιν γίνεσθαι τῷ μέλλοντι τρέφεσθαι. καὶ ὅτι κυρίως μὲν τὸ τρέφον ἤδη, τροφή. τὸ δ' οἷον μὲν τροφή, οὔπω δὲ θρέψαν, ὁποῖόν ἐστι τὸ προσφυόμενον, ἢ τὸ προστιθέμενον· τροφὴ μὲν οὐ κυρίως, ὁμωνύμως δὲ τροφὴ καλεῖται. τὸ δὲ ἐν ταῖς φλεψὶ περιεχόμενον, καὶ τούτου ἔτι μᾶλλον τὸ κατὰ τὴν γαστέρα, ὡς μέλλον ποτὲ θρέψειν, εἰ καλῶς κατεργασθείη, κέκληται τροφή. τὸν αὐτὸν δὲ τρόπον, ὡς εἴρηται, καὶ τῶν ἐδεσμάτων ἕκαστα τροφὰς ὀνομάζομεν, οὔτε τῷ τρέφειν

E ἤδη τὸ ζῶον, οὔτε τῷ τοιοῦτον ὑπάρχειν, οἷον τὸ τρέφον, ἀλλὰ τῷ δύνασθαί τε, καὶ μέλλειν τρέφειν, καλῶς κατεργασθέν. ἔστι μὲν οὖν τροφὴ, καὶ οὐ τροφή· τὸ γὰρ ἤδη ὁμοιούμενον, τροφὴν καλεῖ. οὕτω δὲ καὶ τὸ δυνάμενόν τε, καὶ μέλλον τρέφειν, τροφὴν ὀνομάζομεν. τὸ δὲ μὴ δυνάμενόν ποτε τρέφειν, τῷ μὲν ὀνόματι λέγεσθαι τροφὴ δύναται, ἔργῳ δὲ, οὐκ ἔτι. οὕτω καὶ τὸ τῷ ἔργῳ τροφὴ, οὐκ ἔστι τροφὴ κατὰ τοὔνομα, ἀλλὰ κατὰ τὸ πρᾶγμα, καὶ κατ' ἐνέργειαν. περὶ δὲ τῶν τροφῶν, ἐν αἷς αἱ δυνάμεις φαρμακώδεις εἰσὶ, καὶ περὶ τῶν φαρμάκων * *

F ὡς ἡ θεραπεία γινομένη διὰ τῶν τροφῶν, ἐν αἷς ἡ τοῦ φαρμάκου δύναμίς ἐστι, βελτίων ἐστὶ τῆς διὰ τῶν φαρμάκων, τὰς τῶν τροφῶν δυνάμεις ἐχόντων. διὸ εὐλαβοῦ τὰς καθάρσεις ποιεῖν διὰ τῶν καθαρῶν. δεῖ γάρ τι μιγνῦναι. εἰ δὲ συμβαίνει φαρμακεύειν, ἵνα μὴ ἀμαρτάνοις τοῦ σκοποῦ, μὴ προσθήσεις ἄλλο τι, πλὴν τὸ ἐπιτήδειον, ἐν ᾧ δύναμις ὑπάρχει τρόφιμος. τούτου δὲ γένους ἐστὶν, ὅσα * * *

A

Πόθεν καὶ ποῖ ἡ τῆς τροφῆς διαφορὸς ὁλκή τε καὶ ἀνάδοσις.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ λα΄.

Ἐς τρίχας τροφὴ, καὶ ἐς ὄνυχας, καὶ ἐς τὴν ἐσχάτην ἐπιφανείην ἔνδοθεν ἀφικνέεται. ἔξωθεν τροφὴ, ἐκ τῆς ἐσχάτης ἐπιφανείης ἐνδοτάτω ἀφικνέεται, ξύρροια μία, ξύμπνοια μία.

Δέδεικται μὲν ἐν τοῖς ἄνωθεν εἰρημένοις, ὅτι ἕκαστον μόριον ἕλκει τὴν οἰκείαν αὐτοῦ τροφήν· καὶ ὅτι φυσικὸν ἔργον ἐστὶν ἡ ἀνάδοσις τροφῆς, ἐκ κοιλίας μὲν εἰς ἧπαρ· ἐξ ἥπατος δὲ εἰς ὅλον τὸ σῶμα· καὶ ὅτι τῶν φυσικῶν ἐνεργειῶν ἡ πρώτη τε, καὶ ἀναγκαιοτάτη σχεδὸν ἁπασῶν ἡ θρέψις ἐστὶν εἶδός τι οὖσα τῆς ἀλλοιωτικῆς ἐνεργείας. ἐπεὶ δὲ ἡ κατὰ τὴν γαστέρα πέψις, ἀλλοίωσίς ἐστι, καὶ ἡ ἐν ταῖς φλεψὶ, καὶ ἡ καθ᾽ ἕκαστον μόριον, διὰ τοῦτο ἕπεται μὲν ἐξομοίωσις, οὐ ταὐτὸν μὲν ὄνομα τῇ θρέψει, τὸ δ᾽ ἔργον οὐχ ἕτερον. εἰσὶ μέντοι τινὲς ἡγούμενοι, οὐδεμίαν οὐδενὶ μορίῳ ὑπάρχειν ἑλκτικὴν δύναμιν τῆς οἰκείας ποιότητος. ἡμῖν δὲ, οὐδὲ τὸ διὰ τοῦ αὐτοῦ πόρου τὴν ὁλκὴν γίνεσθαι, καὶ τὴν ἀπόκρισιν ἐν διαφόροις τοῖς χρόνοις, οὐδὲν χαλεπὸν δεικνύναι. εἴ γε καὶ τῆς γαστρὸς ὁ στόμαχος, οὐ μόνον ἐδέσματα, καὶ πόματα ἐπάγων εἰς ἑαυτὸν, ἀλλὰ κἀν ταῖς ναυτίαις τὴν ἐναντίαν ἐνέργειαν ποιῶν ἐναργῶς φαίνεται. ταὐτὸ τοῦτο ποιεῖ καὶ ἡ ἐπὶ τῷ ἥπατι κύστις· ἡ διὰ τοῦ ἑαυτοῦ αὐχένος πληροῦται, καὶ ἐκκενοῦται. ὡσαύτως δὲ καὶ ὁ στόμαχος τῶν μητρῶν ὁδός ἐστιν, εἴσω μὲν τοῦ σπέρματος, ἔξω δὲ, τοῦ κυήματος. δέδεικται δὲ ἤδη ἡμῖν, ὅτι δι᾽ ὧν εἰς ἧπαρ ἀνεδόθη τι φλεβῶν ἐκ γαστρὸς, αὖθις εἰς αὐτὴν ἐξ ἥπατος ἐν ταῖς ἀσιτίαις ταῖς μακροτέραις δύναται ἕλκεσθαι ἡ τροφή. τῶν δὲ φλεβῶν, τῶν ἐν τῷ μέσῳ τεταγμένων ἥπατός τε, καὶ τῶν κατὰ τὴν κοιλίαν, ὁ αὐτὸς λόγος. ὅτε μὲν γὰρ ἐν τούτοις ἄφθονος εἴη περιεχομένη τροφὴ, διὰ τῶν εἰρημένων εἰς ἧπαρ ἀναφέρεται φλεβῶν. ὅτε δὲ εἴη κενὰ, καὶ δεῖται τροφῆς, διὰ τῶν αὐτῶν αὖθις ἐξ ἥπατος ἕλκεσθαι. τούτων μὲν οὕτως ἐχόντων, πᾶν μόριον ἕλκει μὲν τὸ ἰσχυρότερον· ἐκκενοῦται δὲ τὸ ἀσθενέστερον. καὶ τοῦτό γε ἢ ἁπλῶς, καὶ φύσει, καὶ κοινῇ πᾶσίν ἐστιν, ἢ ἰδίως τῷδέ τινι γίνεται. καὶ φύσει μὲν, καὶ κοινῇ πᾶσι τοῖς ζώοις, ἡ μὲν καρδία τοῦ ἥπατος· τὸ δ᾽ ἧπαρ ἐντέρων τε, καὶ γαστρός· αἱ δ᾽ ἀρτηρίαι τῶν φλεβῶν ἰσχυρότεραί εἰσιν ἕλκουσαί τε τὸ χρήσιμον ἑαυτοῖς, ἀποκρίναι τε τὸ μὴ τοιοῦτον. καθ᾽ ἕκαστον δὲ ἡμῶν ἰδίως, ἐν μὲν τῷδε καιρῷ τὸ ἧπαρ ἰσχυρότερον ἕλκειν. ἐν δὲ τῷδε ἡ γαστήρ. ἐπισπᾶται γὰρ ῥᾳδίως ἐκ τοῦ ἥπατος, ὅταν αὐτὴ μὲν ὀρέγοιτο τροφῆς σφοδρῶς, ἐμπεπλησμένον δὲ εἴη τὸ ἧπαρ. οὕτω δὲ καὶ τὸ ἧπαρ ἕλκει, ὅταν ποτὲ καὶ αὐτὸ δέηται τροφῆς. καὶ ὡς ἐξ ἀλλήλων ἕλκει τὰ μόρια τροφὴν, οὕτω καὶ ἀποτίθεταί ποτ᾽ εἰς ἄλληλα τὸ περιττόν. ὥστε οὐ θαυμαστὸν, εἰ ἐκ τῆς ἐσχάτης ἐπιφανείας, τῆς κατὰ τὸ δέρμα, ὡς νῦν Ἱπποκράτης φησὶ, μέχρι τῶν ἐντέρων, καὶ τῆς γαστρὸς ἀφικνεῖταί τι μεταλαμβανόμενον. καὶ μὴ μόνον τὸ πνεῦμα, ἢ τὸ περίττωμα, ἀλλὰ καὶ ἡ τροφὴ αὐτὴ ἐκ τῆς ἐσχάτης ἐπιφανείας αὖθις ἐπὶ τὴν ἀρχὴν, ὅθεν ἀνηνέχθη, καταφέρεται. ἐλάχισται γὰρ ῥοπαὶ τῶν κινήσεων, τὴν ἐκκριτικὴν ταύτην οἰακίζουσι δύναμιν.

Varia alimenti attractio & distributio vnde & quo.

TEXTVS HIPPOCRATIS 31.

Alimentum in pilos, & in vngues, & in extimam superficiem ab internis partibus peruenit. Ab externis partibus alimentum ab extima superficie ad intima peruenit: Confluxio vna, conspiratio vna.

In iis, quæ supra attulimus, ostensum est B vnamquamque partem trahere alimentum sibi aptum; atque alimenti distributionem opus esse naturale, vt ex ventriculo in iecur, ex iecore in totum corpus distribuatur; itémque omnium naturaliũ actionum principem, ac maximè necessariam propemodum esse nutritionem, quæ actionis alterantis quædam species est. Quoniam autem concoctio, quæ in ventriculo fit, alteratio quædam est, itémque ea, quæ in venis, quæque in singulis fit partibus, ideo consequitur assimilatio, quæ vt nomine non eadem sit, quod nutritio, re certè diuersa non est. Sunt tamen, qui nullam inesse vlli parti attractricem facultatem C propriæ qualitatis, arbitrentur. Nobis autem nihil difficile est ostendere, per eundem meatum effici attractionem, & excretionem, temporibus tamen diuersis, quando gula ventriculi non solùm esculenta, & potulenta in seipsum adducit, sed etiam quum nausea tentatur, contrariam obire actionem euidenter conspicitur. Idem facit vesica, quæ sub iecore est, quæ eiusdem colli vsu impletur, & vacuatur. Simili quoque modo vteri collum intrò est via spiritus, foras verò fœtus. Ostensum enim est, per quas venas à ventre in iecur facta est digestio, sursus D ex iecore in ipsum trahi nutrimentum in longiore inedia posse. Venarum, quæ medium spatium inter iecur, & partes citra ventrem occupant, eadem ratio est. Quum enim in eis magna alimenti contineatur copia, per easdem venas sursum fertur in iecur. Quum autem vacuæ sint, alimentíque indigeant, per easdem rursus à iecore trahunt. Quæ quum ita sint, omnis pars, quæ robustior sit, trahit; quæ imbecillior, euacuatur. Idque vel absolutè, & natura, & communiter omnibus inest, vel propriè in aliqua efficitur. Et natura quidem, generatímque omnibus & animantibus, cor quàm ie-E cur; iecur, quàm intestina, & venter; arteriæ, quàm venæ sunt ad trahendum id, quod eis vtile est; & ad id, quod tale non est, excernendum, valentiores. In singulis autem nobis propriè hoc tempore trahit vehementius iecur; in alio ventriculus. Hic enim facilè attrahit ex iecore, quum vehementer alimentum appetit, plenúmque iecur est. Quomodo etiam iecur trahit, quum ipsum quoque indiget alimento: Et vt partes vicissim ex sese alimentum trahunt; sic etiam quod superuacaneum est, in sese vicissim deponunt. Quare non est mirandum, si F ab extima superficie, quæ ad cutim est, vt nunc ait Hippocrates, vsque ad intestina, & ventrem aliquid translatum perueniat: ac non spiritus modò, & excrementum, sed etiam nutrimentum ipsum ab vltima superficie eò, vnde primũ ascendit, rursus deferatur; siquidem exiguum momentum expultricem facultatem huc illuc impellit.

Motus

A Motus autem qui ab internis partibus irritant, vt in purgantibus medicamentis fit, & vehementiores sunt, & diuturniores; duránt que dum affectio, quæ in ore vasorum est, quæ nimirum trahit, quod vicinum est, permaneat. Hæc enim in partem continentem euacuat; illa in eam rursus, quæ sibi proxima succedit; nec finis fit, donec ad vltimam superficiem peruentum sit: ità vt partibus deinceps positis, sibi semper alterà alteri impertiētibus, prima affectio celerrimè vsque ad extrema perueniat. Perspicuum igitur est, ex toto in totum aliquid ferri, mutuóque recipi: & vt ipse scribit, *vnam esse omnium conspirationem, & confluxionem.* Id autem apertè cernitur in corde, arteriisque omnibus, itémque thorace, & pulmone. Siquidem omni ferè temporis momento simul instrumentorum, simul materiarum contrarios motus fieri conspicies: & quemadmodum alio tempore spiritum ducimus, & alio vicissim emittimus, sic alimentum alio tempore iecur trahit ex ventriculo: alio verò ventriculus extrahit è iecore. Illud autem non est prætereundum, duo esse genera tractionis, vnum fit successione ad id, quod vacuatur: alterum qualitatis familiaritate. Quod autem fit successione ad id, quod vacuatur, prius id trahit, quod leuius est. Quod verò fit qualitatis familiaritate, sæpe quod est grauius, modò id sit magis natura cognatum. Quanquam quod leuius est, videtur cor, & arterias priùs petere. Quatenus verò etiam alimentum exigunt, in ipsas tunicas quod accommodatum est, trahitur. Partes autem hoc potissimum modo nutriuntur: corporis, quod sibi cōtinuum est, summæ primùm partes admoto sibi nutrimento fruuntur. Ab his rursum per continuum trahentes, sumunt eæ, quæ deinceps sunt. Deinde ab illis rursus aliæ. Atque id fit vsque dum alimenti qualitas in omnes sit partes distributa. Nec tamen partes omnes eodem modo aluntur: sed aliæ sanguinem magis, aliæ minùs alteratum postulant. Quæ autem huiusmodi sint, alibi dictum est, neque opus nunc est orationem producere longiùs.

αἱ δὲ κινήσεις, ἀπὸ τῶν ἔνδοθεν διερεθιζόντων, ὡς ἐν τοῖς καθαίρουσι φαρμάκοις, ἰσχυρότεραί τε πολὺ, καὶ μονιμώτεραι γίνονται· καὶ διαμένουσιν. ἔστ' ἂν καὶ ἡ περὶ τοῖς στόμασι τῶν ἀγγείων διάθεσις, ἡ τὸ πλησίον ἕλκουσα, παραμένῃ. αὕτη γὰρ εἰς τὸ συνεχὲς ἐκκενοῖ τὸ μόριον· ἐκεῖνο δ' αὖ εἰς τὸ μετ' αὐτό· καὶ τοῦτο οὐ παύεται μέχρι τῆς ἐσχάτης ἐπιφανείας. ὥστε μεταδιδόντων τῶν ἐφεξῆς ἀεὶ μορίων, ἑτέρων ἑτέροις, τὸ πρῶτον πάθος τάχιστα διϊκνεῖσθαι μέχρι τῶν ἐσχάτων. δῆλον μὲν οὖν ἐστιν, ὅτι ἐκ παντὸς εἰς πᾶν φέρεταί τι, καὶ μεταλαμβάνεται· καὶ ὅτι, ὡς γράφεται πρὸς αὐτοῦ, μία πάντων ἐστὶ σύμπνοιά τε, καὶ σύῤῥοια. φαίνεται γὰρ τοῦτο σαφῶς ἐπί τε τῆς καρδίας, καὶ τῶν ἀρτηριῶν ἁπασῶν, καὶ τοῦ θώρακος, καὶ τοῦ πνεύμονος. καθ' ἑκάστην γὰρ σχεδὸν τὴν χρονικὴν ῥοπὴν, τὰς ἐναντίας κινήσεις τε ἅμα τῶν ὀργάνων, καὶ φορὰς τῶν ὑλῶν ἐστιν ἰδεῖν γιγνομένας. καὶ ὥσπερ εἰσπνέομεν ἐν ἑτέρῳ χρόνῳ, καὶ αὖθις πάλιν ἐν ἑτέρῳ ἀντεκπνέομεν, οὕτω καὶ τροφὴν ἐν ἑτέρῳ μὲν χρόνῳ τὸ ἧπαρ ἐκ τῆς γαστρὸς, ἐν ἑτέρῳ δὲ ἡ γαστὴρ ἐκ τοῦ ἥπατος ἐπισπᾶται. ἐκεῖνο μὲν γινώσκειν χρὴ, ὡς δύο εἰσὶν ὁλκῆς εἴδη, τὸ μὲν τῇ πρὸς τὸ κενούμενον ἀκολουθίᾳ, τὸ δ' οἰκειότητι ποιότητος γιγνόμενον. καὶ ὡς ἡ μὲν πρὸς τὸ κενούμενον ἀκολουθία, τὸ κουφότερον ἕλκει πρότερον. ἡ δὲ κατὰ τὴν τῆς ποιότητος οἰκειότητα, πολλάκις τὸ βαρύτερον, ἂν τῇ φύσει συγγενέστερον ὑπάρχῃ. τὸ μέντοι κουφότερον, φαίνεται ἀεὶ πρότερον ἀκολουθεῖν καὶ ταῖς ἀρτηρίαις, καὶ τῇ καρδίᾳ. ὡς δὲ τρέφεσθαι δεομένοις, εἰς αὐτοὺς τοὺς χιτῶνας ἕλκεται τὸ οἰκεῖον. ὁ δὲ δὴ τρόπος τῆς θρέψεως τῶν μορίων τοιόσδε ἐστί· τοῦ σώματος ἑαυτῷ συνεχοῦς, τὰ μὲν ἐπιπολῆς μέρη πρῶτα ὁμιλούσης ἀπολαύει τροφῆς. ἐκ τούτων δ' αὖ μεταλαμβάνει κατὰ τὸ συνεχὲς ἕλκοντα, τὰ τούτων ἐφεξῆς· εἶτ' ἐξ ἐκείνων αὖθις ἕτερα. καὶ τοῦτο γίνεται ἄχρις ἂν εἰς ἅπαντα τὰ μόρια διαδοθείη ἡ ποιότης τῆς τροφῆς. οὐχ ὁμοίως δὲ πάντα τὰ μόρια τρέφεται· ἀλλὰ τὰ μὲν ἐπὶ πλέον ἀλλοιουμένου δεῖται χυμοῦ, τὰ δὲ ἧττον. ὅσα δὲ τοιαῦτά ἐστιν, εἴρηται ἐν ἄλλοις, καὶ οὐ χρὴ μηκύνειν ἔτι τὸν λόγον.

Quomodo omnia toti, & parti partes consentiant.

Πῶς τὸ μὲν πᾶν, παντί· τὸ δὲ μέρος, μέρει ὁμολογεῖται.

TEXTVS HIPPOCRATIS 32.

COnsentientia omnia, vniuersæ compagi, omnia: parti verò, partes in vnaquaque parte ad opus.

ῬΗΣΙΣ ἹΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ λβ'.

Ξυμπαθέα πάντα, κατὰ μὲν οὐλομελίην πάντα· κατὰ μέρος δὲ, τὰ ἐν ἑκάστῳ μέρει μέρεα πρὸς τὸ ἔργον.

E De ortu corporis animantium quatuor opiniones per diuisiones inueniuntur: prima quæ ex non sentientibus simul, & non patientibus: secunda, quæ ex sensibilibus quidem, sed impatibilibus ipsum constituit. Quod fieri non potest: ideò ab vtraque opinione discessimus. Reliquæ sunt duę, quarum altera ex sensibilibus, patientibúsque elementis corpus sentiens efficit: altera non ex sensibilibus illa quidem, sed ex patientibus. Verùm si mentem adhibeas, omnia corpora animantium &
F sensibilia, patibilia esse comperies. Imò verò prima ipsa elementa vicissim agunt, & patiuntur multis modis. Ex elementis autē qualitates non transmutantibus aliquid diuersi generis fieri nō potest: ex transmutantibus, potest. Videmus enim interdū in multis mutationibus, quæ interiectis mediis fiunt, quod hactenus fuit nigrum, rursus fieri albū: & quod hactenus album fuit, vicissim nigrum:

Περὶ γενέσεως τοῦ τῶν ζώων σώματος, τέσσαρες κατὰ τὴν διαίρεσιν εὑρίσκονται δόξαι. πρώτη μὲν ἡ ἐξ ἀναισθήτων τε ἅμα, καὶ ἀπαθῶν· δευτέρα δὲ, ἡ ἐξ αἰσθητικῶν μὲν, ἀπαθῶν δέ. τοῦτο δὴ ἀδύνατον. διὸ ἀπεχωρήσαμεν ἀμφοτέρων τῶν δοξῶν. λοιπαὶ δή εἰσι δύο· μία μὲν ἐξ αἰσθητικῶν τε ἅμα, καὶ πασχόντων στοιχείων τὸ σῶμα αἰσθανόμενον συνιστῶσα· δευτέρα δὲ, ἡ οὐκ ἐξ αἰσθητικῶν μὲν, πασχόντων δέ. εἰ μὲν οὖν προσέχεις τὸν νοῦν, εὑρήσεις ὅτι, πάντα τὰ τῶν ζώων σώματα αἰσθητικά ἐστι, καὶ παθητικά. ἀλλὰ καὶ τὰ πρῶτα στοιχεῖα εἰς ἄλληλα δρᾷ, καὶ πάσχει πολυειδῶς. ἐκ δὲ τῶν μὴ μεταβαλλόντων τὰς ποιότητας στοιχείων οὐκ ἐγχωρεῖ γίνεσθαι τι τῶν ἑτερογενῶν· ἐκ δὲ τῶν μεταβαλλόντων, ἐγχωρεῖ. ὁρῶμεν γάρ ποτε, ἐν πολλαῖς ταῖς μεταξὺ γινομέναις μεταβολαῖς, τὸ τέως μέλαν, αὖθις γίνεσθαι λευκόν. καὶ τὸ τέως λευκόν, αὖθις μέλαν·

καὶ τὸ νῦν ἀναίσθητον, αὖθις αἰσθητικόν. ὅσοι μὲν οὖν ἐκ πυρὸς, καὶ ὕδατος, καὶ γῆς, καὶ ἀέρος ἀλλοιουμένων τε, καὶ μεταβαλλομένων, καὶ κεραννυμένων δι᾽ ὅλων, ἀξιοῦσι γενέσθαι τι τῶν συνθέτων σωμάτων αἰσθητικὸν, τὸ ἀληθὲς λέγουσιν. ὅτι δέ τινες λέγουσι τὰ σώματα μὴ εἶναι αἰσθητικὰ, ἐπειδὴ τῇ ἐνεργείᾳ οὐκ αἰσθάνεται, καὶ ἐν τῷδε ἐνδεχόμενα λέγουσι. τὸ γὰρ ἡμέτερον σῶμα, καίτοι φανερῶς ὑπάρχον αἰσθητικὸν, ὅμως οὐκ αἰσθάνεται, πρὶν παθεῖν ὑπό τινος. διὸ, ἤτοι ἐξ αἰσθητικῶν τε, καὶ παθόντων τῶν πρώτων στοιχείων, ἤτοι ἐξ ἀναισθήτων μὲν, ἀλλὰ μεταβάλλεσθαι καὶ ἀλλοιοῦσθαι δυναμένων, ἀνάγκη συνίστασθαι τὸ μέλλον αἰσθήσεσθαι, ἀληθής ἐστιν ἡ τοῦ παλαιοῦ δόξα, πάντα εἶναι συμπαθῆ. ἢ νῦν λέγει περὶ τῶν μόνων τοῦ σώματος ἡμῶν μορίων σημαίνων, πάντα εἶναι ἀλλήλοις συμπαθῆ, τουτέστιν εἰς ὑπηρεσίαν ἑνὸς ἔργου πάνθ᾽ ὁμολογεῖν. δῆλον γὰρ ὅτι, τὰ μεγάλα τοῦ παντὸς ζώου μόρια, καθάπερ χεῖρες, καὶ πόδες, καὶ ὀφθαλμοὶ, καὶ γλῶττα, ἐγένοντο χάριν τῶν ὅλων τοῦ ζώου ἐνεργειῶν· καὶ ὁμολογεῖ πάντα πρὸς ταύτας. ἀλλὰ καὶ τὰ μικρότερα πρὸς τοὔργον τοῦ παντὸς ὀργάνου καὶ αὐτὰ ἀναφέρεται. οἷον ἐν τῷ ὀφθαλμῷ ἑνὶ ὄντι ὀργάνῳ τῆς ὄψεως, καὶ ἐκ πολλῶν μορίων συνεστῶτι. ἅπαντα τὰ μόρια πρὸς ἓν ἔργον, τουτέστι πρὸς τὸ ὁρᾶν ὁμολογεῖται· τῶν δ᾽ ἄλλων μορίων ὁ αὐτὸς λόγος. οὕτω μὲν οὖν ἡ γαστὴρ, καὶ τὸ στόμα, καὶ πόδες, καὶ χεῖρες. τοῦτο δὲ οὐ πάντες εἰδέναι βούλονται, καίτοι κατὰ τόνδε τὸν λόγον εἰρηκότος τοῦ συγγραφέως. συγγνωστέον μέντοι καὶ πολλοῖς, ἀγνοοῦσι διὰ τὴν ἀσάφειαν τῆς λέξεως. καὶ γὰρ κατὰ τὸν παλαιὸν ἡρμήνευται τρόπον, καὶ ταχέως, καὶ ἀπὸ τῶν ἄνωθέν τε, καὶ κάτωθεν ἀδιαλύτως, καθάπερ ἐστὶ πλεῖστα τῶν ἐν τῷδε τῷ γράμματι· ἢ αὐτοῦ τοῦτον τὸν τρόπον πρῶτον γράψαντος, ἢ τοῦ βιβλιογράφου, ὡς εἰκός ἐστιν, σφαλέντος· ἢ τέλος, μετατιθεμένων, καὶ καινωθησομένων πολλῶν πρός τε τοῦ Καπίτωνος, καὶ Διοσκορίδου, καὶ τῶν ἄλλων τολμηρῶν ἐξηγητῶν. ὥσπερ ἐν ταῖς ἄλλαις τοῦ Ἱπποκράτους πραγματείαις συμβέβηκεν. ἀλλ᾽ οὐ πρόκειται νῦν ἡμῖν τῶν ἄλλων ἐξελέγχειν τὰ σφάλματα· ἀλλὰ τὴν Ἱπποκράτους λέξιν ἐξηγήσασθαι. φησὶ γοῦν αὐτὸς κατὰ μὲν οὐλομελίην πάντα συμπαθέα, κατὰ δὲ μέρεα τοῦ μέρεος ἑκάστου πρὸς τὸ ἔργον, διδάσκων ἡμᾶς, ὅτι τὰ μόρια πάντα, ὡς εἶπον, πρὸς ἓν ἔργον συντείνει· καὶ ἕκαστοι μορίων ὡσαύτως, ὡς πρὸς τὸ ζῆν πάντα, καὶ πρὸς μέσας τοῦ σώματος ἐνεργείας, καὶ πρὸς τὰς μερικὰς ἐνεργείας, τὰ κατὰ μέρη· ὡς αἱ χεῖρες τῆς ἀντιλήψεως χάριν ἐγένοντο· οἱ δ᾽ ὀφθαλμοὶ, τῆς ὄψεως· οἱ δὲ πόδες τῆς βαδίσεως, καὶ τἄλλα τὸν αὐτὸν τρόπον. εἰ μὲν οὖν ὡς ὀφθαλμῶν, καὶ χειρῶν, καὶ ποδῶν ἅπασιν ἔνδηλον τὸ ἔργον, οὕτω καὶ θώρακος, καὶ πνεύμονος, καὶ καρδίας, καὶ τῶν ἄλλων ἁπάντων ἦν, οὐκ ἂν ἀναγκαῖον εἴη πολλὰ περὶ τούτων εἰπεῖν. νυνὶ δὲ τῶν πλείστων ἄδηλον τὸ ἔργον, καὶ μὴ μόνον τοῖς πολλοῖς, καὶ τυχοῦσιν, ἀλλὰ καὶ τοῖς ἰατροῖς τε, καὶ φιλοσόφοις. διὸ οὐκ ἐνδέχεται τὴν κατὰ μέρος ἐξευρεῖν καὶ τὰς ἐνεργείας, καὶ τὴν χρείαν οὐδενός. εὔδηλον δ᾽ ὅτι, ὅσοι περὶ τὰς ἐνεργείας τῶν ὀργάνων σφάλλονται, οὗτοι καὶ τὴν χρείαν τῶν μορίων ἀγνοοῦσι. ταύτης δὲ μὴ γινωσκομένης, οὔτε πῶς πάντα συμπαθῆ κατὰ τὴν οὐλομελίαν, οὔτε κατὰ τὰ μέρη δυνατόν ἐστι γινώσκεσθαι. ἄνευ γὰρ τῆς τοιαύτης θεωρίας πῶς τῶν ἐγκεφάλου μορίων, ἢ καρδίας, ἢ τῶν ἄλλων σχεδὸν ἁπάντων σπλάγχνων ἑτοίμως ἐξευρήσομεν ἑκάστου τὴν ὠφέλειαν; διαφέρονται δὲ περὶ τούτων καὶ φιλόσοφοι πολλοὶ, καὶ εὐδόκιμοι, καὶ οἱ ἰατροὶ οὐ τυχόντες.

A & quod nunc sensile est, mox effici non sensile. Quicunque igitur ex igne, aqua, aëre, & terra alteratis, transmutatis & per se tota temperatis, aliquod ex compositis corporibus sensibile fieri censent, ij verum pronunciant. Quod verò quidam aiunt, corpora non esse sensibilia, quia actu non sentiunt, fortuitò loquuntur. Etenim nostrum corpus etsi est perspicuè sensibile, tamen non sentit priùs, quàm ab aliquo quidpiam patiatur. Quare siue ex sensibilibus, & patientibus primis elementis, siue ex non sensibilibus, sed quæ mutari, alterarique possint necessariò constitutum est, B quod sensum sit habiturum, vera est senis sententia, *omnia esse consentientia*. An de solis corporis nostri partibus nunc loquitur, significans omnes esse sibi mutuò consentientes, hoc est omnes in vnius operis ministerium conspirare. Perspicuum enim est, magnas omnis animalis partes, vt manus, vt pedes, vt oculos, vt linguam, omnium animalis actionum causa factas esse: omnésque ad actiones obeundas consentire. Quinetiam minores ad totius instrumenti actiones ipsæ quoque referuntur: sicut in oculo, quod vnum est aspectus instrumentum, & ex multis constat particulis, omnes particulæ ad vnum opus, C hoc est ad videndum consentiunt. Aliarum partium est eadem ratio. Sic ventriculus, sic os, sic pedes, sic manus faciunt; non omnes tamen id nosse volunt, quamuis hoc sermone id exposuerit hic auctor. Multis tamen danda venia est, propter dicendi obscuritatem non intelligentibus. Hanc enim sententiam & prisco more, & succinctè extulit: & sursum, & deorsum sine copulatione, vt dicta est maxima pars eorum, quæ hoc libro continentur, vel quod ipse primum ita scripserit, vel quod librarius, vt verisimile est, errarit: aut ad extremum quod multa sint immu- D tata, & innouata à Capitone, à Dioscoride, & aliis audacibus interpretibus, sicut in aliis Hippocratis scriptis contigit. Sed nunc non est nobis propositum aliorum errata arguere: sed Hippocratis explicare sententiam. Ait igitur, *in totius corporis compage omnia consentiunt, & partis cuiusque partes ad eius actionem conspirant*. Quibus verbis nos docet, omnes partes, vt dixi, in vnam actionem conspirare, vnamquamque eodem modo: vt omnes ad vitam, & ad omnes corporis actiones consentiunt: sic singulæ ad singulas actiones conspirent: sicut manus apprehensionis cau- E sa factæ sunt: oculi, aspectus: pedes, incessus: & cæteræ partes pari modo. Si igitur vt manuum, oculorum, pedúmque actio omnibus manifesta est, ita etiam pectoris, pulmonis, cordis, & aliarum omnium partium esset, non esset necesse de eis multa dicere: nunc verò actio plurimarum abdita est, nec solùm vulgo, & cuiuis homini, sed etiam Medicis, ac Philosophis, proinde fit, vt neque actionem, neque vsum partium singularū inueniamus. Quum interdum euidens sit, quicunque in actionibus instrumentorum falluntur, eos etiam partium vsum ignorare, hoc autem ignorato, nec quomodo omnia in totius corporis com- F page simul consentiant, neque quomodo id in singulis partibus fiat, cognosci potest. Etenim hac neglecta contemplatione, quomodo particularum cerebri, aut cordis, aut aliorum ferè omnium viscerum singulorum vtilitatem sine mora inueniemus? His de rebus dissentiunt multi, clarique Philosophi, & medici non vulgares.

Alius

A Alius enim in corde, alius in membranis, alius in cerebro animæ principatum statuit. Proinde partium, quæ in illis sunt, alius aliam vtilitatem esse vult. Ergo vt veritatem cognoscamus, paucis verbis docet Hippocrates eos, qui ab ipso possunt perdiscere. Sed ea inueniri non potest, nisi partium vtilitas sit accuratè considerata. Quod in eo positum est, vt quæ sit optima corporis constitutio, cognoscatur. Hæc autem in libris de vsu partium sunt diligenter pertractata.

ὁ μὲν γὰρ τὴν καρδίαν, ὁ δὲ τὰς μήνιγγας, ὁ δὲ τὸν ἐγκέφαλον ἐν ἑαυτῷ φησιν ἔχειν τὸ τῆς ψυχῆς ἡγεμονικόν· ὥστε καὶ τὴν ἐν αὐτοῖς μορίων τὴν ὠφέλειαν ἄλλος ἄλλην ἐρεῖ. ἵνα γοῦν τὴν ἀλήθειαν γνῶμεν, δι' ὀλίγων ῥημάτων διδάσκει Ἱπποκράτης τοὺς γε δυναμένους μανθάνειν τὰ αὐτοῦ. οὐ δύναται δὲ εὑρηθῆναι, χωρὶς τοῦ περὶ χρείας μορίων ἀκριβῶς ἐπεσκέφθαι. τοῦτο δ' ἐστὶ, τὸ γινώσκειν, ἥ τίς ἐστιν ἡ ἀρίστη κατασκευὴ τοῦ σώματος. ταῦτα δὲ ἐν τοῖς περὶ χρείας μορίων ἀκριβῶς ἐξείργασται.

B

Quid principium magnum.

Τί ἐστιν ἡ ἀρχὴ μεγάλη.

TEXTVS HIPPOCRATIS 33.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ λγʹ.

Principium magnum in vltimam partem peruenit; ex vltima parte ad principium magnum peruenit: Vna natura esse & non esse.

Ἀρχὴ μεγάλη εἰς ἔσχατον μέρος ἀφικνέεται· ἐξ ἐσχάτου μέρεος εἰς ἀρχὴν μεγάλην ἀφικνέεται.

Principium esse dicimus partem, quæ iis à se exortis, aut facultatem, aut materiam omninò præbet. Vt autem animal sit moderatè calidum, quatenus ei conuenit vt calidum fiat, ac mutare locum queat, duo principia nactum est, alterum instrumentorum, quæ naturalem calorem conseruent, alterum eorum, quæ omnibus ex appetitu actionibus obtemperent. Vbi verò fœtus sit repletus sanguine, tum tria sunt principia, cor, cerebrum, iecur. Hæc tamen principia indistincta adhuc sunt, & informia: sed quæ coagulationem quandam, notabilémque magnitudinem habeant. Progressu autem temporis licet hæc tria principia euidenter intueri, & quandam etiam aliarum omnium partium descriptionem: denique & artus, & quæ in toto sunt corpore, distinguuntur. Quum igitur tria sint, nosti, cerebrum esse voluntariarum actionum principium: cor earum, quæ vitales nominantur: iecur earum, quæ ad nutrimentum pertinent, quas etiam naturales vocant. Quúmque in corde sit vitæ principium, ipsúmque sit & origo, & fons innati caloris, sine quo nunquam viuere animal potest, ideo ipsum cor magnum principium nuncupat. Siquidem ab ipso dimanans natiuus calor in omnes animantis partes & proximas, & remotissimas, quas ipse vltimas vocat, omnibus horis omníque tempore peruenit, & rursus ad idem principium reuertitur: vt talis quædam fiat vicissitudo, quam persæpe esse ad vitam necessariam admonuimus: & qua priuatum animal non posse non solùm nihil planè agere rerum omnium, sed ne omninò quidem viuere. Ac fortasse hoc vnam naturam nuncupat, vt quum hic calor adsit, homo sit: quum ille absit, homo esse desinat.

Ἀρχὴν λεγόμενον εἶναι τὸ μόριον, ὃ τοῖς ἐφ' ἑαυτοῦ πεφυκόσιν ἤτοι δύναμιν, ἢ πάντως γε τὴν ὕλην χορηγεῖ. ἵνα δὲ τὸ ζῶον ἅμα τε θερμὸν ᾖ συμμέτρως, εἰς ὅσον πρέπει τῷ ζώῳ C γενέσθαι θερμῷ καὶ τοὺς τόπους ἀμείβειν δύνασθαι, δύο ἀρχὰς ἐπεκτήσατο, τὴν μὲν ἑτέραν ὀργάνων, διαφυλαξόντων αὐτῷ τὴν κατὰ φύσιν θερμότητα· τὴν δὲ ἑτέραν, τῶν ὑπηρετησόντων ἁπάσαις ταῖς καθ' ὁρμὴν ἐνεργείαις. ἐπειδὰν δὲ τὸ κύημα πληρωθῇ τοῦ αἵματος, τότε τρεῖς εἰσιν αἱ ἀρχαί, ἡ καρδία, καὶ ὁ ἐγκέφαλος, καὶ τὸ ἧπαρ. ἔστι μὲν τάδε ἀρχαί, ἀδιάρθρωτα δὲ, καὶ ἄμορφα ἔτι, πῆξιν δὲ ἤδη τινὰ, καὶ μέγεθος ἀξιόλογον ἔχοντα. προϊόντος δὲ τοῦ χρόνου, τὰς μὲν τρεῖς ἀρχὰς ἐστιν ἰδεῖν ἐναργῶς· ὑπογραφὴν δέ τινα ἁπάντων ἄλλων μορίων. ἔπειτα δὲ τὰ ἐν τοῖς κώλοις, καὶ ἐν τῷ ὅλῳ τῷ σώ- D ματι πάντα διαρθροῦται. τριῶν μὲν οὖν οὐσῶν ἔμαθες, ὅτι ὁ ἐγκέφαλός ἐστιν ἀρχὴ τῶν προαιρετικῶν ἐνεργειῶν· ἡ καρδία δὲ, τῶν ζωτικῶν ὀνομαζομένων· τὸ δ' ἧπαρ, τῶν περὶ τροφῆς, ἃς δὴ καὶ φυσικὰς ὀνομάζουσιν. νῦν δὲ ἐπειδὴ ἐν τῇ καρδίᾳ ἡ ἀρχὴ ζωῆς συνίσταται, καὶ αὐτή ἐστιν ἀρχή τε, καὶ πηγὴ τῆς ἐμφύτου θερμασίας, ἧς ἄνευ οὐ δύναται ζῶόν ποτε ζῆν, διὰ τοῦτο τὴν καρδίαν αὐτὴν ἀρχὴν μεγάλην καλεῖ· ἐξ αὐτῆς γὰρ ὁρμῶσα ἡ ἔμφυτος θερμότης εἰς πάντα τοῦ ζώου μόρια, καὶ τὰ ἐγγυτάτω, καὶ τὰ πορρωτάτω, ἅπερ αὐτὸς ἔσχατα λέγει, κατὰ πᾶσαν ὥραν, καὶ πάντα χρόνον ἀφικνέε- E ται, καὶ πάλιν εἰς αὐτὴν παλινδρομεῖ, ὡς τοιαύτην τινὰ γενέσθαι ἀμοιβὴν, οἵαν δὴ ἔφαμεν πολλάκις πρὸς τὴν ζωὴν ἀναγκαίαν εἶναι. καὶ ταύτης στερούμενον τὸ ζῶον, οὐχ οἷόν τε μὴ μόνον οὐκ ἐνεργεῖν τι τῶν ὅλων πραγμάτων, ἀλλὰ καὶ μηδ' ὅλως ζῆν. καὶ ἴσως τήνδε μίαν φύσιν καλεῖ, ὡς τοιαύτης οὔσης, ἄνθρωπος εἴη· μὴ οὔσης δὲ, οὐκ εἴη.

Multæ morborum differentiæ à causis & partibus affectis depromptæ.

Πολλαὶ τῶν νοσημάτων διαφοραὶ ἀπὸ τῶν αἰτίων τε καὶ τῶν πεπονθότων τόπων λαμβανόμεναι.

TEXTVS HIPPOCRATIS 34.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ λδʹ.

F

Morborũ differẽtiæ in alimẽto, in spiritu, in calore, in sãguine, in pituita, in bile, in humoribus, in carne, in pinguedine, in vena, in arteria, in neruo, musculo, membrana, osse, cerebro, spinali medulla, ore, lingua, gula, vẽtriculo, intesti-

ΝΟΥΣΩΝ διαφοραὶ, ἐν τροφῇ, ἐν πνεύματι, ἐν θερμασίῃ, ἐν αἵματι, ἐν φλέγματι, ἐν χολῇ, ἐν χυμοῖσιν, ἐν σαρκὶ, ἐν πιμελῇ, ἐν φλεβὶ, ἐν ἀρτηρίῃ, ἐν νεύρῳ, μυῒ, ὑμένι, ὀστέῳ, ἐγκεφάλῳ, νωτιαίῳ μυελῷ, στόματι, γλώσσῃ, στομάχῳ, κοιλίῃ, ἐντέροισι, φρενὶ, περι-

φραίας, ἥπατι, σπληνὶ, νεφροῖσι, κύστι, μήτρῃ, δέρματι. ταῦτα πάντα, καὶ καθ' ἓν, καὶ κατὰ μέρος. μέγεθος αὐτῶν μέγα, καὶ οὐ μέγα.

Ην ἐπὶ τοῦ τῶν νοσημάτων ἀριθμοῦ ζήτησις παρὰ πᾶσι τοῖς παλαιοῖς ἰατροῖς. εἶπον γάρ τινες, ἑπτὰ τὰ πάντα εἶναι αὐτά· ἄλλοι δὲ, ἐλάττω τούτων, ἢ πλείω. ἄλλοι δὲ, ὥς οἱ ἀπὸ Κνίδου, τὸν τῶν μορίων τοῦ σώματος ἀριθμὸν τῆς νόσου περιέγραψαν, ὡς εἶναι τῆς χολῆς νόσους ἑπτὰ· τῆς δὲ κύστεως, ιβ'. νεφρῶν δὲ δ'. τοῦ μηροῦ δὲ β'. τοῦ ποδὸς ε'. ὥς καὶ στραγγουρίας τέσσαρας, τετάνους τρεῖς, ἰκτέρους δ'. καὶ φθίσεις γ'. καὶ κυνάγχας πολλάς. καὶ κατὰ τὸν αὐτὸν τρόπον, τὰς τῶν ἐντέρων διαθέσεις πολλάς. ὅπερ οὔτε ἀληθές, οὔτε ἀναγκαῖόν ἐστιν. * * ἀλλ' εἰ νῦν κινήσαιμι τὴν περὶ διαφωνίας αὐτῶν διέξοδον, ἀπάξω τοῦ χρησίμου τὸν λόγον. διττὸν γὰρ δή που γένος ἐστὶ νοσημάτων. ἕτερον μὲν ἐν τοῖς ὁμοιομερέσι σώμασιν, ἕτερον δὲ ἐν τοῖς ὅλοις ὀργανικοῖς, ὡς ἐν τοῖς ὁμοιομερέσιν εἰσὶν αἱ δυσκρασίαι, τῶν δ' ὅλων ὀργάνων, ἓν μὲν τὸ παρὰ τὴν διάπλασιν, ἓν δὲ τὸ παρά τι ἀριθμὸν τῶν μορίων, ἄλλο δὲ τὸ παρὰ τὸ ποσὸν ἑκάστου, καὶ τὸ παρὰ τὴν θέσιν. ἔστι καὶ ἡ τῆς συνεχείας λύσις· ὡς εἶναι ἓξ τὰ πάντα τῶν νοσημάτων γένη· αἱ δὲ καθ' ἕκαστον αὐτῶν διαφοραὶ μέχρι τῶν ἐσχάτων εἰδῶν, ἐν τῷ περὶ τῆς τῶν νοσημάτων διαφορᾶς εἴρηται. ἄλλας δὲ τῶν νόσων διαφορὰς νῦν αὐτὸς λέγει ὡς ἐκ τῆς τροφῆς, ἐκ τοῦ περιέχοντος ἡμᾶς ἀέρος, καὶ ἐκ τῶν ἄλλων πολλῶν. καὶ γὰρ ἐκ τῆς τροφῆς γίνεσθαι νοσήματα, εἴρηκεν αὐτὸς κατὰ τὸ περὶ φύσιος ἀνθρώπου, ταυτὶ γράφων· αἱ δὲ νοῦσοι γίνονται, αἱ μὲν ἀπὸ διαιτημάτων, αἱ δὲ ἀπὸ τοῦ πνεύματος, ὃ ἐσαγόμενοι ζῶμεν. καὶ τὴν διάγνωσιν ἑκατέρων προσέθηκεν. ἐπεὶ δὲ μὴ μόνον ἀπὸ τῶν ἐσθιομένων, καὶ πινομένων, ἀλλὰ καὶ ἀπὸ τῶν θερμῶν λουτρῶν, ἢ ψυχρῶν, καὶ γυμνασίων, ἀργίας τε, καὶ ἀγρυπνίας, καὶ λύπης, καὶ θυμοῦ, καὶ ψύξεως, καὶ ἐγκαύσεως γίνονται; εἰκότως προσέγραψεν, ἐν θερμασίῃ, καὶ τὰ λοιπά. ἐπεὶ δὲ τὴν αὐτὴν ἀναλογίαν ἔχει πρὸς μὲν τὰς φλέβας ἡ ἐκ τῆς κοιλίας εἰς αὐτὰς ἀναδιδομένη τροφή, πρὸς δὲ τὰς σάρκας, ἡ ἐκ τῶν φλεβῶν εἰς ἐκείνας, ἣν περ εἶχε τὰ ἐσθιόμενά τε, καὶ πινόμενα πρὸς τὴν γαστέρα· διὰ τοῦτο, ἐκ τῆς κακοχυμίας πάμπολλα συμβαίνει γενέσθαι νοσήματα, ὥσπερ ἐρυσιπέλατά τε, καὶ καρκίνους, καὶ γαγγραίνας, φαγεδαίνας τε, καὶ ἄνθρακας, καὶ ἕρπητας, ὅσα τε ἄλλα τοιαῦτα. ἐνίοτε δὲ τὰ ἐδέσματά ἐστι μοχθηρὰ ἢ φύσει, ἢ διὰ σηπεδόνα τινά. καὶ φύσει, καθάπερ κρόμμυά τε, καὶ σκόροδα, καὶ κάρδαμα, καὶ πράσα. διὰ σηπεδόνα τε, ὥσπερ καὶ πυροί, καὶ ὄσπρια, καὶ τἄλλα τὰ γεύματα. διὰ τὰ τοιαῦτα ἐδέσματα ἀναγκασθέντες ἐσθίειν πολλοὶ διὰ λιμὸν, οἱ μὲν ἀπέθανον ἀπὸ σηπεδονωδῶν τε, καὶ λοιμωδῶν νόσων, οἱ δὲ ἐξανθήμασιν ἑάλωσαν ψωρώδεσί τε, καὶ λεπρώδεσι. τοῦτο μὲν γὰρ φανερόν ἐστιν, ὅτι τὰ ἐδέσματα τὰ μοχθηρὰ μοχθηρὸν εἴωθεν αἷμα γεννᾶν· ἐκ δὲ τοῦ αἵματος ἡ θρέψις γίνεται. ἔστι πολλὰ γένη τῶν νοσημάτων ὑπάρχει πάντων. διὰ δὲ τοῦτο ἀπέχεσθαι συμβουλεύω τῶν μοχθηρῶν τε, καὶ κακοχύμων ἐδεσμάτων, κἂν εὔπεπτα πᾶσιν εἴη. λανθάνει γὰρ ἐν χρόνῳ πλείονι μοχθηρὸς ἐν ταῖς φλεψὶ χυμὸς ἐξ αὐτῶν ἀθροιζόμενος ὃς τοῦ χρόνου προϊόντος τοὺς πυρετοὺς κακοήθεις ἐργάζεται. οὕτω καὶ τὴν ποικιλίαν τῶν ἐδεσμάτων φευκτέον. οὐδὲν γὰρ οὕτως μᾶλλον ἐναντιοῦται πέψει σιτίων, καὶ μάλιστα, ὅταν αὐτὰ τὰ ἐδέσματα ἐξ ἐναντίων ταῖς δυνάμεσι σύγκειται.

A *nis, septo trāsuerso, peritoneo, iecore, liene, renib⁹, vesica, vtero, cute, hęc omnia tū sigillatim, tam per partes, magnitudo ipsorum magna, & nō magna.*

De numero morborum apud omnes veteres medicos extitit quæstio. Quidam enim omnes morbos esse septem numero dixerunt; alij aut plures, aut pauciores. Alij vt Cnidij, numerum partium corporis ad numerum morborum accommodarunt, vt bilis sint morbi septem, vesicæ duodecim, renum quatuor, femoris duo, pedis quinque. Sicut etiam difficultatis vrinæ quatuor, distentiones tres, morbi regij quatuor, tabis tres, B anginæ multos; eodémque modo intestinorum multas affectiones posuerunt; quod neque verum est, neque necessarium. * *

Verùm si nunc de illorum dissensione dicere aggrediar, sermonem ad inutilia deflectam. Morborum enim duplex est genus, alterum in partibus similaribus; alterum in totis organis. Vt in similaribus sunt intemperies; sic & in instrumentis vnum in figura spectatur; alterum in numero partium; tertium in cuiusque quantitate; quartum in situ obseruatur. Est verò etiam solutio continui; atque ita sena sunt C omnia genera morborum. Horum autem cuiusque differentiæ ad vltimas vsque species in libro de differentia morborum expositæ sunt. Alias verò morborum differentias ipse nunc connumerat, quæ ab alimento, ab aëre nos ambiente, & ab aliis multis rebus oriuntur. Etenim fieri morbos ex alimento in libro de natura hominis attestatus est his verbis, *morbi autem, tum à victu, tum à spiritu quem trahentes viuimus, oriuntur.* Tum vtriusque generis distinctionem adiunxit. Quia verò non solum ab iis, quibus vescimur, quæque bibi-D mus, sed etiam à lauacris, exercitationibus, otio, vigilia, mœrore, ira, frigore, & æstu morbi gignuntur, meritò addidit, *in calore*, & reliqua. Quum autem alimentum è ventriculo in venas distributum, eandem habeat proportionem cum venis, & cum carnibus, id quod è venis in ipsas diditur, quam habuerunt esculenta & poculenta cum ventriculo: idcirco ex vitio humorum plurimi morbi oriri solent, vt erysipelata, cancer, gangrænæ, phagedænæ, carbunculi, herpetes, & cæteri generis eiusdem. Edulia autem interdum vitiosa E sunt, aut natura, aut propter corruptelam quandam. Natura, vt cæpa, allium, cardamum, porrum: propter corruptelam, vt triticum, hordeum, & alia, quæ gustantur. Huiusmodi autem eduliis vesci fame coacti, aut mortui sunt oppressi morbis, qui à corruptela oriri solent, & quos pestis affert: aut pustulis sunt correpti, scabiem, lepråmque referentibus. Id enim manifestum est, vitiosa edulia sanguinem vitiosum gignere: ac nutritionem à sanguine effici. Vnde multa genera morborum existunt. Itaque hoc consilij do, abstinendum esse ab omnibus vitiosis, maliquè succi eduliis, etiam si sint ad con-F coquendum facilia. Humor enim vitiosus ex ipsis collectus diu in venis latet: qui progressu temporis malignas febres gignit. Eodémque pacto censeo eduliorum varietatem esse fugiendam: si quidem nihil est, quod ciborum concoctioni magis aduersetur: præsertim verò quum ipsa edulia ex contrariis sint conflata facultatibus.

Quid

Quid dicam de alimenti indigentia? Ipsa enim multorum morborum causa est vsque adeò, vt etiam mulieres vterum gerentes abortum faciant; in aliis bilis gignatur, in aliis refrigeratio, in aliis tremor, in aliis capilli defluant. Simili quoque modo *si alimentum præter naturam plus ingestum sit*, vt ipse ait, *hoc morbum facit*. Quocirca danda nobis opera est, vt quoniam euacuamur, alimentum æquale sit copiæ eius substantiæ, quæ defluit. Plurimum autem defluit à calidis, mollibúsque corporibus, & iis quæ aut assiduo, aut vehementi motu cientur; minimum autem à frigidis, duris, & quæ moderatas actiones obeunt. * Et quod ad substantiam pertinet, quæ durior, lapideáque est, permanens est, & ægrè mouetur. Quæ verò humida est, ac mollis * cito à resoluitur. Quocirca copia alimenti debet copiæ perspirationis proportione respondere.

* Morborum differentiæ ex temperatura aëris non ambientis fiunt ex natura cuiusque victus ratione, qua bene valens quis vtatur. Si enim sola aëris nos ambientis temperatura esset causa morborum, omnes in singulis anni temporibus illis generibus morborum affligeremur, qui morbi ad illa essent tempora accommodati. Sed & propter errata, quæ in victu committuntur, & propter multas alias causas morbi oriuntur; quemadmodum in libro de natura hominis scriptum est. Cæterum distinctionem ipse attulit. *

* Solam autem caliditatem commemorat, quia ipsa est qualitatum efficacissima. Ad ipsam addidit frigiditatem, tum humiditatem, ac siccitatem; ac caliditas quidem, & frigiditas totam substantiam, quæ vicina sit, alterare possunt; humiditas verò, & siccitas temporis progressu mutant ipsæ quoque res subiectas, sed tamen non tam celeriter sicut antedictæ. Non est autem vnus modus neque originis, neque incrementi caliditatis; sed hoc fit, aut propter motum, aut propter putrediné, aut propter alterius caliditatis vicinitatem, aut propter calidæ effluxionis retentionem, aut calidæ substantiæ admixtionem. Propter vicinitatem, vt facit Sol, aut ignis, aut si medicamentum calefaciens extrinsecus admotum contingat, aut adhæreat. Propter motum, vt quum ira vehementer commouet facultatem irascendi, quæ in corpore cordis collocata est. Propter verò putredinem

* Duplex enim est causa effluxionis, altera quum ab aliis partibus excrementa ad imbecilliores mandantur; altera, quando eodem trahuntur, quòd caliditas apta sit fluxiones ad se trahere, aut easdem recipere. * * Si calor superet, necesse est vt animal ægrotet eo morbi genere, qui morbus similis sit naturæ eius causæ, quæ superarit. Quare inflãmationes, & erysipelata, & herpetes, & carbunculi, & affectus cum ardore, & febre coniuncti, sunt huiusmodi, sicut etiã conuulsiones, distentiones, palpitationes, stupores, neruorum resolutiones, morbi comitiales, & paraplegiæ frigoris superantis affectus sunt. Quo etiam modo ex atra bile exoriri solent cancer, elephas, scabies, pruritus cutis, quartana febris, & affectio quæ melãcholia dicitur, & lienis magnitudo, atque alia permulta. Et item ex aliis humoribus alia quæ non sunt hoc tempore annumeranda. Magnam autem vtilitaté affert animantibus calor moderatus, præcipuè autem animali spiritui, & instrumentis locum maximè principem obtinentibus; sed & toti corpori, sicut alibi ostensum est. *

A τί λέγω τὴν ἔνδειαν τῆς τροφῆς; αὕτη γὰρ πλειόνων αἰτία παρέχει νοσημάτων· ὡς καὶ τὰς ἐν γαστρὶ ἐχούσας, ἐκτιτρώσκειν· ὡς ἐν ἄλλοις μὲν τὴν χολὴν γίνεσθαι· ἐν ἄλλοις δὲ ψυχρότητα· ἐν ἄλλοις τρόμον, ἐν ἄλλοις ῥύσιν τῶν τριχῶν. κατὰ τὸν αὐτὸν δὲ τρόπον, αἱ τροφὴ παρὰ φύσιν, ὡς αὐτός φησι, πλείων εἰσέλθῃ, τοῦτο νόσον ποιεῖ. διὸ πειρατέον ἡμῖν, διότι κενούμεθα, ὡς τρέφεσθαι, καὶ ὡς ἴσην εἶναι τὴν τροφὴν τῷ πλήθει τῆς ἀπορρεούσης οὐσίας. ἀπορρεῖ δὲ πλεῖστον μὲν τῶν θερμῶν, καὶ μαλακῶν σωμάτων, καὶ κινουμένων συνεχῶς, ἢ σφοδρῶς· ἐλάχιστον δὲ τῶν ψυχρῶν, καὶ σκληρῶν, καὶ μετρίαις B ἐνεργείαις ὑπηρετούντων * ἀλλὰ καὶ τῆς οὐσίας αὐτῆς, ἡ μὲν σκληροτέρα, καὶ λιθώδης, μόνιμός ἐστι, καὶ δυσκίνητος· ἡ δὲ ὑγρὰ, καὶ μαλακὴ, ταχὺ μὲν ὑπὸ τῆς * εἰς * ἀναλύεται. ταχὺ δὴ ἐξαπ νέται. ἀνάλογον οὖν εἶναι χρὴ τὸ ποσὸν τῆς τροφῆς, τῷ ποσῷ τῆς διαπνοῆς.

* αἱ διαφοραὶ τῶν νοσημάτων ἐπὶ μὲν τῇ τοῦ περιέχοντος ἡμᾶς ἀέρος κράσει γίνονται, διὰ τὴν ἑκάστου φύσιν, καὶ δίαιταν, ᾗ ὑγιαίνων διαιτᾶται. εἰ γὰρ ἡ τοῦ περιέχοντος ἡμᾶς C ἀέρος κρᾶσις ἦν αἰτία μόνη τῶν νοσημάτων, ἅπαντες ἂν ἐνοσοῦμεν ἐν ἑκάστῃ τῶν ὡρῶν ἐκείνας τὰς νόσους, ὅσαι τῶν ὡρῶν εἰσιν οἰκεῖαι. νῦν δὲ, καὶ διὰ τὰς ἐν τῇ διαίτῃ τε, καὶ τῷ βίῳ πλημμελείας, καὶ ἄλλας πολλὰς αἰτίας αἱ νόσοι γίνονται· ὡς ἐν τῷ περὶ φύσεως ἀνθρώπου γέγραπται. τὴν δὲ διάγνωσιν αὐτὸς γράφει. * * λέγει δὲ μόνην τὴν θερμότητα, ὅτι δραστικωτάτη αὕτη τῶν ποιοτήτων ἐστίν· ἑξῆς δὲ τὴν ψυχρότητα· εἶτα ὑγρότητα, καὶ ξηρότητα. θερμότης μέντοι καὶ ψυχρότης, ὅλην ἀλλοιῶσαι δύναται τὴν πλησιάζουσαν οὐσίαν. ὑγρότης δὲ, καὶ ξηρότης, ἐν χρόνῳ μὲν D μεταλλάττουσι καὶ αὗται τὰ ὑποκείμενα, διὰ τάχους δὲ, οὐχ ὁμοίως ταῖς εἰρημέναις. οὐκ ἔστι δὲ εἷς τρόπος οὔτε γενέσεως οὔτε αὐξήσεως τῆς θερμότητος, ἀλλ' ἤτοι διὰ κίνησιν, ἢ διὰ σῆψιν, ἢ δι' ὁμιλίαν ἑτέρας θερμότητος, ἢ δι' ἐπίσχεσιν ἀπορροῆς θερμῆς, ἢ δι' ἐπιμιξίαν οὐσίας θερμῆς. ἐξ ὁμιλίας μὲν οὖν, ὡς εἴτε ἥλιος, εἴτε πῦρ, εἴτε φάρμακον εἴη τὸ θερμαῖνον, ἔξωθεν ἁπτόμενον, ἢ πλησιάζον. ἐκ κινήσεως δὲ, ὡς ὅταν ὁ θυμὸς κινεῖ σφοδρῶς τὴν θυμοειδῆ δύναμιν, ἐν τῷ σώματι τῆς καρδίας καθιδρυμένην. ἐκ δὲ τῆς σήψεως * * διττὴ γὰρ ἡ πρόφασις τῆς ἐπιρροῆς· μία E μὲν, ὅταν ἐξ ἑτέρων μορίων ἐπιπέμπηται τοῖς ἀσθενεστέροις τὰ περιττώματα. δευτέρα δὲ, ὅταν ἕλκηται, τῆς θερμασίας ἤτοι γε ἕλκειν ὑφ' ἑαυτὴν, ἢ δέχεσθαι ῥεύματα πεφυκυίας. * * θερμοῦ δὲ κρατοῦντος, νοσεῖν ἀνάγκη τὸ ζῷον, εἶδος νοσήματος ἐοικὸς τῇ φύσει τοῦ κρατήσαντος αἰτίου. φλεγμοναὶ μὲν οὖν, καὶ ἐρυσιπέλατα, καὶ ἕρπητες, καὶ ἄνθρακες, καὶ τὰ καυσώδη, καὶ πάντα τὰ πυρετώδη πάθη ἐστὶ τοιαῦτα. ὡς πάλιν σπασμοὶ, καὶ τέτανοι, καὶ παλμοὶ, καὶ νάρκαι, καὶ παραλύσεις, ἐπιληψίαι τε, καὶ παραπληγίαι, τοῦ κρατοῦντος ψυχροῦ. καθάπερ αὖ πάλιν, ἐκ τῆς μελαίνης χο- F λῆς καρκίνοι τε, καὶ ἐλέφαντες, καὶ ψῶραι, καὶ δέρματος κνησμὸς, καὶ τεταρταῖος πυρετὸς, καὶ ἡ μελαγχολία καλουμένη, καὶ τὸ τοῦ σπληνὸς μέγεθος, καὶ τὰ ἄλλα πολλὰ γίνεσθαι πέφυκε· καὶ ἐκ τῶν ἄλλων χυμῶν ἄλλα· ἅπερ οὐ χρὴ ἐν τῷ νῦν χρόνῳ καταριθμεῖν. μεγάλην οὖν χρείαν τοῖς ζῴοις ἡ σύμμετρος παρέχει θερμασία, μάλιστα μὲν τῷ πνεύματι τῷ ψυχικῷ, καὶ τοῖς κυριωτάτοις ὀργάνοις· ἤδη δὲ καὶ καθ' ὅλον τὸ σῶμα, ὡς ἑτέρωθι δέδεικται. * *

ὃ μὲν γὰρ ψυχρὸν αἷμα, πῶς ἂν εἰς ἀτμοὺς λύοιτο; ἀμέτρως δὲ θερμὸν, εὐκόλως μὲν λύεται εἰς ἀτμοὺς, ἀλλ' εἰς θολεροὺς τούτους, καὶ καπνώδεις. * * ταῦτ' ἄρα τὸ μελαγχολικὸν αἷμα, καὶ τὸ πικρόχολον, εἰς ἀτμοὺς μοχθηροὺς λυόμενον, τὸ μὲν εἰς μελαγχολίαν, τὸ δὲ εἰς φρενῖτιν ἄγει. ἐνίοτε δὲ καὶ παραφροσύνην φέρει, ὡς ἐν τοῖς καυσώδεσι πυρετοῖς. ἐπεὶ δὲ ἴδια ἑκάστου τῶν μορίων οὐσία ψυχροῦ, καὶ θερμοῦ, καὶ ξηροῦ, καὶ ὑγροῦ κρᾶσις ποιά τίς ἐστιν, ἰστέον ὅτι, ξηρὸν μὲν ἀμέτρως, ἢ ὑγρὸν, οὐκ ἐν ἀκαρεῖ χρόνῳ γίγνοιτο τῶν μορίων οὐδέν. ψυχρὸν δὲ ἐσχάτως, ἢ θερμὸν δύναιτ' ἂν περιφανῶς γίνεσθαι. καὶ διὰ τοῦτο κρᾶσις διαφθείρεται ὑπ' οὐδενὸς οὕτω ταχέως, ὡς ὑπὸ τῆς κατὰ τὴν θερμασίαν ἀμετρίας, καθάπερ καὶ ὄφελος οὐ σμικρὸν, ὅταν εἴη κατὰ φύσιν θερμόν. καὶ τοῦτο οὐ μόνον κατὰ τὴν πρώτην διάπλασιν, ἐν ᾗ θᾶττον μὲν ὀστᾶ πήγνυται, θᾶττον δὲ ἀποτείνεται τὰ νεῦρα· θᾶττον δὲ αἱ φλέβες, καὶ ἀρτηρίαι συρίγγουνται, καὶ τ' ἄλλα πάντα διαπλάττεται μόρια· ἀλλὰ κατὰ πᾶσαν τὴν ζωήν. οὕτω δὲ καὶ περὶ φλέγματός τε, καὶ τῆς χολῆς ξανθῆς, καὶ μελαίνης νομιστέον. ταῦτα γὰρ, ὥσπερ καὶ τὸ αἷμα, ὅταν * * * οὐ γὰρ βούλονται, οὐδὲ μανίαν ἐπὶ μελαίνῃ χολῇ γίνεσθαι, καθάπερ μηδὲ καρκῖνον, μηδὲ ἐλέφαντα, μηδὲ τὰς θηριώδεις ἐν φρενίτισι παρακοπὰς, μηδὲ κιρσοὺς, μηδ' αἱμορῥοΐδας. * * καθάπερ οὐδὲ τὸ πικρόχολον, καὶ ὀῤῥῶδες περίττωμα. καί τοι φαίνονται πάντες κατὰ τὸ σῶμα οἱ χυμοὶ περιεχόμενοι. καὶ τοῦτο Ἱπποκράτης ἀπέδειξεν, ἐκ τοῦ πάντας ἐκκρίνεσθαι τοῖς ὑγιαίνουσιν ἑλκομένους ὑπὸ τῶν οἰκείων ἑκάστου φαρμάκων. * * * φαίνεται ταῦτα. καὶ τὸ μέγεθος δὲ, καὶ τὸ ἦθος ἑκάστου τῶν νοσημάτων ἐκ τούτων λαμβάνεται. καὶ τὸ μέγεθος μὲν, ἐκ τοῦ τῆς διαθέσεως μεγέθους, καὶ ἐκ τῶν ἑπομένων αὐτῇ συμπτωμάτων. τὸ δὲ ἦθος γνωρίζεται ἔκ τε τῆς διαφορᾶς τοῦ νοσήματος, καὶ ἐκ τῶν συμπτωμάτων, τῶν αὐτῇ ἑπομένων. τριχῶς γὰρ ἑκάστου νοσήματος μεγάλου γινομένου, διὰ τὸ κύριον τοῦ πεπονθότος μορίου, διὰ τὸ μέγεθος τῆς διαθέσεως, καὶ διὰ τὴν κακοήθειαν αὐτοῦ· τὰ παραδείγματα εἴη ταῦτα. ἐν μὲν οὖν τῇ κεφαλῇ, καὶ τῇ κοιλίᾳ τρώματα, τὸ κύριον ἐμφαίνει τοῦ τετρωμένου μορίου. κακοήθη δὲ γὰρ ταχέως πάντα τὰ ἐν τοῖς ἄρθροις τρώματα. κίνδυνος γὰρ ἐνταῦθα μὲν ὀδυνηθῆναι, καὶ ἀγρυπνῆσαι, καὶ σπασθῆναι, καὶ παραφρονῆσαι. οὕτω δὲ καὶ τὰ μεγάλα, ὅσα οὕτως ἐστὶ μεγάλα, ὡς ῥαφῆς χρῄζειν, ἢ καὶ τῆς ἐπιδέσεως. ἐπὶ δὲ τῶν χυμῶν ἔσται ταὐτὸ τοῦτο δῆλον. ὁ γὰρ μελαγχολικὸς χυμὸς ἐπικρατῶν, ὀλεθριώτατός ἐστιν, ὅτι τε κακοηθέστατος αὐτός ἐστι, καὶ διαβρωτικώτατος, καὶ δύσπεπτος, καὶ δυσεκκάθαρτος, ὅτι τε πλείστην ἐνδείκνυται θερμασίαν, ὑφ' ἧς κατοπτηθεὶς ἐγένετο. αἱματικὸς δὲ, ὅτι γλυκύτατός τέ ἐστι, καὶ εὐπεπτότατος, πάντων ἐπιεικέστατος εἶναι βούλεται. οἱ δ' ἄλλοι δύο χυμοὶ, μεταξὺ τῶν εἰρημένων εἰσί. τῶν συμπτωμάτων δὲ *

A Quomodo enim frigidus sanguis in vapores solueretur? immodicè verò calidus facilè quidem in vapores soluitur, verùm turbidos, & fumosos. * * Ob hanc igitur causam sanguis melancholicus, & biliosus in vapores vitiosos soluuntur, & alter ad melancholiam, alter ad insaniam perducit. Interdum verò etiam in febribus ardentibus ad delirium. Quum autem propria cuiusque partis substantia sit frigidi, calidi, humidi, & sicci quædam temperatura, sciendum est, nullam partem statim immoderatè siccam, aut humidam reddi: extremè verò frigidam, aut calidam euidenter effici. B Itaque temperatura à nulla re tam celeriter corrumpitur, quàm ab immoderato calore: sicut non exigua vtilitas est, quum naturalis calor est. Idque non solùm in prima conformatione, in qua ossa citiùs concrescunt, nerui citiùs extenduntur, venæ, & arteriæ citiùs in fistulæ formam se induunt, ac cætera membra formantur omnia: sed etiam in vita vniuersa. Idem est de pituita, de flaua bile, déque atra iudicandum. Hæc enim, sicut etiam sanguis, cum * * * Neque enim volunt maniam ab C atra bile exoriri, sicut neque cancrum, neque elephantiasin, nec ferina deliria in phrenitide, neque varices, neque hæmorroidas. * * * Sicut neque biliosum, serosúmque excrementum: & tamen omnes humores in corpore contineri perspiciuntur: idque Hippocrates demonstrauit eo, quòd omnes in bene valentibus, quum vnusquisque à proprio medicamento trahitur, excernuntur. * * Hæc videntur. Itémque magnitudo, & mos cuiusque morbi ex iis percipitur. Ac magnitudo D quidem ex affectionis magnitudine & symptomatis ipsam consequentibus. Mos verò tum ex differentia morbi, tum ex symptomatibus ipsum consequentibus cognoscitur. Quum enim quisque morbus tribus modis magnus fiat, aut propter nobilitatem affectæ partis, aut propter affectionis magnitudinem, aut propter morum ipsius malitiam: exempla erunt hæc, vulnera capitis & ventriculi, præstantiam vulneratæ partis indicant. Maligna autem statim fiunt vulnera, quæ in articulis sunt. Illic enim doloris, vigiliarum, conuulsionis, & delirij E periculum instat: sic etiam magna, quæ ita magna sunt, vt vel suturam, vel deligaturam postulent. In humoribus hoc idem manifestum est: etenim melancholicus exuperans, perniciosissimus est, & quòd malignus est maximè, rodítque maximè, & ægrè concoquitur, ægréque purgatur: & quòd plurimùm subesse caloris, à quo perassatus est, indicat. Sanguineus, quia dulcissimus est, & maximè aptus ad concoquendum, omnium est mitissimus. Alij duo humores sunt inter prædictos interiecti medij. Symptomatum autem. *

F

Signa

A

Multa vnde signa petuntur,

TEXTVS HIPPOCRATIS 35.

Signa, titillatio, dolor, ruptio, mens, sudor, vrinarum sedimentum, quies, iactatio, visa, phantasiæ, icterus, singultus, morbus comitialis, sanguis integer, somnus; & ex his, & ex aliis quæ secundum naturam sunt, & quæcunque eiusmodi cætera ad noxam, & vtilitatem procedunt. Labores totius & partis, & magnitudinis signa; alterius quidē ad maius, alterius verò ad minus; & ex vtrisque ad maius, & ex vtrisque ad minus.

B

* * Neque facultatis voluntariæ, neque instrumentorum ad hanc pertinentium, est propria affectio, sicut tremor, & conuulsio; sed omnibus accidit corporibus, quæcunque dilatari possunt. Hæc suaptè mollia sunt, vt & dilatari, & rursus sedere in se queant. Interdum hæc palpitatio ex acribus, mordacibúsque humoribus exoritur. * * Est motus similis ei motui, qui vulgò dicitur titillatio; fitque ex digitorum contactu. * * Tremor talis quidam est motus. Partium verò concussio, quæ in morboso rigore fit, sine voluntate efficitur, & post longa interualla, quum motus contrarij sese excipiunt. * * Huic similis est alius morbus, qui musculos, & neruos occupat, qui conuulsio nominatur. * * Satis enim iam à nobis est dictum * * Qui autem eorum omnium, quorum facta mentio est, accuratè tum cognitionem habere, tum originem perdiscere aiunt, poterit is nostrum librum perlegere, in quo de iis omnibus plenè disseruimus. Nunc autem ad reliqua progrediendum est, ac primùm de dolore dicendum, tum deinceps de consequentibus. * *

C

D

Πολλὰ ἐξ ὧν τὰ τεκμήρια γίνεται.

ῬΗΣΙΣ ἹΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ λε΄.

Τεκμήρια, γαργαλισμὸς, ὀδύνη, ῥῆξις, γνώμη, ἱδρὼς, οὔρων ὑπόστασις. ἡσυχίη, ῥιπτασμὸς, ὄψιες, φαντασίαι, ἴκτερος, λυγμὸς, ἐπιληψίη, αἷμα ὁλοσχερὲς, ὕπνος, καὶ ἐκ τούτων καὶ ἐκ τῶν ἄλλων τῶν κατὰ φύσιν, καὶ ὅσα ἄλλα τοιουτότροπα ἐς βλάβην, καὶ ἐς ὠφελίην ὁρμᾷ. Πόνοι ὅλου, καὶ μέρεος, καὶ μεγέθεος σημήια, τοῦ μὲν, ἐς τὸ μᾶλλον τοῦ δὲ, ἐς τὸ ἧσσον· καὶ ἀπ' ἀμφοτέρων ἐς τὸ μᾶλλον, καὶ ἀπ' ἀμφοτέρων ἐς τὸ ἧσσον.

* * οὔτε τῆς προαιρετικῆς δυνάμεως, οὔτε τῶν ὀργάνων τῶν προαιρετικῶν ἴδιόν ἐστι πάθος, ὥσπερ ὁ τρόμος τε, καὶ σπασμός· ἀλλ' ἐν ἅπασι τοῖς σώμασιν, ὅσα γε διαστέλλεσθαι πέφυκεν· ἅπερ μαλακὰ τὴν φύσιν εἰσὶν, ὡς διαστᾶσιν, καὶ συνιζησιν ὑπομένειν δύνασθαι. ἐνίοτε μὲν γὰρ ἐστὶ ὁ παλμὸς ἐκ τῶν ὀξέων, καὶ δακνωδῶν συμβαίνει χυμῶν, τῶν δακνωδῶν * * καὶ ἔστι κίνησις ἐοικυῖα τῇ κινήσει, ἣ μὲν καλεῖται πρὸς πάντων γαργαλισμός γὰρ δὲ ἐκ τῆς τῶν δακτύλων ἀφῆς. * ὁ μὲν δὲ τρόμος, τοιαύτη τίς ἐστι κίνησις· ὁ δὲ τῶν μορίων κλόνος, ὁ ἐν τῷ νοσώδει ῥίγει γινόμενος, ἄνευ τε προαιρέσεως ἀποτελεῖται, καὶ μετὰ μεγάλα διαστήματα, τῶν ἐναντίων κινήσεων τῶν ἀλλήλων διαδεχομένων. * * παραπλήσιον δ' ἐστὶ πως τούτῳ πάθει, ἄλλο μυῶν τε, καὶ νεύρων, ὃ καλεῖται σπασμός. * ἱκανῶς ἤδη μοι * * τῷ βουλομένῳ δὲ ἀκριβῶς περὶ ἁπάντων τῶν εἰρημένων τῆς τε διαγνώσεως, καὶ τῆς γενέσεως μανθάνειν, ἔξεστιν ἀναγινώσκειν τὸ βιβλίον, ἐν ᾧ τελέως περὶ ἁπάντων αὐτῶν δεδήλωται. πρὸς δὲ τὰ λοιπὰ νῦν ἰτέον, καὶ πρῶτον μὲν περὶ τῆς ὀδύνης λεκτέον· εἶτα περὶ τῶν ἑπομένων ἐφεξῆς. * * *



ΓΑΛΗΝΟΥ ΕΙΣ ΤΟ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ ΠΕΡΙ ΤΡΟΦΗΣ, ΥΠΟΜΝΗΜΑ Δ'.

GALENI IN HIPPOCRATIS LIBRVM DE ALIMENTO, COMMENTARIVS IIII.

Γλυκὺ πολλαχῶς λέγεσθαι.

A

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ λϛ'.

ΓΛΥΚΥ, οὐ γλυκύ. γλυκὺ ἐς δύναμιν, οἷον ὕδωρ, γλυκὺ ἐς γεῦσιν, οἷον μέλι. σημεῖα ἑκατέρων ἕλκεα, ὀφθαλμοὶ, καὶ γεύσιες. καὶ ἐν τούτοισι τὸ μᾶλλον, καὶ τὸ ἧττον. γλυκὺ ἐς τὴν ὄψιν, καὶ ἐν χρώμασι, καὶ ἐν ἄλλῃσι μίξεσι γλυκὺ μᾶλλον καὶ ἧσσον.

* Τινὰ μὲν αὐτῶν εἰσιν ὑγρὰ, τινὰ δὲ ξηρὰ, καὶ τινὰ μὲν γλίσχρα, τινὰ δὲ εὔθρυπτά τε, καὶ εὐδιαίρετα. καὶ τινὰ μὲν δριμύτητας ἐν ἑαυτοῖς ἔχοντα, τινὰ δὲ ὀξύτητας, ἢ πικρότητας, ἢ γλυκύτητας, ἢ ἁλυκότητας, ἢ αὐστηρότητας, ἢ στρυφνότητας, ἢ τινας ἔξωθεν τούτων ἄλλας δυνάμεις. ἐπεὶ δὲ ἐπιστήμη γίγνεται, ἢ ἐξ αἰσθήσεως, ἢ ἐκ νοήσεως ἐναργοῦς, ἡμᾶς ἀναγκαῖόν ἐστιν, ἢ θατέρῳ τούτων, ἢ ἀμφοτέροις χρήσασθαι πρὸς τὴν τῶν νῦν προκειμένων εὕρεσιν. καὶ πρῶτον μὲν * * B

Dulce multis modis dici.

TEXTVS HIPPOCRATIS 36.

DVlce, non dulce; dulce facultate, vt aqua; dulce gustu, vt mel. Signa vtrorumque vlcera, oculi, & gustus; & in his magis, & minus. Dulce ad aspectum, & in coloribus, & aliis mixturis dulce magis, & minus.

* Ipsorum quædam humida, quædam sicca, quædam tenacia, quædam friabilia, & facilè diuidua sunt. Quædam acrimoniam in se habent, quædam acorem, quædam amaritiem, aut dulcedinem, aut salsuginem, aut austeritatem, aut acerbitatem, aut alias, præter has qualitates. Quum autem scientia oriatur, aut à sensu, aut ab euidenti notione, nos ad eorum, quæ modò proposita nobis sunt, inuentionem, aut altero horum, aut vtroque vti necesse est. *

Περὶ τῆς τῶν σωμάτων ἀραιότητός τε καὶ πυκνότητος. C

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ λζ'.

ΑΡαιότης σώματος ἐς διαπνοὴν, οἷσι πλέον φέρεται, ὑγιεινότερον· οἷσι δὲ ἔλαττον, νοσερώτερον. πυκνότης σώματος ἐς διαπνοὴν, οἷσιν ἔλαττον ἀφαιρέεται, νοσερόν.

Διττῆς οὔσης βλάβης τοῖς τῶν ζώων σώμασιν, ἑτέρας μὲν ἀπὸ τῶν ἔξωθεν αἰτίων, ἑτέρας δὲ ἀπὸ τῶν ἔνδοθεν· ὧν μὲν μαλακόν ἐστι καὶ ἀραιὸν τὸ δέρμα, τούτων εὐάλωτόν ἐστι τοῖς μὲν ἔξωθεν ἅπασιν, τοῖς δ' ἔνδοθεν, ὧν πυκνόν τε, καὶ σκληρόν. διὸ καλόν ἐστιν, οὕτως παρασκευάζειν τὸ δέρμα, ὡς ἑκατέρας φυλάττεσθαι τὰς ὑπερβολὰς, καὶ μήτ' εἰς τοσοῦτον πυκνὸν τὸ δέρμα ποιεῖν, ὡς κωλύειν διαπνεῖσθαι καλῶς, μήτ' οὕτως ἀραιὸν, ὡς ὑπὸ παντὸς τῶν ἔξωθεν αἰτίου αὐτῷ προσπιπτόντων, ῥᾳδίως βλάπτεσθαι. ἴσμεν γὰρ, ὅτι, τὰ μὲν ἀραιὰ τῶν σωμάτων, ἀσθενέστερα μέν εἰσι, καὶ πλεῖον διαμένουσιν ὑγιεινά· ὅταν δὲ νοσοῦσι, ῥᾷον ὑγιαίνουσι· τὰ δὲ πυκνὰ, τοὐναντίον. εἰ γοῦν συνεχῶς τις νοσοίη, σκεπτέον ἐπ' αὐτὴν τὴν αἰτίαν. διττὴν γὰρ ἔχει τὴν πρόφασιν, ἤτοι πλῆθος, ἢ κακοχυμίαν. ὅταν οὖν ἐλάττω τὰ διαπνεόμενα τοῦ σώματος, ἢ τῶν λαμβανομένων, αἱ πληθωρικαὶ νόσοι γίνονται. διὸ δεῖ φυλάττεσθαι τὴν συμμετρίαν τῶν ἐσθιομένων τε, καὶ πινομένων πρὸς τὰ κενούμενα, σκεψαμένων ἡμῶν ἐν ἑκατέροις τὴν ποσότητα. ἀφαιρεῖν δὲ χρὴ τῶν τροφῶν ἤτοι τῆς ποιότητος, D E

De raritate, & densitate corporum.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 37.

RAritas corporis ad perspirationem, quibus amplius fertur, salubrius; quibus minus, insalubrius. Densitas corporis ad perspirationem, quibus minus aufertur, morbosum.

Quum duplex sit noxa, qua corpora animantium afficiuntur, altera ab externis, altera ab internis causis profecta, quorum mollis, raráque cutis est, ea ab omnibus externis causis facilè corripiuntur: quorum verò densa, duráque est, ea faciliùs ab internis. Quocirca prodest, cutim ita præparare, vt vtrunque excessum caueamus, vt néve cutim ita densam reddamus, vt ne rectè fiat perspiratio prohibeamus; néve ita laxemus, vt à quacunque causa foris in ipsam incidenti, facilè lædatur. Scimus enim rara corpora imbecilliora esse, & sana diutiùs permanere: & quum ægrotant, faciliùs sanescere: densa verò, contra. Quod si quis continenter ægrotet, inspicienda causa erit. Siquidem duplex eius rei causa est, aut plenitudo, aut vitiosus humor. Quum igitur è corpore minus perspiratur, quàm sint ea, quæ sumpta sunt, morbi ex plenitudine oriuntur. Proinde aptus modus eorum, quæ edimus, & bibimus, seruandus est, habita ratione eorum, quæ euacuantur, quantitate in vtrisque ponderata. Est autem detrahendum de alimentorum, aut

aut qualitate, aut quantitate, aut de vtraque, atque in iis, qui celeriter copiam humorum colligunt, de vtraque. Qui non celeriter, aut non multum, satis erit alteram imminuere, quamcunque ægrotus optarit. Quantitatẽ imminuere, facile est. Quod ad qualitatem pertinet, fit ea edulia offerendo, quæ parum nutriunt. Qui verò vitiosos humores accumulant, non sunt eo modo tractandi, quo ij qui plenitudinem congerunt; siquidem non est vnus solùm scopus, quum néve vna quidem sit malitiæ humorum species. Est enim quædam frigidior, ac pituitosior; vt quædam calidior, & biliosior; sicut rursus quædam magis aquea, & quædam magis melancholica. In singulis autem, cibi potúsque omittendi sunt, qui citò gignere possint humorem, qui in homine accumulatur. Quod si contingat, verum inuenitur quod ab Hippocrate dictum est, *Quibus plus ad cutim fertur, eos non assiduè ægrotare*, quia libera corporis perspiratio est. Qui contrario modo se habent, contrà. Atque id est, quod ipse addit, quum ait.

A ἢ τῆς ποσότητος, ἢ καὶ συναμφοτέρων. καὶ τοὺς μὲν τὸ πλῆθος ταχέως ἀθροίζοντας, ἑκατέρων· ὅσοι δὲ οὐ ταχέως, ἢ οὐ μέγα, ἀρκέσει θάτερον, ὅπερ ἂν αὐτὸς ὁ κάμνων αἱρῆται. τὸ μὲν οὖν τῆς ποσότητος ἀφελεῖν, ῥᾴδιον· τὸ δὲ τῆς ποιότητος, ἐν τῇ τῶν ὀλιγοτρόφων ἐδεσμάτων γίγνεται προσφορᾷ. οἱ δὲ κακοχυμίαν ἀθροίζοντες, οὐχ ὡσαύτως τοῖς τὸ πλῆθος ἀθροίζουσιν. οὐχ εἷς γάρ ἐστιν ὁ σκοπὸς, ὅτι μηδὲ τῆς κακοχυμίας ἰδέα μία. ἔστι μὲν γὰρ ψυχροτέρα τε, καὶ φλεγματικωτέρα τις· ὥσπερ καί τις θερμοτέρα τε, καὶ χολωδεστέρα· καὶ πάλιν τις ὑδατωδεστέρα, καί τις μελαγχολι-
B κωτέρα. ἀφεκτέον οὖν ἐν ἑκάστῃ, σιτίων τε, καὶ ποτῶν, ὅσα πέφυκε γεννᾶν ἑτοίμως τὸν ἀθροιζόμενον ἐν τῷ ἀνθρώπῳ χυμόν. εἰ δὲ τύχοι, ἀληθὲς εὑρίσκεται τὸ ὑφ' Ἱπποκράτους ῥηθὲν, ὅτι οἷς πλείω φέρεται κατὰ τὸ δέρμα, τούτους μὴ νοσεῖν συνεχῶς· διότι εἰσὶν εὐδιάπνευστοι· τοὺς δὲ ἐπ' ἐναντίον διακειμένους, ἐναντίως· καὶ τοῦτ' ἔστιν, ὅπερ αὐτὸς προσέθηκεν εἰπών.

Facilis & difficilis perspirationis effectus; quid obstructio; quid condensatio.

TEXTVS HIPPOCRATIS 38.

QVi probè perspirant, imbecilliores, & salubriores existunt, & facilè conualescunt. Qui malè perspirãt, priusquã ægrotẽt, robustiores sunt. Quũ verò in morbũ inciderunt, difficilius sanescũt. Hæc autẽ, & toti, & parti attribuuntur.

Quum vitium quoddam meatuum cutis est, quo per halitum discuti excrementa prohibentur, ac nos malè transpiramus, id obstructio, aut condensatio, aut contractio meatuum, aut etiam angustatio nominatur. Obstructio tamen à condensatione differt, quòd obstructio à tenacibus, crassisque excrementis confertim ad cutim ruentibus fiat; condensatio ab adstringentibus, & refrigerantibus oriatur. Quidam autem, qui probè perspirant, hoc vitium effugiũt; qui licet sint imbecilliores, tamen magis sani vitam degunt; & quum in morbos incidunt, superstites euadunt. Quidam verò sic à principio sunt malè constituti; vt semper ægrotent, neque possint valere, etiamsi eis ipsum Apollinẽ præficias. Hæcque non modò in toto corpore, sed etiã in singulis partibus visuntur. In causa sunt excrementa, quę per halitum non extruduntur. Necesse enim est, vt comedamus, bibamúsque; propterea quod semper aliquid defluit è corpore. Quum autem edamus, ac bibamus, necesse etiam est, vt prouideamus, quò excrementa euacuentur. Eorum autem multa sunt genera, vt quædam sint in ventriculo confecti cibi, quædam eius, qui in iecore, arteriis, & venis, quædam eius, qui in singulis partibus continetur; sanè cuiusque suam esse euacuationem oportet, quò neque in morbum animal cadat, neque vllam planè molestiam sentiat. Id quod fieri non potest: quandoquidem in animantibus multa in hunc vsum instrumenta comperiuntur, tum quæ expurgent hæc ipsa excrementa, atque separent: tum quæ deducant, tum quæ in vnum conducant, tum quæ excernant; quæ omnia natura videtur esse vel ab initio fabricata.

Αἱ τῆς εὐπνοίας τε καὶ δυσπνοίας ἐνέργειαι· τί ἔμφραξις τε καὶ πύκνωσις.

C

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ λη'.

ΟΙ διαπνεόμενοι καλῶς, ἀσθενέστεροι, καὶ ὑγιεινότεροι, καὶ εὐανάσφαλτοι· οἱ διαπνεόμενοι κακῶς, πρὶν ἢ νοσέειν, ἰσχυρότεροι· νοσήσαντες δὲ, δυσανάσφαλτοι. ταῦτα δὲ καὶ ὅλῳ, καὶ μέρει.

Ὅταν βλάβη τις ἐστὶ τῶν πόρων, ἐφ' ᾗ κωλύεται διαφορεῖσθαι τὰ περιττώματα, καὶ κακῶς διαπνεόμενοι τυγχάνομεν, αὕτη ἔμφραξις, ἢ πύκνωσις, ἢ μύσις τῶν πόρων,
D ἢ καὶ στέγνωσις ὀνομάζεται. διαφέρει μέντοι ἔμφραξις τῆς πυκνώσεως, ὅτι ἔμφραξις ὑπὸ γλίσχρων, ἢ παχέων περιττωμάτων, ἀθροώτερον ἐπὶ τὸ δέρμα ὁρμησάντων γίνεται· πύκνωσις δὲ, ὑπὸ τῶν στυφόντων, καὶ ψυχόντων. ἔνιοι μὲν οὖν καλῶς διαπνεόμενοι, ταύτην τὴν βλάβην φεύγουσιν, οἵπερ, εἰ καὶ ἀσθενέστεροί εἰσιν, ἀλλ' ὅμως ὑγιεινότερον ζῶντες τυγχάνουσι. καὶ εἰς νόσους πεσόντες, περιεσήκασιν. ἔνιοι δὲ οὕτως εὐθὺς ἐξ ἀρχῆς κατεσκευάσθησαν κακῶς, ὡς ἀεὶ νοσεῖν, μηδ' ὑγιαίνειν δύνασθαι, κἂν αὐτὸν αὐτοῖς ἐπιστήσῃς τὸν Ἀπόλλωνα. καὶ ταῦτα μὴ μόνον ἐν τῷ ὅλῳ σώματι, ἀλλὰ καὶ
E καθ' ἕκαστον μόριον. αἴτιόν ἐστι, τὰ μὴ διαφορούμενα περιττώματα· ἡμᾶς μὲν γὰρ ἐσθίειν μὲν, καὶ πίνειν ἀναγκαῖον, ἐπειδὴ διὰ παντὸς ἀπορρεῖ τι τοῦ σώματος. ἐπεὶ δ' ἐσθίομεν καὶ πίνομεν, ἀναγκαῖον αὖθις ἐστιν, τῆς τῶν περιττωμάτων προνοεῖσθαι κενώσεως. ἔστι δὲ τούτων εἴδη πολλά. ὡς τὰ μὲν ἐν τῇ γαστρὶ, πεττομένης τροφῆς· τὰ δὲ τῆς ἐν ἥπατι, καὶ ἀρτηρίαις, καὶ φλεψί· τὰ δὲ, τῆς καθ' ἕκαστον μόριον. διὸ χρὴ καὶ τὴν κένωσιν αὐτῶν ἰδίαν εἶναι, καθ' ἕκαστον· ὡς μηδ' εἰς νόσον πεσεῖν μηδ' ἐνοχλεῖσθαί τι. ἔστι γὰρ οὐκ ἀδύνατον τοῦτο,
F διότι εὑρίσκονται εἰς ταύτην τὴν χρείαν ἐν τοῖς ζώοις ὄργανα πολλά· τὰ μὲν ἐκκαθαίροντά τε, καὶ διακρίνοντα ταυτὶ τὰ περιττώματα· τὰ δὲ, παράγοντα· τὰ δὲ, ἀθροίζοντα. καὶ ταῦτα πάντα ἡ φύσις αὐτὴ φαίνεται ἐξ ἀρχῆς ἐργαζομένη.

A

Περὶ τῆς τοῦ πνεύμονος τροφῆς.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ λθ΄.

Πνεύμων ἐναντίην σώματι τροφὴν ἕλκει, τὰ δὲ ἄλλα πάντα, τὴν αὐτήν.

Τῶν τρεφομένων ἕκαστον ἕλκει εἰς ἑαυτὸ τὴν τροφὴν ἐκ τῶν παρακειμένων ἀγγείων. καὶ ἐκ μὲν τῶν ἀρτηριῶν, εὔλογον ἕλκεσθαι λεπτοτέραν, ἐκ δὲ τῶν φλεβῶν, παχυτέραν. τὸ γὰρ περιεχόμενον ἐν ταῖς ἀρτηρίαις αἷμα, λεπτότερον, καὶ ἀτμωδέστερόν ἐστιν. ἐκ δὲ τοιούτου βέλτιόν ἐστι τρέφεσθαι χαύνῃ σαρκί· καθάπερ ἐκ παχυτέρου, τῇ πυκνῇ. διὰ τοῦτο ἡ σὰρξ τοῦ πνεύμονος χαυνοτάτη, καὶ κουφοτάτη οὖσα, καὶ μικροῦ δεῖν, λευκὴ καθάπερ ἐξ ἀφροῦ πεπηγυῖα, τρέφεται ἐξ αἵματος ἀκριβῶς καθαροῦ, καὶ ξανθοῦ, καὶ λεπτοῦ, καὶ πνευματώδους. τὸ γὰρ παρὰ τῆς καρδίας ἐπιπεμπόμενον αὐτῷ αἷμα, ἅπαντα ἔχει ταῦτα τὰ πλεονεκτήματα. ἀλλὰ καὶ τὸ ἧπαρ ὑπὸ χρηστοῦ τε ἅμα τοῦ αἵματος, καὶ παχέος τρέφεται, διά τε τὴν λεπτότητα τοῦ χιτῶνος τῶν ἐν ἑαυτῷ φλεβῶν, καὶ τὸ μέγεθος τῶν κατατρήσεων. ὁ δὲ σπλὴν, ἐκ τοῦ μελαγχολικοῦ χυμοῦ, ὑπὸ τοῦ αὐτοῦ σπλάγχνου κατεργασθέντος. καὶ τοίνυν καὶ τῆς σαρκὸς τῶν τριῶν τούτων σπλάγχνων ἰδέαι, κατὰ τοῦ τρέφοντός εἰσιν εἶδος χυμοῦ. ἐὰν δὲ ἑνὶ λόγῳ βούλεται εἰδέναι τις τὸ περὶ τῶν τριῶν σπλάγχνων τῆς τροφῆς, ὧδε ἔχει. τὸ μὲν ἧπαρ ἐξ ἐρυθροῦ, καὶ παχέος αἵματος· ὁ δὲ σπλὴν ἐκ λεπτοῦ μὲν, ἀλλὰ μέλανος· ὁ δὲ πνεύμων, ἐξ ἀκριβῶς κατειργασμένου, καὶ ξανθοῦ, καὶ λεπτοῦ, καὶ πνευματώδους, καὶ καθαροῦ, τὴν τροφὴν λαμβάνει. νῦν δὲ, ὡς πάντων πάντα μετέχει τὰ ἄλλα μόρια, οὕτω καὶ ἀρτηρίαι, καὶ φλέβες· καὶ αἱ μὲν ὀλίγου, καὶ λεπτοῦ, καὶ ἀτμώδους αἵματος· αἱ δ' αὖ φλέβες, ἐλαχίστου καὶ αὗται πνεύματος ὁμιχλώδους δὲ, καὶ παχέος. εἴπερ οὖν δεῖται τρέφεσθαι τὸ σῶμα τοῦ πνεύμονος, οὐκ ἰλυώδει τινὶ, καὶ παχείᾳ τροφῇ, ὡς τὸ τοῦ ἥπατος, ἀλλὰ, καθάπερ ἐρρέθη, λεπτῇ, καὶ κούφῃ, καὶ ἀτμώδει, πάντα φαίνεται ἐν τῷ ζώῳ καλῶς πρὸς τοῦ δημιουργοῦ γεγενημένα. τρέφεται γὰρ ἕκαστον ἐκ τῆς ὁμοίας αὐτῷ τροφῆς. κοῦφον δέ ἐστι, καὶ μανὸν τὸ τοῦ πνεύμονος σῶμα. δεῖται γοῦν ἀτμώδους, καὶ λεπτοῦ, καὶ καθαροῦ τοῦ αἵματος, οὐχ ὥσπερ τὸ ἧπαρ ἰλυώδους, καὶ παχέος. ὅθεν ἔμπαλιν αὐτῷ τὰ τῶν ἀγγείων ἔχει, μάλιστα μὲν τοῖς καθ' ἧπαρ· ἤδη δὲ καὶ τοῖς ἄλλοις τοῦ ζώου μορίοις. ἐκείνων μὲν γὰρ ἀραιός τε, καὶ λεπτὸς ὁ χιτών ἐστι τοῦ ἀγγείου, τοῦ τὸ αἷμα χορηγοῦντος. διὸ πλεῖστον τοῦ παχέος ἑτοίμως τοῖς περιέχουσι διαδίδωσιν. ὁ δὲ τοῦ πνεύμονος, παχὺς, καὶ πυκνὸς, καὶ διὰ τοῦτο, οὐδὲν, πλὴν τὸ λεπτότατον, ἐᾷ διεξέρχεσθαι. ἔτι δ' ἐν τοῖς ἄλλοις μορίοις αἱ ἀρτηρίαι εἰσὶ παχεῖαι, καὶ πυκναὶ, δι' ἣν αἰτίαν παντάπασιν ὀλίγον ἀτμώδους αἵματος τοῖς παρακειμένοις μορίοις ἕλκειν ἐπιτρέπουσι. τῷ δὲ πνεύμονι μόνῳ πάμπολυ τὸ τοιοῦτον μεθιᾶσιν, ὑπὸ μανότητος, καὶ λεπτότητος μὴ δυνάμεναι στέγειν. ὅθεν γὰρ, ὡς πάντῃ τῷ πνεύμονι τὰ περὶ τὴν τροφὴν ὑπεναντίως ἔχει τοῖς ἄλλοις ἅπασι τοῦ ζώου μορίοις. καὶ μὴ θαυμαστὸν τοῦτό γε ἐπεὶ καὶ τὰ τῆς τοῦ σώματος ἰδέας, ὄντος ἐν τῷ σώματι οὐδενὸς, οὔτε οὕτω μανοῦ, καὶ κούφου, οὔτε πνευματώδους. ἀλλὰ καὶ ἴσμεν, τρεῖς ἐπικουρίας αὐτῷ πρὸς τὴν τροφὴν ἐξ ἀνάγκης ὑπάρχειν· μίαν μὲν, τὸ πλῆθος τῆς ἐγχωρίου θερμότητος· ἑτέραν, τὴν ἐν ταῖς εἰσπνοαῖς τοῦ πνεύμονος διάστασιν·

De pulmonis alimento.

TEXTVS HIPPOCRATIS 39.

Pulmo contrarium corpori alimentum trahit; alia verò omnia idem.

Quicquid nutritur, ab adiacentibus sibi vasculis alimentum in se trahit. Ac consentaneum est, vt ab arteriis tenuius, à venis crassius trahatur. Sanguis enim, qui arteriis continetur, tenuior est, & vaporosior. Atque hoc ali carnem B laxam, sicut crassiore densam præstat. Ideo pulmonis caro, quæ laxissima, leuissimáque est, ac paulo minùs alba, vtpotè, quæ ex spuma concreuit, nutritur sanguine exquisitè puro, & flauo, & tenui, & spirituoso. Sanguis enim, qui à corde ad ipsum transmittitur, has omnes prærogatiuas habet. Iecur quoque nutritur sanguine probo simul, & crasso, tum propter tenuitatem tunicæ venarum, quæ in ipso sunt; tum propter foraminum magnitudinem. Lien verò alitur humore melancholico, qui ab ipsomet visC cere fit elaboratus. Horum autem trium viscerum carnis species formæ humoris ipsas nutrientis respondent. Si quis verò summatim scire velit, quomodo hæc tria viscera nutriantur, ita se res habet; iecur ex rubro, crassóque sanguine: lien ex tenui, sed nigro: pulmo ex accuratè elaborato, flauo, tenui, spirituoso, puróque alimentum sumit. Nunc autem quemadmodum aliæ partes omnes sunt omnium participes, sic venæ, & arteriæ sunt: quarum hæ exigui, tenuis, & vaporosi sanguinis; venæ rursus paucissimi spiritus, sed caliginosi, & crassi. Si igitur corpus pulmonis alimentum postulat, non D limosum illud quidem, & crassum, sicut corpus iecoris, sed, vt dictum est, tenue, leue, & vaporosum: profectò apparet omnia in corpore animalis ab opifice rectè facta esse. Vnumquodque enim alimento sibi simili nutritur. Leue autem, ac rarum est pulmonis corpus. Ergo vaporosum, tenuem, & purum sanguinem, non limosum, & crassum, sicut iecur, postulabat. Ex quo factum est, vt vasa habeat contraria, præcipuè iis, quæ in iecore sunt: deinde verò aliis animalis partibus. In illis enim rara, tenuísque est tunica vasis sanguinem suppeditantis. Pro-E pterea fit, vt plurimum crassi sanguinis, ac celeriter partibus circumstantibus distribuat. At tunica in pulmone crassa, densáque est: proinde nihil, nisi quod tenuissimum sit, elabi sinit. Iam verò in aliis partibus arteriæ crassæ, densæque sunt. Qua sanè ratione paucum omninò, ipsumque vaporosum sanguinem proximis partibus trahere permittunt. Soli verò pulmoni plurimum huiusmodi impartiuntur, vtpotè quæ propter raritatem, ac tenuitatem continere ipsum non possint. Ex quo efficitur, vt quod ad nutrimentum pertinet, in pulmone contrarium sit, atque in F cæteris omnibus animalis partibus. Neque hoc mirabile est: quandoquidem etiam ipsius corporis forma ita se habet: quum nihil in toto corpore, neque ita rarum, neque ita leue, neque ita spirituosum reperiatur. Sed scimus etiam tria adiumenta ad alimentum accommodata ei necessariò inesse, primum copiam domestici caloris: alterum, pulmonis dilatationem in inspirationibus; tertium,

tertium, sanguinem à corde ad ipsum emissum, qui in corde fit accuratè elaboratus, & attenuatus. Præterea verò maximæ in ipso venæ sunt; vt quantum propter tunicæ crassitudinem iusto alimento detrahitur, tantum magnitudine ipsarum expleatur. De arteriosa autem vena, & venosa arteria nihil nunc attinet dicere: siquidem horum etiam vasorum natura in pulmone mutata est, propterea quod in hoc solo viscere densam venam, raramque arteriam esse præstabat. Quod ignorant ij, qui non sunt in corporum dissectionibus exercitati, quique naturalium facultatum causas non inuestigant.

Principia alimenti spiritus, & alimenti humidi, & sicci.

TEXTVS HIPPOCRATIS 40.

Principium alimenti spiritus, nares, os, guttur, pulmo, reliquáque perspiratio. Principium alimenti, tum humidi, tum sicci, os, gula, ventriculus. Antiquius autem alimentum, per abdomen, vmbilicus.

Ego verò pluribus indicassem, quantum in omnibus alimenti instrumentis sit naturæ artificium, si hoc esset huius inscriptionis, & temporis. Tantum autem indicasse sufficiat, quantum vsus orationis coëgit exponere. Etenim alimenti instrumenta in quocunque voles animante contemplari, ita esse constituta comperies, vt venas omnes, quæ in intestinis, ventriculo, liene, omentóque insunt, ad iecoris portas porrigi conspicias. Qúumque vnus sit cunctis animantibus communis vsus, cuius gratia indigent alimento, in singulis ipsorum generibus triplicia esse instrumenta intuebere; quædam ad alimentum suscipiendum, & conficiendum, atque etiam in totum corpus comportandum; alia, vt sint receptacula excrementorum; tertia alias partes, quæ excernendis excrementis subseruiant. Ergo ventriculus alimentum excipit, in quo exiguam quandam, primámque mutationem, quæ ingesta sunt, subeunt, ac iecori præparantur; quod iecur eius alimenti, quod ipsum permeat, maximam alterationem molitur. Hinc venæ confectum alimentum in omne corpus diffundunt. Quod verò superuacaneum, quodque tenue, & leue, itémque terreum, graue, aqueum, & serosum est, natura aliorum instrumentorum vsu expurgat. Huiusmodi sunt meatus, qui bilis receptores nominantur, & vesica, quæ est his similis, & lien, & ex venis eæ, quæ ad imam intestini recti partem sunt, & meatus vrinarij, & renes, & vesica. Communia porrò in omnibus instrumenta sunt intestina, ventriculus, venæ, & iecur; vt vero excrementa discernantur, atque expurgentur, vasa quæ bilem recipiunt, & vesica iecori adiuncta; præterea vero lien, & renes. Musculi verò accesserunt, qui reliquiis cibi depellendis subseruiant, ne quid sine prouidentia relictum esse videatur. * *

Quod cerebrum eo spiritu, qui influit à corde non admodum indigeat. Restat igitur, vt in eo insit, aut abundans ex sanguine exhalatio, aut inspiratio per nares. Cæterùm exhalatio, copiosa non fit. Quare necesse est, vt à naribus plurimum alimenti spiritu animali suppeditetur.

A καὶ τρίτην, ἀπὸ καρδίας ἐπιπεμπομένου μόνῳ αὐτῷ τοῦ αἵματος, ἀκριβῶς ἐν ἐκείνῃ κατειργασμένου, καὶ λελεπτυσμένου· ἔτι δὲ μεγίστας ἐν αὐτῷ τὰς φλέβας, ἵνα ὅσον ἀπολείπεται τοῦ τρέφειν ἱκανῶς, διὰ τὴν τοῦ χιτῶνος πυκνότητα, τοῦτ' ἐκ τοῦ μεγέθους αὐτῶν ἀναπληρῶται. περὶ δὲ τῆς ἀρτηριώδους φλεβός, καὶ φλεβώδους ἀρτηρίας, οὐ χρὴ νῦν λέγειν. ἐνήλλακται γὰρ καὶ ἡ τούτων τῶν ἀγγείων φύσις ἐν τῷ πνεύμονι ὅτι βέλτιον ἦν ἐν τούτῳ μόνῳ τῷ σπλάγχνῳ, στεγανὴν μὲν τὴν φλέβα, μανὴν δ' εἶναι τὴν ἀρτηρίαν· ὃ μὴ ἴσασιν, οἱ μὴ ἐν ταῖς ἀνατομαῖς ἐσκεμμένοι καὶ
B μὴ ζητοῦντες τὰς αἰτίας τῶν φυσικῶν δυνάμεων.

Αἱ τῆς τοῦ πνεύματός τε, καὶ τῆς ὑγρᾶς καὶ ξηρᾶς τροφῆς ἀρχαί.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ μ'.

Ἀρχὴ τροφῆς πνεύματος, ῥῖνες, στόμα, βρόγχος, πνεύμων, καὶ ἡ ἄλλη διαπνοή. ἀρχὴ τροφῆς καὶ ὑγρῆς, καὶ ξηρῆς, στόμα, στόμαχος, κοιλίη· ἡ δὲ ἀρχαιοτέρη τροφή, διὰ τοῦ ἐπιγαστρίου, ὀμφαλός.

C Ἐγὼ μὲν ἐπὶ πλέον δῆλον, ὁπόση τίς ἐστιν ἡ τέχνη τῆς φύσεως ἐν ἅπασι τοῖς τῆς τροφῆς ὀργάνοις, εἰ τῆς προκειμένης πραγματείας ὁ λόγος ἦν οἰκεῖος· ἐπὶ τοσοῦτόν γε μὲν ἐνδεδεῖχθαι περὶ αὐτῶν, εἰς ὅσον ἠναγκάσθην ὑπὸ τῆς τοῦ λόγου χρείας, ἀρκέσει. τὰ γάρ τοι τῆς τροφῆς ὄργανα, καθότι περ ἂν ἐθέλῃς ἐπισκέπτεσθαι ζῶον, οὕτως ἔχοντα εὑρήσεις, ὡς εἰς τὰς πύλας τοῦ ἥπατος ἀναφερομένας ἁπάσας θεάσῃ τὰς φλέβας, ὅσαι κατ' ἔντερά τε, καὶ γαστέρα, καὶ σπλῆνα, καὶ τὸ ἐπίπλοον, ὑπάρχουσι. μιᾶς οὖν οὔσης κοινῆς χρείας, ἧς ἕνεκα πάντα τὰ
D ζῶα δέονται τροφῆς, ὄργανα καθ' ἕκαστον εἶδος αὐτῶν τριττά ἐστιν· τινὰ μὲν πρός τε τὴν ὑποδοχήν, καὶ τὴν κατεργασίαν αὐτῆς, ἔτι δὲ καὶ τὴν εἰς ὅλον τὸ σῶμα φοράν· ἕτερα δὲ τῶν περιττῶν ὑποδεκτικά. τρίτα δ' ἄλλα μόρια ὑπηρετοῦντα ταῖς τούτων ἐκκρίσεσι· γαστὴρ μὲν οὖν, ὑποδέχεται τὴν τροφήν· καὶ ἔνθα μεταβάλλεταί τινα μικράν τε, καὶ πρώτην μεταβολήν, παρασκευαζόμενα τῷ ἥπατι, μεγίστην ἀλλοίωσιν ἐργαζομένῳ τῆς εἰς αὐτὸ παραγινομένης τροφῆς. ἐντεῦθεν φλέβες εἰς ὅλον ὀχετεύουσι τὸ σῶμα κατεργασθεῖσαν αὐτήν. τὸ δὲ περιττόν, καὶ τὸ
E λεπτόν, καὶ τὸ κοῦφον, ἔτι τε τὸ γεῶδες καὶ βαρύ, καὶ τὸ ὑδατῶδες, καὶ τὸ ὀρρῶδες ἐκκαθαίρει ἡ φύσις δι' ἄλλων ὀργάνων. τοιαῦτα μέν ἐστι, πόροι χοληδόχοι ὀνομαζόμενοι, καὶ κύστις ὁμοία τούτοις, καὶ ὁ σπλὴν αὐτός, καὶ τῶν φλεβῶν ἡ κάτω μοῖρα παραπευθυσμένου· καὶ οὐρητῆρες, καὶ νεφροί, καὶ κύστις. κοινὰ δὲ ἐν ἅπασιν, ἔντερα μέν, καὶ γαστήρ, καὶ φλέβες, καὶ ἧπάρ εἰσιν. ἕνεκα δὲ τῆς διακρίσεως, καὶ καθάρσεως τῶν περιττῶν, ἀγγεῖα χοληδόχα, καὶ τὴν ἐπὶ τῷ ἥπατι κύστιν· ἔτι τε σπλῆνα, καὶ νεφρούς. πρὸς δὲ ταῖς τῶν περιττωμάτων ἐκκρίσεσιν ὑπηρετοῦντας,
F μῦς, ἵνα μηδὲν ἀπρονόητον εἴη. * *

τοῦ μὴ πάνυ τι δεῖσθαι τοῦ παρὰ τῆς καρδίας πνεύματος τὸν ἐγκέφαλον. ἀπολείπεται γοῦν ἤτοι τὴν ἀναθυμίασιν αὐτῷ τὴν ἐκ τοῦ αἵματος ἱκανὴν ὑπάρχειν, ἢ τὴν διὰ τῶν ῥινῶν εἰσπνοήν. οὐ γὰρ δὴ δαψιλὴς ἀναθυμίασις. ὥστε ἀναγκαῖον ἐκ τῆς διὰ τῶν ῥινῶν τὴν πλείστην εἶναι τροφὴν τῷ ψυχικῷ πνεύματι.

διὰ τοῦτο γοῦν φησὶν Ἱπποκράτης, ἀρχὴν τῆς τροφῆς πνεύματος εἶναι στόμα, ῥῖνας, βρόγχον, πνεύμονα, καὶ τὴν ἄλλην ἀναπνοήν. ἐξ ἁπάντων γὰρ τούτων τρέφεται. προστίθησι δὲ, ἀρχὴν τροφῆς καὶ ὑγρᾶς καὶ ξηρᾶς εἶναι στόμα, στόμαχον, καὶ κοιλίαν. αὕτη δὲ ἐστὶν, ἀρχὴ ἡ πρώτη· ἡ δευτέρα δὲ, αἱ ἐκ τοῦ ἥπατος εἰς κοιλίαν καθήκουσαι φλέβες, ἐν αἷς πρώταις αἷμα γίνεται. ἡ τρίτη δὲ, τὸ ἧπαρ αὐτό. ἡ τετάρτη δὲ, μετὰ τὸ ἧπαρ ἡ κοίλη φλέψ, ἐν ᾗ πρώτῃ καθαρὸν τῶν περιττωμάτων ἀπολείπεται τὸ αἷμα. ὥστε τροφῆς μὲν ἀρχή ἐστι στόμα, στόμαχος, κοιλία· πνεύματος δὲ, στόμα, ῥῖνες, βρόγχος, πνεύμων· ὡς καὶ ὀμφαλὸς ἀρχαιοτέρας τροφῆς δι' ἐπιγαστρίου. ἔστι γὰρ ἐν αὐτῷ ἀγγεῖα τέτταρα, δύο μὲν ἀρτηρίαι, δύο δὲ φλέβες, μέσον ἑαυτῶν ἔχουσαι τὸν οὐραχόν. καὶ ἐκ μὲν τῶν ἄνω μερῶν αἱ φλέβες εἰσὶν, ἐκ δὲ τῶν κάτωθεν αἱ ἀρτηρίαι. εὐθὺς γοῦν ἑκάτερον ζεῦγος τῶν ἀγγείων ἐν τῷ χωρίῳ τῷ ἐπιτηδείῳ ἐστί. καὶ διὰ τούτων οἷον ἐκ πρέμνων τινῶν, ἐκ τῆς μήτρας ἕλκει τὸ ἔμβρυον αἷμα, καὶ πνεῦμα. ὅπερ Ἱπποκράτης ἀρχαιοτέραν, καὶ προτέραν τροφὴν καλεῖ· τουτέστι πρὶν ἂν εἰς τὸ φῶς ἐξιέναι τὸ βρέφος, διὰ τοῦ ὀμφαλοῦ· καὶ τῶν τεττάρων ἀγγείων τῶν προειρημένων τρέφεσθαι.

A Quamobrem dixit Hippocrates, principium alimenti spiritus, esse os, nares, guttur, pulmonem, & aliam respirationem: siquidem his omnibus alitur. Addit autem, humidi, siccique alimenti principium esse os, gulam, & ventriculum. Est enim primum principium. Secundum autem præstant venæ ex iecore in ventrem pertinentes: in quibus primis sanguis gignitur. Tertium verò ipsum est iecur. Sicut quartum est vena caua, in qua prima sanguis ab excrementis purus relinquitur. Quocirca alimenti principium est os, B gula, ventriculus: spiritus verò, os, nares, guttur, pulmo: sicut vmbilicus antiquioris alimenti principium est per abdomen. In eo enim quatuor vasa sunt duæ arteriæ ac duæ venæ quæ in medio sui habent vrinaculum. In superioribus partibus, sunt venæ, in inferioribus, arteriæ. Protinus igitur vtrumque vasorum par est idoneo in loco constitutum. Ac per ea velut per truncos quosdam, fœtus ab vtero sanguinem, & spiritum ducit. Id quod Hippocrates antiquius, & longè primum alimentum vocat, hoc est, antequam infans in lucem proferatur, per vmbilicum, & quatuor vasa antedi- C cta ali solet.

Τὸ ἧπαρ, ῥίζωσις φλεβῶν· ἡ δὲ καρδία, ἀρτηριῶν· ἐξ ὧν ἐστιν αἷμα καὶ πνεῦμα.

Radix venarum hepar, & arteriarum cor, vnde sanguis & spiritus.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ μα'.

Ῥίζωσις φλεβῶν, ἧπαρ· ῥίζωσις ἀρτηριῶν, καρδία. ἐκ τουτέων ἀποπλανᾶται ἐς πάντα αἷμα, καὶ πνεῦμα, καὶ θερμασίη διὰ τούτων φοιτᾷ.

Ἐπειδὴ τὸ ἧπαρ ἐστὶ ῥίζωσις φλεβῶν, ἡ δὲ καρδία ἀρτηριῶν, λέγει ὅτι, καὶ αἷμα μὲν ἐξ ἥπατος ἀποπλανᾶται εἰς πάντα· πνεῦμα δὲ ἐκ τῆς καρδίας· θερμασία δὲ, ἐξ ἀμφοῖν. καὶ ταῖς μὲν κατὰ τὴν καρδίαν ἀρτηρίαις, αἱ κατὰ τὸ ἧπαρ φλέβες ἀνάλογον ἔχουσιν. καὶ ὥσπερ ἡ ἐκ τῆς ἀριστερᾶς κοιλίας τῆς καρδίας ἀρτηρία φυομένη, πρέμνον τῶν καθ' ὅλον τὸ ζῶόν ἐστι τῶν ἀρτηριῶν, τὸν αὐτὸν τρόπον, ἀπὸ τῆς κοίλης φλεβὸς αἱ καθ' ὅλον τὸ ζῶον ἀποπεφύκασι φλέβες, οἷον κλάδοι τινές, ὡς ἀπὸ στελέχων. ταῖς δ' οἷον ῥίζαις τῶν ἀρτηριῶν, ταῖς εἰς τὸν πνεύμονα καταρριζουμέναις, ἐκ τῆς καρδίας ἀνάλογον αὖ πάλιν αἱ κατὰ τὴν γαστέρα τε, καὶ τὸν σπλῆνα, καὶ τὸ μεσεντέριον ἔχουσι φλέβες. καὶ μὲν δὴ καὶ τῶν τῆς κοίλης φλεβὸς μερῶν τὸ μὲν ἐπὶ τὴν ῥάχιν καταφερόμενον, ἀνάλογόν μοι νόει τῇ μείζονι μοίρᾳ τῆς μεγάλης ἀρτηρίας τῇ κάτω φερομένῃ. τὸ δὲ ἐπὶ τὰς σφαγὰς ἀναφερόμενον, τῇ μικροτέρᾳ. ἔστι μὲν οὖν μέγιστον ἀγγεῖόν τι, ἐκπεφυκὸς τῆς ἀριστερᾶς κοιλίας τῆς καρδίας, ὅπερ αὐτίκα μετὰ τὴν ἐκ τῆς καρδίας ἔκφυσιν, εἰς δύο τέμνεται μέρη· ὧν τὸ μὲν ἐπὶ τὴν ῥάχιν κατακάμπτεται, πᾶσι τοῖς κάτω μορίοις ἐπιπέμψον ἀρτηρίας. τὸ δὲ ἐπὶ τὴν κεφαλὴν ἀναφέρεται, παρέξον τοῖς ἄνω καρδίας ἅπασιν, ἀρτηρίας. αὐτῆς δὲ τῆς ἀρτηρίας τὸ κάτω φερόμενον μέρος, ἐπιβαίνει τε τῷ πέμπτῳ θώρακος σπονδύλῳ· θάτερον δὲ, μετὰ τὴν πρώτην ἔκφυσιν, καί τινα μοῖραν ἑαυτοῦ ἀποπέμπει πρὸς τὴν ἀριστερὰν ὠμοπλάτην, καὶ μασχάλην, ἀνατεινομένην· ἢ ἀναφέρεται ἄσχιστος μέχρι τῆς πρώτης πλευρᾶς. ἐντεῦθεν δὲ, πρὸς τὰ πρῶτα μεσοπλεύρια πέμπει τι μόριον ἑαυτοῦ εἰς ὑποχόνδριόν τε, καὶ τιτθὸν ἕτερον, ὑποτεταγμένον ἅπαντι τῷ στέρνῳ.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 41.

Radix venarum, iecur; radix arteriarum, cor; Ab his & sanguis, & spiritus in omnia aberrat, & calor per hæc permeat.

Quoniam iecur est radix venarum, & cor arteriarum, ait sanguinem quoque ex iecore, & D spiritum ex corde, in omnes corporis partes euagari, & ex vtrisque calorem promanare. Atque arteriis, quæ in corde sunt, proportione respondent venæ quæ sunt in iecore. Et quemadmodum arteria, quæ ex sinistro cordis ventriculo producitur, truncus est arteriarum quæ in toto sunt animante: eodem modo venæ, quæ in totum animantis corpus sunt diffusæ, veluti rami quidam è trunco, à vena caua sunt exortæ. Arteriis verò, quæ à corde in pulmonem sunt diuisæ, quæ sunt veluti radices, E proportione respondent eæ venæ, quæ ad ventriculum, lienem, & mesenterium collocantur. Atque etiam ex venæ cauæ partibus, quæ deorsum fertur ad spinam, eam mihi intellige respondere parti magnæ arteriæ maiori, quæ deorsum fertur: eam vero, quæ sursum fertur ad iugulum, minori. Est autem vas quoddam maximum, quod à sinistro cordis ventriculo exoritur. Quod simul atque è corde emersit, in duas partes diuiditur: quarum altera ad spinam deflectitur partibus omnibus inferioribus arterias immissura: altera sursum ad F caput fertur, arterias omnibus partibus, quæ supra cor sunt, præbitura. Pars autem eius, quæ fertur deorsum, quintam thoracis vertebram conscendit: altera post primum exortum, partem sui quandam ad sinistram spatulam, & axillam sursum mittit: quæ ad primam vsque costam sursum fertur indiuisa. Illinc autem partem quandam sui mittit ad prima spatia intercostalia, hypochondrium, atque alteram mammam, quæ toti ossi pectorali subiecta est.

Penetrans

A Penetrans autem per sex vertebrarum foramina etiam musculis propinquis obiter propagines immittit. Quod autem huius arteriæ reliquum est, in totam manum sinistram, & scapulam distribuitur. Maior autem totius arteriæ, quæ sursum fertur, pars sursum ad iugulum fertur, & medio pectoris ossi coniungitur. Hæc autem aliarum arteriarum maxima inferiores thoracis partes pertransiens, propagines in vtranque partem mittit in ea loca, in quibus musculi intercostales positi sunt: & non exigua in thoracis musculos externos excidit; & ventri, ac lieni, & iecori arterias impertitur, quum primùm ad loca, quæ sub phrenibus sunt, peruenerint. Vnde profecta, intestinis etiam distribuitur. B Deinceps autem maximum par arteriarum in renes inseuit. Quæ vero in testiculos feruntur, sunt ex iis, quæ in renes perrumpunt. Quæcunque autem in alia corporis loca sigillatim diffundantur, mihi nunc orationis prolixitatem vitanti non est propositum explicare: præsertim quum restet etiam de venis sermo, qui longus est ille quidem, sed non admodum necessarius iis, qui ea, quæ de ipsarum dissectione conscripsimus, & nostros de vsu partium libros perlegerunt. In illis enim commentariis, & copiosiùs, & quantum satis sit, de iis à me dictum est. C Nec tamen fuerit incommodum, ea nunc commemorare. Quoniam igitur alimento indigemus, quia euacuamur, ideo oportet alimẽtum æquale esse copiæ eius substantiæ, quæ defluit. Vena igitur omnium, quæ animali insunt, maxima, ex iecore in vtranque corporis nostri partem, superiorem, inquam, & inferiorem enascitur. Prope ipsum autem venæ latæ, ac breues ad renes diuiduntur. Reliqua earum omnis distributio in tota spina, & cruribus eo modo se habet, quo in arteriis. Atque etiam omnis venarum in intestina distributio, quam à portis iecoris habent, simul cum arteriis est; itémque, ea quæ fit in omentum, ventriculum, & lienem: in quæ omnia vnica vena diuiditur: D quæ à magna propagatur, vbi primum extra septum transuersum progressa est. Partibus autem superioribus natura venas distribuit ad proportionem eorum quæ euacuantur: atque ossibus quidem paruas: pulmoni maximam ei à corde insertam dedit. Cor autem propter magnam caloris copiam plus alimenti consumit. Cerebrum minus per halitum dissipatur: causa est caloris indigentia. Quoniam autem nobis propositum est agere de * * Venæ autem

A διεξερχόμενον δὲ τὰ τῶν ϛ' σπονδύλων τρήματα, τοῖς πλησιάζουσι κατὰ τὴν ὁδὸν μυσὶ πέμπει ἀποβλαστήματα· καὶ τὸ ταύτης ἀρτηρίας ὑπόλοιπον ἐπὶ τὴν ἀριστερὰν ὅλην χεῖρα, καὶ τὴν ὠμοπλάτην διανέμεται. τὸ δὲ μεῖζον μέρος τῆς ὅλης, ἄνω φερομένης ἀρτηρίας, ἐπὶ τὴν σφαγὴν ἀναφέρεται, καὶ τῷ κατὰ τὸ μέσον στέρνον ὀστῷ συνάπτεται. αὕτη δὲ ἡ μεγίστη τῶν ἀρτηριῶν, τὰ κατὰ τοῦ θώρακος διερχομένη, ἀποφύσεις ἑκατέρωσε πέμπει κατὰ τὰς χώρας τῶν μυῶν, τῶν μεσοπλευρίων, καὶ διεκπίπτει οὐκ ὀλίγον εἰς τοὺς ἔξω τοῦ θώρακος μῦς. καὶ τῇ γαστρὶ, καὶ τῷ σπληνὶ, καὶ ἥπατι ἀρτηρίας παραδίδωσι, ἡνίκα πρῶτον ἐν τοῖς κάτω γένηται φρενῶν· B ὅθεν καὶ ἡ τοῖς ἐντέροις διανεμομένη παραγίνεται. ἐφεξῆς δὲ, εἰς τοὺς νεφροὺς μέγιστον ζεῦγος ἀρτηριῶν ἐμβέβληκεν· τῶν δὲ ἐπὶ τοὺς νεφροὺς ἰουσῶν αἱ εἰς τοὺς ὄρχεις εἰσίν. ὅσαι δὲ εἰς ἄλλας τοῦ σώματος χώρας καθέκαστον διανέμονται, οὐ πρόκειταί μοι διέρχεσθαι νῦν, μακρότητος τοῦ λόγου φειδομένῳ· μάλιστα δὲ τοῦ περὶ τῶν φλεβῶν ὑπολοίπου ὄντος λόγου, μακροῦ μὲν ἐκείνου, ἀλλ' οὐ πάνυ ἀναγκαίου τοῖς τὰ ἡμέτερα περὶ τῆς ἀνατομίας αὐτῶν, καὶ τὰ περὶ χρείας μορίων ἀναλέξασι· δι' ἐκείνων γὰρ ὑπομνημάτων, ἐπὶ πλέον, καὶ ἀρκούντως εἴρηταί μοι περὶ τούτων· ὅμως δὲ, οὐ χεῖρον ἀναμνῆσαι νῦν. C ἐπεὶ τοίνυν τρέφεσθαι δεόμεθα, διότι κενούμεθα, τῷ πλήθει τῆς ἀπορρεούσης οὐσίας ἴσην εἶναι χρὴ τὴν τροφήν. ἡ μὲν οὖν μεγίστη φλὲψ ἁπασῶν, τῶν κατὰ τὸ ζῶον, ἐκπέφυκε τοῦ ἥπατος ἐφ' ἑκάτερα τὰ μέρη, τά, τε ἄνω τοῦ σώματος ἡμῶν, καὶ τὰ κάτω. πλησίον δὲ αὐτοῦ φλέβες εὐρεῖαι, καὶ βραχεῖαι πρὸς τοὺς νεφροὺς ἀποσχίζονται. ἡ λοιπὴ δὲ νομὴ πᾶσα, κατά γε ῥάχιν ὅλην, καὶ τὰ σκέλη, παραπλησίως ἔχει τῇ κατὰ τὰς ἀρτηρίας. ἀλλὰ καὶ ἡ εἰς τὰ ἔντερα νομὴ πᾶσα τῶν φλεβῶν, ἣν ἀπὸ πυλῶν ἥπατος ἴσχουσιν ἅμα ταῖς ἀρτηρίαις, ἔστι καὶ εἰς ἐπίπλοον, καὶ σπλῆνα, καὶ γαστέρα, D μιᾶς εἰς ταῦτα πάντα καταχιζομένης φλεβὸς, ἀπὸ τῆς μεγάλης ἀποπεφυκυίας, ἐπειδὰν πρῶτον ἔξω τοῦ διαφράγματος γένηται. τοῖς ἄνω μέρεσι, ἀνάλογον τῇ κενώσει ἡ φύσις ἔνειμε τὰς φλέβας, τοῖς μὲν ὀστοῖς μικράς, τῷ δὲ πνεύμονι μεγίστην, τὴν ἐκ καρδίας ἐκπεφυκυῖαν. καρδία δὲ, διὰ τὸ πλῆθος τῆς θερμασίας ἀναλίσκει πλείονα τροφήν· ἐγκέφαλος δὲ ἧττον διαφορεῖται, διὰ τὴν τῆς θερμασίας ἔνδειαν. ἐπεὶ δὲ πρόκειται εἰπεῖν περὶ * *
αἱ δὲ φλέβες διανε * *

E Facultatem vnam esse genere, sed specie plures.

TEXTVS HIPPOCRATIS 42.

Facultas vna, & nõ vna; quæ hæc omnia, & diuersa gubernat. Alia quidem ad vitã totius, & partis; alia verò ad sẽsũ totius, & partis.

Quum quatuor facultates sint, quarum omnis pars est particeps, quæ trahit quod sibi aptum est, F quæ continet, quæ alterat, quæque excernit quod superfluit: de alimento vnam esse facultatem dixit, & non vnam: vt vnam esse genere facultatem, sed multas habere species ostenderet. Atque id siue ad totius animantis, aut partium ipsius vitam, siue etiam ad sensum referatur. * *

Μίαν εἶναι δύναμιν κατὰ τὸ γένος, ἰδέας δὲ πολλὰς ἔχειν.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ μβ'.

Δύναμις μίη, καὶ οὐ μίη, ἣ πάντα ταῦτα, καὶ ἑτεροῖα διοικέεται. ἡ μὲν ἐς ζωὴν ὅλου, καὶ μέρεος, ἡ δὲ ἐς αἴσθησιν ὅλου, καὶ μέρεος.

Οὐσῶν τεττάρων δυνάμεων, ὧν ἅπαν μετέχει μόριον, καὶ τῆς μὲν ἑλκούσης τὸ οἰκεῖον, τῆς δὲ καθεκτικῆς, τῆς δὲ ἀλλοιούσης, τῆς δ' ἀποκρινούσης τὸ περιττόν· διὸ εἶπεν περὶ τροφῆς, δύναμιν εἶναι μίαν, καὶ οὐ μίαν δηλονότι μὲν κατὰ τὸ γένος μίαν εἶναι δύναμιν, ἰδέας δὲ πολλὰς ἔχειν· καὶ τοῦτο δηλονότι, ἤτοι πρὸς ζωὴν ὅλου τοῦ ζώου, ἢ καὶ πρὸς μέρος, ἤτοι πρὸς τὴν αἴσθησιν ἀναφέρηται. * *

Τροφὴν, τοῖσι μὲν εἶναι τροφὴν, τοῖσι δὲ οὔ. γάλακτος ἀγαθοῦ τε καὶ μοχθηροῦ τεκμήρια.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. μγ'.

ΓΑλα τροφὴ, οἷσι γάλα τροφὴ κατὰ φύσιν, ἄλλοισι δὲ οὐχί. ἄλλοισι δὲ, οἷσιν οἶνος τροφὴ, καὶ οἷσιν οὐχί. καὶ σάρκες, καὶ ἄλλαι ἰδέαι τροφῆς πολλαί.

Ἐξ αἵματος ἀκριβῶς πεπεμμένου γένεσίς ἐστι τοῦ γάλακτι. καὶ τοῖς τιτθοῖς οὐκ ἐκ τῶν πλησίων ἀγγείων, ἀλλὰ ἐκ τοῦ μακροτάτου διαστήματος ἡ φύσις αἷμά τε, καὶ πνεῦμα παράγει. ταῦτα γὰρ ἡμῖν ἐν ἑτέροις ἀποδέδεικται. τὸ δὲ γάλα, ὅπερ ἐστὶν ἀκριβῶς εἰργασμένη τροφὴ, ἐκ τούτων γίνεται. ἐξ αἵματος μὲν γὰρ ἔτι κυουμένοις ἡμῖν ἡ τροφή. ἐξ αἵματος δὲ καὶ ἡ τοῦ γάλακτος, ὡς εἶπον, γένεσις, ὀλιγίστην μεταβολὴν ἐν μαστοῖς προσλαβόντος. * * ἄριστον μὲν τοῖς βρέφεσι τὸ τῆς μητρός ἐστι γάλα· πλὴν εἰ νενοσηκὸς εἴη· ὅταν δὲ ἄμεμπτον εἴη, τότε ἐστὶν αὐτοῖς κατὰ φύσιν· καὶ τὰ βρέφη συνηθεστάτῃ τε, καὶ οἰκειοτάτῃ χρῆται τροφῇ. καὶ ἡ φύσις μὴ μόνον τὴν τοιαύτην τροφὴν παρασκευάζει τοῖς βρέφεσιν, ἀλλὰ καὶ δυνάμεις αὐτοῖς ἐξ ἀρχῆς εὐθὺς συμφύτους παρέχει τῆς χρήσεως αὐτῆς. ἐπισκέπτεσθαι δὲ, καὶ δοκιμάζειν ἀκριβῶς δεῖ τὸ γάλα, γεύσει, καὶ ὄψει, καὶ ὀσφρήσει. τὸ γὰρ ἄριστον ἔσται, τὸ γευομένοις καὶ ὀσμωμένοις ἡδύ· ὀφθήσεται δὲ λευκόν τε ἅμα, καὶ ὁμαλὸν, καὶ μέσον πως τοῦ ὑγροῦ τε, καὶ παχέος. τὸ δὲ μοχθηρὸν, ἤτοι παχὺ, ἢ ὑγρὸν, ἢ ὀρρῶδες, ἢ πελιδνὸν, καὶ ἀνώμαλον ἐν συστάσει, καὶ τῇ χρόᾳ. ἀλλὰ καὶ τοῖς γευομένοις πικρὸν, ἢ ἁλμυρὸν, ἤ τινος ἑτέρας ἀλλοκότου ποιότητος μετέχον φανήσεται. φησὶ δὲ, μὴ μόνον τὸ γάλα εἶναι τροφὴν, ἀλλὰ καὶ πολλὰς εἶναι τῶν ἄλλων τροφῶν ἰδέας, ὡς τοῦ οἴνου, τῶν σαρκῶν, τῶν ὀσπρίων, καὶ τῶν ἄλλων πολλῶν, ἅπερ αἱ γυναῖκες προμασώμεναι, καὶ ἐντιθεῖσαι τοῖς στόμασι τῶν παιδίων, εἰώθασι τῇ πείρᾳ διδαχθεῖσαι. ἢ καὶ τοῦτο λέγει αὐτὸς περὶ παντὸς γένους τῆς τροφῆς, ᾗ ὁσημέραι, χρῶνται οἱ θνητοί; τοῦτο γὰρ ἄμεινον. εἶπε γὰρ μίαν μὲν εἶναι δύναμιν τοῦ γένους, ἰδέας δὲ πολλάς.

Ἐν τῇ τοῦ γάλακτος χρείᾳ τὴν χώραν τε, καὶ τὸ ἔθος, καὶ τὴν τοῦ ἔτεος ὥραν ἐπιβλέπειν χρή.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. μδ'.

ΚΑὶ κατὰ χώρην, καὶ ἐθισμόν.

Ἐπιβλέπειν χρὴ τὴν ἐνεστῶσαν ὥραν τοῦ ἔτους, ἤτε ἐαρινὴ, ἤτε θερινὴ, ἤτε φθινοπωρινὴ, ἤτε χειμερινὴ ἐστίν· καὶ τὸ χωρίον, ἐν ᾧ εἰσιν οἱ ἄνθρωποι· καὶ τὴν ἡλικίαν αὐτῶν. ὡς εἰ τὸ χωρίον θερμὸν, ἢ ψυχρόν· καὶ πότερον νέοι, ἢ ἀκμάζοντες, ἢ πρεσβύται. δεῖ δὲ καὶ τὸ ἔθος γνώριμον ἡμῖν εἶναι. ἔνιοι γὰρ τὰ βρώματα, καὶ πόματα, ὅσα συνήθη δυσπεπτότερα ὄντα, ῥᾷον πέττουσι, ἢ τὰ ἀσυνήθη, εὐπεπτότερα ὄντα. διὸ πάνυ πολλὴν ἐπίσκεψιν ποιεῖν δεῖ περὶ συνηθείας, καὶ ἀσυνηθείας, εἰ μέλλει μὴ πολλὰ τῶν κατὰ τὴν ἰατρικὴν χωλεύειν. εἴρηται δὲ περὶ ἔθους, καὶ ἐν ἑτέροις ὑπομνήμασιν. διὰ τοῦτο πρὸς τὰ ἐφεξῆς μεταβήσομαι.

Alimenta quibusdam esse & non esse alimenta; probi lactis ac improbi signa.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 43.

LAc alimentum est iis, quibus lac secundum naturã alimentũ est, aliis verò minimè. Alij sunt, quibus vinum alimentum est; alij quibus non est; & carnes, & aliæ multæ species alimenti.

Lac generatur ex sanguine exactè concocto. Natura autem, & sanguinem, & spiritum ad mammas non è propinquis vasculis, sed longissimo interiecto spatio adducit, quod est à nobis alibi demonstratum. Lac autem, quod est alimentum exactè confectum, ex iis efficitur. Quum enim adhuc in vtero sumus, sanguine alimur. Et ex sanguine qui perexiguam in mammis mutationem assumat, lac, vt dixi, conficitur. * * * Lac matris, nisi ægrotet, est infantibus optimum. Quúmque culpa vacat, tunc eis naturale est, & infantes vsitatissimo accommodatissimóque alimento fruuntur. Ac natura non modo hoc infantibus alimentum parat, sed facultates eis insitas ab ipso statim initio tribuit, quibus vti eo possint. Considerandum explorandúmque accuratè est lac gustu, visu, & odoratu. Quod enim optimum est gustantibus, odorantibúsque erit suaue: intuentibus verò candidum simul & æquale, & medium quodammodo inter liquidum & crassum. Quod verò vitiosum est, aut crassum, aut liquidum, aut serosum, aut liuidum, & consistentia coloréque inæquale. Sed & gustantibus amarum, aut salsum, aut absurdæ cuiusdam qualitatis particeps videbitur. Ait autem non solùm alimentum esse lac, sed multas etiam esse aliorum alimentorum species, vt vinum, carnes, legumina, & alia permulta, quæ mulieres prius mandunt, & vsu edoctæ in ora infantium indere solent. An verò hoc ipse dixit de omni genere alimenti, quo mortales quotidie vtuntur? Id enim præstat accipere, nam & vnam facultatem genere, multásque species dixerat.

Spectanda est regio, consuetudo, anni tempestas in vsu alimenti.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 44.

ET pro regione, & consuetudine.

Præsens anni tempus spectandum est vtrum vernum, an æstiuum, an autumnnale, an hibernum sit. Regio quoque attendenda est, in qua homines degunt. Sed & ætatis habenda est ratio, vt scias, an regio sit calida, an frigida; & vtrum sint pueri, aut adolescentes, aut senes. Consuetudo quoque nota esse nobis debet: quando sunt, qui cibos, & potus, quibus vt solent, & difficiliores sunt ad concoquendum, faciliùs concoquant, quàm insolitos, & ad concoquendum faciliores. Quare magnopere spectanda est consuetudo, & dissuetudo; nisi multùm velis in medicina claudicare. Sed de consuetudine dictum in aliis commentariis est. Propterea ad ea, quæ deinceps sequuntur, pertransibo.

Quis

A

Quis finis alimenti.

TEXTVS HIPPOCRATIS 45.

Aluntur quædam ad incrementum, & essentiam; quædam ad essentiam solùm, vt senes; Quædam præterea, & ad robur.

Infantes, pueruli, & adolescentuli alimentum trahunt, vt incrementum sumant, atque vt essentiam suam tueantur. Senes non amplius augentur. Proinde licet alantur, tamen incrementum non sumunt, sed aluntur, vt solùm sint. Postremo autem qui ætatem consistentem agunt, & ad essentiam, & ad robur aluntur, sicut nonnulli, vt hæc omnia consequantur.

Τί ἐστι τὸ τῆς τροφῆς τέλος.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ με΄.

Τρέφεται δὲ τὰ μὲν ἐς αὔξησιν, καὶ τὸ εἶναι· τὰ δὲ ἐς τὸ εἶναι μόνον, ὡς γέροντες. τὰ δὲ πρὸς τούτων, καὶ ἐς ῥώμην.

Τὰ βρέφη, καὶ τὰ παιδία, καὶ τὰ μειράκια ἕλκουσι τὴν τροφὴν, ὡς αὔξησιν λάβωσι, καὶ ὡς σώζειν τὴν ὕπαρξιν αὐτῶν. οἱ δὲ γέροντες οὐκ ἔτι αὐξάνονται. καὶ διὰ τοῦτο κἂν τρέ- B φωνται, ὅμως αὔξησιν οὐ λαμβάνουσιν· ἀλλ' εἰς τὸ εἶναι μόνον τρέφονται. καθεστηκότες δὲ τελευταῖον, καὶ εἰς τὸ εἶναι, καὶ εἰς ῥώμην· ὡς καί τινες εἰς ταῦτα πάντα.

Athleticam affectionem habitu salubri deteriorem esse.

TEXTVS HIPPOCRATIS 46.

Affectio athletica non est naturâ. Habitus salubris melior in omnibus.

C Cur athletarum affectio non sit naturalis, alibi exposuimus. Hoc autem loco habitum corporum intelligere debes, non eorum, qui quouis modo exercentur, vt qui fodiunt, aut remigant, aut quid aliud agunt eorum, quæ homines naturaliter faciunt: sed eorum, quorum hoc studium est proprium, vt sese exercendo contra vim athleticam aduersariorum se muniant; quos athletas vocarunt: qui ætatem omnem in exercitationibus consumunt, vt alios deiiciant. Ad hæc autem peragendum, magnam molem corpori adiicere, & humorum copiam, vnde totũ corpus alitur, semper afferre student. Hanc autem affectionem ipse esse periculosam censuit. Quia vbi vasa impleta cibis, potibúsque sunt, periclitantur ne aut illa disrumpãtur, aut natiuus calor suffocetur, aut extinguatur. Dictũ autem perspicuè ab Hippocrate est, hanc affectionem esse, & fugiendam, & pertimescendam. Habitui autem naturali, quum salubris sit, & bonus habitus appellari absolutè possit, omni modo studere conuenit, & sicut hunc omnes ornant laudibus, sic athleticum omnes, & Medici, & Philosophi vituperarunt, propterea quod, vt scriptum reliquit Plato, & ad rem familiarẽ tuendam, & ad rem militarem, & ad vrbanos magistratus gerendos incommoda est: & quod familiam ducit, omne discendi studium, & omnem intelligendi, meditandíque diligentiam impedit.

Τὴν ἀθλητικὴν διάθεσιν τῆς ὑγιεινῆς ἕξιος σφαλερωτέραν.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ μϛ΄.

Διάθεσις ἀθλητικὴ οὐ φύσει, ἕξις ὑγιεινὴ κρείσσων ἐν πᾶσι.

Διὰ τί μὲν ἡ ἀθλητικὴ διάθεσις οὐ φύσει, δι' ἑτέρων ἐξηγούμεθα. ἀκούειν δέ σε χρὴ νῦν τὴν ἕξιν τῶν σωμάτων, μὴ τῶν ὁπωσοῦν γυμναζομένων, οἷον ἤτοι σκαπτόντων, ἢ ἄλλο τι πραττόντων, ὅσα κατὰ φύσιν ἄνθρωποι ποιοῦσιν, ἀλλ' οἷς τοῦτο τὸ ἐπιτήδευμα οἰκεῖόν ἐστι, τὸ γυμνάζεσθαι κατ' ἀθλητικὴν τῶν ἀντιπάλων ἰσχὺν ἐπασκοῦσιν· οὓς ἀθλητὰς καλοῦσιν· οἵπερ τὸν βίον ἅπαντα ἐν γυμνασίοις διατρίβουσιν, τοῦ καταβάλλειν ἑτέρους ἕνεκα. πρὸς δὲ τὸ τοῦτο ποιεῖν, πειρῶνται ἀεὶ περιβάλλεσθαι μέγεθος ὄγκου κατὰ τὸ σῶμα, καὶ πλῆθος χυμῶν· ὅθεν πᾶν τὸ σῶμα τρέφεται. D τὴν δὲ τοιαύτην διάθεσιν αὐτὸς εἶπεν εἶναι σφαλεράν· ὅτι ἐπειδὰν τὰ ἀγγεῖα ὑπερπληρωθῇ ποτῶν, ἢ σιτίων, κίνδυνος αὐτοῖς ἐστιν, τοῦ διαρραγῆναι, ἢ καταπνιγῆναι, ἢ καὶ σβεσθῆναι τὴν ἔμφυτον αὐτῶν θερμασίαν· ὅτι μὲν χρὴ φεύγειν τε, καὶ δεδιέναι τοιαύτην τὴν διάθεσιν πρὸς Ἱπποκράτους εἴρηται σαφῶς. τῆς δὲ φυσικῆς ἕξεως, ὅταν ὑγιεινὴ εἴη, καὶ οἵα τε εἴη καλεῖσθαι εὐεξία ἁπλῶς, προσήκει πάντη τε πάντως σπουδάζειν. καὶ ὥσπερ ταύτην ἐπαινοῦσι πάντες, οὕτω τὴν ἀθλητικὴν πᾶς καὶ ἰατρὸς καὶ φιλόσοφος ἐμέμψατο· ὅτι, ὥς φησι Πλάτων, πρὸς οἰκονομίας, καὶ πρὸς E στρατείας, καὶ πρὸς ἑδραίους ἀρχὰς ἐν πόλει, δύσκολος· μάλιστα δὲ πρὸς μαθήσεις ἀστινασσοιῶν, καὶ ἐννοήσεις τε, καὶ μελέτας χαλεπή.

Tum quantitas, tum qualitas alimenti spectanda.

TEXTVS HIPPOCRATIS 47.

Arduum, quantitas proba coniectura ad facultatem accommodata.

F In alimentis qualitas, & quantitas est. Nec solùm debemus coniectura consequi qualitatem, sed etiam quantitatem. Nos verò in aliis ad vires non parum conferre dicimus, si quantitas facultatibus nostris accommodetur: ac tunc alimentum probè concoqui, ac distribui, & excrementa excerni, & alias naturales actiones ordine procedere, cernimus: sicut secus, si qua in re pecces.

Ὅτι στοχάζεσθαι χρὴ τὴν ἐν ταῖς τροφαῖς ποιότητά τε, καὶ ποσότητα.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. μζ΄.

Μέγα τὸ ποσὸν, εὐστόχως ἐς δύναμιν ξυναρμοσθέν.

Ἐν ταῖς τροφαῖς, καὶ ποιότης, καὶ ποσότης ἐστίν· καὶ μὴ μόνον δεῖ τῆς ποιότητος αὐτῶν, ἀλλὰ καὶ ποσότητος στοχάζεσθαι. πολὺ μὲν γὰρ πρὸς δύναμιν συμφέρειν φαμὲν, εἰ τὸ ποσὸν ταῖς δυνάμεσι συναρμόζῃ· καὶ τότε πέττεσθαι τὴν τροφὴν καλῶς ἴδομεν, καὶ διαδίδοσθαι, καὶ τὰ περιττὰ ἐκκρίνεσθαι, καὶ τὰς ἄλλας τὰς φυσικὰς ἐνεργείας κατὰ τρόπον ἕπεσθαι· ἐναντίως δὲ, ἐὰν ἁμαρτάνῃς τι.

A

Τί ἐστι τὸ γάλα.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ μή.

Γάλα καὶ αἷμα τροφῆς πλεονασμός.

Τὸ γάλα περίττωμα χρηστῆς ὑπάρχει τροφῆς· καὶ διὰ τοῦτο τῷ ἀνθρώπῳ οἱ τιτθοὶ τοῖς στέρνοις εὐλόγως πρόσκεινται. πρῶτον μὲν ὅτι τούτοις ὁ τόπος ἐστὶν αὐτοῖς οἰκειότατος· δεύτερον δὲ, ὅτι ὡς σκέπη τις τῇ καρδίᾳ προσγίνεται· καὶ τρίτον, ὅτι περίττωμα χρηστῆς τροφῆς ἐνταυθοῖ πλεῖστον ἐπ' ἀνθρώπων ἀθροίζεσθαι δύναται. περὶ δὲ τοῦ αἵματος οὐδεὶς ἀγνοεῖ πῶς γίνεταί τε, καὶ ἐκ τίνων, ὡς ὑλῶν, καὶ διὰ τίνων ὀργάνων· εἰ μὴ καὶ πάντα, ἃ κατὰ τὴν ἀνατομὴν, καὶ ὅλην ἰατρικὴν ἀγνοεῖ.

Quid lac.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 48.

Lac, & sanguis, alimenti redundantia.

Lac est vtilis alimenti excrementum. Quocirca iure factũ est, vt in homine mammę sint in pectore collocatæ; primùm quia is locus est eis aptissimus, deinde quia velut tegumentum quoddã cordi accedit: tertio, quia vtilis excrementi plurimum in hominibus potest eo in loco colligi. De sanguine autem, & quomodo gignatur, & ex quibus veluti B materiis fiat, & per quæ instrumenta, nemo ignorat, nisi idem omnium, quæ in dissectionibus corporum, medicináque tractantur, sit ignarus.

Αἱ σύμφωνοι περίοδοι, καὶ τέσσαρες τῶν κυουμένων χρόνοι.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. μθ'.

Περίοδοι ἐς πολλὰ σύμφωνοι, ἐς ἔμβρυον, καὶ ἐς τούτου τροφήν.

Τέσσαρές εἰσι τῶν κυουμένων χρόνοι· πρῶτος μὲν, ἐν ᾧ κατὰ τὰς ἀμβλώσεις τε, καὶ τὰς ἀνατομὰς ἡ τοῦ σπέρματος ἰδέα κρατεῖ· δεύτερος δὲ, ἐν ᾧ καρδία, καὶ ἐγκέφαλος, καὶ ἧπαρ, κἂν ἔτι ἄμορφα τυγχάνῃ, πῆξιν ἤδη τινὰ, καὶ μέγεθος ἔχει· τρίτον δὲ, ὅταν τὰς τρεῖς ἀρχὰς ταύτας ἐστὶν ἰδεῖν ἐναργῶς· ὑπογραφὴν δέ τινα τῶν ἄλλων μορίων. τέταρτος δέ ἐστι χρόνος, ἡνίκα μὴ μόνον αἱ τρεῖς ἀρχαὶ, ἀλλὰ καὶ τὰ κατὰ γαστέρα, καὶ τὰ ἐν κώλοις ἅπαντα διήρθρωται. οὐ γὰρ ἀποτετμημένος εἷς ὅρος ἐστὶ τοῖς ἐμβρύοις· οὔτε τῆς διαπλάσεως, οὔτε τῆς ἀποκυήσεως. καὶ διὰ τοῦτο εἶπεν αὐτὸς, ὡς τὰ πολλὰ συμφώνους εἶναι τὰς περιόδους, καὶ πρὸς τὸ κύημα, καὶ ἐπειδὰν ἔχῃ τὰς τοῦ ζώου δυνάμεις, πρὸς τὴν τροφὴν αὐτοῦ.

Consoni circuitus, & quatuor fœtus tempora.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 49.

Circuitus ad multa consoni, ad fœtum, & huius alimentum.

Fœtuum tempora sunt quatuor: primum est, in quo in abortu, vel in dissectionibus superat adhuc seminis forma. Secundũ, in quo cor, cerebrum, & C iecur, licet adhuc sint informia, quandam tamen concretionem, & magnitudinem habent. Tertium est, quum tria principia euidenter licet intueri: & quædam aliarum partiũ descriptio apparet. Quartum illud tempus est quum non solum tria principia, sed etiam partes ad ventrem artúsque pertinentes omnes, distincta sunt. Fœtibus enim non est vnus præfinitus terminus, neque perspicuæ conformationis, neque egressionis in lucem. Quocirca ipse dixit *ad multa*, hoc est, plerunque consonos esse circuitus, & ad fœtum, & postquam animalis facultates nactus est, ad sui ipsius alimentum.

D

Τὰ ἐπιμήνια εἰς τοὺς τιτθοὺς ἀναφέρεται, καὶ γίνεται γάλα.

ΡΗΣΙΣ ΙΓΓΟΚΡΑΤΟΥΣ. ν'.

Αὖθις δ' ἄνω ῥέπει, ἐς γάλα, καὶ τροφὴν, καὶ ἐς βρέφος.

Μεγάλη συμπάθειά ἐστι τῆς τε μήτρας, καὶ τῶν τιτθῶν: καὶ εἰσιν ἀμφότερα ταῦτα τὰ μόρια εἰς ἑνὸς ὑπηρεσίαν ἔργου παρεσκευασμένα. συνῆψεν δὲ ἡ φύσις αὐτὰ διὰ τῶν φλεβῶν, καὶ ἀρτηριῶν, ἅπερ ἀγγεῖα ἐκ τῶν ἄνω φέρεται κάτω τοῦ σώματος· καὶ ἐκ τῶν κάτω, ἄνω· ἵνα ὅταν ἐν ταῖς μήτραις αὐξάνηταί τε, καὶ διαπλάττηται τὸ ἔμβρυον, ἐκείνῳ μόνῳ αἱ κοιναὶ φλέβες τὴν ἐξ ἀμφοτέρων ἐπιδῶσι τροφήν· ὅταν δὲ ἀποκυηθὲν τύχοι, τοῖς τιτθοῖς αὖθις ἐπιρρεῖ σύμπασα· ὥσπερ γὰρ τὸ ἔμβρυον, ἔτι ἐν τῇ μήτρᾳ ἕλκει τὴν τροφὴν, τὴν ἐξ αἵματος εἰς αὐτὴν, μὴ φερομένων καταμηνίων, συρρέοντος, οὕτως τοῦ βρέφους ἤδη κυηθέντος, ἐκεῖνο τὸ περιττὸν, ὅσον ἀθροιζόμενον ἡ φύσις ἐφ' ἑκάστῳ μηνὶ εἴωθεν ἐκκρίνειν, εἰς γάλα τρέπεται, καὶ εἰς τιτθοὺς ἀναφέρεται πρὸς τὴν τοῦ παιδίου τροφήν. ἐστι γὰρ τὰ γάλακτα τῶν ἐπιμηνίων ἀδελφὰ, ὡς φησιν Ἱπποκράτης. τὸ μὲν οὖν τῶν καταμηνίων ἄνω ῥέπον, γάλα γίνεται, καὶ τὸ βρέφος τρέφει τε, καὶ αὐξάνει. διὰ ταῦτα γέγραφεν αὐτὸς ἐν τοῖς ἀφορισμοῖς· ἢν γυναικὶ ἐν γαστρὶ ἐχούσῃ αἱ καθάρσιες πορεύονται, ἀδύνατον τὸ ἔμβρυον ὑγιαίνειν· καὶ ἑτέρωθί που· ἐν γαστρὶ ἐχούσῃ γάλα ἐκ τῶν μαστῶν πολὺ ῥυὲν, ἀσθενεῖ τὸ ἔμβρυον. ὡς ἂν εἰς τοὺς μαστοὺς

Repit ad mammas menstruum, & fit lac.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 50.

Rursus autem sursum repit ad lac, ad alimentum, & infantem.

Magnus est vteri, mammarúmque consensus. Hæcque vtraque pars est ad vnius operis ministerium præparata. Natura autem eas venis, arteriísque coniunxit: quæ vasa à partibus corporis superioribus ad inferiores, & ab inferioribus ad superiores feruntur: vt quando in vtero fœtus augeatur, ac conformetur, E ei soli venæ communes, ex vtrisque alimentum affundant. Quum verò fit in lucem editus, mammis iterum totum affluat alimentum. Vt enim fœtus, dum adhuc in vtero est, alimentum trahit è sanguine illuc confluente, quum interim menstruæ purgationes in vterum non comportentur: ita puerulo iam partu edito illud excrementum, quod collectum natura singulis excernere mensibus solebat, in lac conuertitur, & sursum ad mammas fertur, vt eo puerulus nutriatur. Lac enim est menstruo germanum, vt proditum ab Hippocrate est. F Quocirca sanguis menstruorum sursum repens, fit lac, & infantem alit, atque auget. Quamobrem in Aphorismis habetur, *si mulieri vterum gerenti purgationes procedant, fœtus valere non potest.* Et alio quodam in loco, *si grauidæ lac copiosè mammis profluet, fœtum imbecillum reddit.* Quippe quum quicquid superuacaneum est, sursum

sum

sum ad mammas ascendat, quod fœtus in venis reliquit: nec ipse quantum ad sui nutritionem satis est, queat attrahere.

Quæ vitam habent.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 51.

Animantur quæ non sunt animalia; animantur quæ sunt animalia; animantur partes animalium.

Ex iis quæ nulla sunt, fiunt ea quæ sunt; & ex iis quæ sunt, fiunt alia, & item ipsorum partes; fœtus enim primo, secundóque tempore, quum descriptionem quandam, adumbrationémque omnium partium habet, nondum animal vocari debet; sed velut planta omnem habet ortum. Vt enim in plantis, in parte inferiori, & sub terra est radix, sic in fœtu est exortus arteriarum, & venarum chorij in vterum. Et sicut plantæ duplicem habent exortum è seminibus prodeuntem, per quem truncum, & ramos sursum emittunt, deorsum verò radices in multas partes diffundunt, sic in fœtibus multiplici scissione dispertitæ venæ, atque arteriæ in totum corpus, vt truncus; in vterum verò, vt radices terminantur. Quin etiam duplex in ipsis, & motionis, & conformationis principium ab ipso statim initio reperitur. Ita quæ animalia non sunt, fiunt animalia; & quæ potestate animalia sunt, ea fiunt re ipsa animalia; & partes item ipsorum eodem modo.

Natura non edocta, docta est.

TEXTVS HIPPOCRATIS 52.

Naturæ omnium non edoctæ.

In sexto de morbis vulgaribus libro sic scriptum inuenitur, *Quum vero natura non edocta sit, nec didicerit, quæ oportet, efficit; ac diuinas sui facultates indicat.* Nemo est enim, quum primùm natus infans est, qui ipsum doceat quomodo aut linguam mouere, aut mammas accipere, aut maternum lac deglutire, aut omnes naturales actiones obire debeat; quo nihil inueniri potest admirabilius. Sed quoniam hæc & omni tempore, & singulis horis, & ab omnibus geruntur, idcirco ipsa, nisi idem amicitia iunctus sit iis qui clari ac sapientes euaserunt, admiratur.

Sanguis, humor, lac conferunt & nocent.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 53.

Sanguis alienus vtilis; sanguis proprius vtilis; sanguis alienus, noxius; sanguis proprius, noxius; humores proprij, noxij; humores alieni, noxij; humores alieni conferentes, humores proprij conferentes; consonum, dissonum; dissonum, consonum. Lac alienum, bonum; lac proprium, noxiũ; lac alienum noxium; lac proprium, vtile.

Hæc pro varietate attributorũ accipienda sunt: velut quum quidpiã corruptum sit, aut diminutũ, aut redundãs, aut vitiatum, aut alio modo quodam immutatũ. Sicut etiã lac matris est filio aptũ, quia ipsius substantia est substãtia sanguinis ex quo genitus est. Verùm si lac maternum corruptũ sit, tum aliud, quod infanti cõferat, quærendũ erit. Idẽ est de humoribus sentiẽdũ. Rumicis enim si quis foliis vescatur, aluus subducetur; si semẽ comedat, aluus cohibebitur. Simili quoque modo brassicæ succus,

τοῦ περιττοῦ πάντως ἀπιόντος, ὃ κατέλιπεν ἐν ταῖς φλεψὶ τὸ κυούμενον, μὴ δυναμένου τοῦ ἐμβρύου τὴν ἱκανὴν θρέψιν ἐπισπᾶσθαι.

Απνα ζῶα ζωούμενα.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ να'.

Ζωοῦται τὰ μὴ ζῶα, ζωοῦται τὰ ζῶα, ζωοῦται τὰ μέρεα τῶν ζώων.

Ἐκ τῶν μὴ ὄντων γίγνεται τὰ ὄντα, καὶ ἐκ τῶν ὄντων ἄλλα ὄντα, καὶ τὰ μέρη αὐτῶν. τὸ μὲν κύημα κατὰ τὸν πρῶτον, καὶ δεύτερον χρόνον, ἣν οἷα ὑπογραφήν τινα, καὶ οἷον σκιαγραφίαν ἔχει πάντων τῶν μορίων, μή πω ζῶον δεῖ καλέσαι· ἀλλ' ὡς φυτὸν ἅπασαν τὴν γένεσιν ἔχει. ὥσπερ γὰρ τοῖς φυτοῖς ὑπάρχει εἰς τὸ κάτω τε, καὶ κατὰ τῆς γῆς ἡ ῥίζωσις, οὕτω καὶ τοῖς κυουμένοις ἡ εἰς τὴν μήτραν ἔμφυσις τῶν κατὰ τὸ χορίον ἀρτηριῶν τε, καὶ φλεβῶν. καὶ ὥσπερ τὰ φυτὰ διττὴν ἔχει ἐκ τῶν σπερμάτων ἔκφυσιν, καθ' ἣν μὲν ἄνω προάγει τὸ πρέμνον, καὶ τοὺς πτόρθους, εἰς δὲ κάτω κατάγει τὴν ῥίζωσιν, οὕτω καὶ τοῖς ἐμβρύοις πολυσχιδεῖς εἰσι τῶν ἀρτηριῶν τε, καὶ φλεβῶν, ὡς πρέμνων μὲν, εἰς ὅλον τὸ κυούμενον· ὡς ῥιζῶν δὲ, εἰς τὴν μήτραν τελευτῶσαι. ἀλλὰ καὶ διπλῆ ἐν αὐτοῖς ἀρχὴ κινήσεώς τε, καὶ διαπλάσεως, εὐθὺς ἐξ ἀρχῆς εὑρίσκεται. τὰ γοῦν μὴ ἔτι ζῶα, γίγνεται ζῶα· καὶ τὰ ζῶα τῇ δυνάμει, γίγνεται ἐνεργείᾳ· καὶ τὰ μέρη αὐτῶν κατὰ τοῦτον τὸν τρόπον.

Ἀδίδακτος φύσις, παιδευτός.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ νβ'.

Φύσιες πάντων ἀδίδακτοι.

Οὕτως ἐν τῷ ἕκτῳ τῶν ἐπιδημιῶν γράφεται, ἀπαίδευτος ἡ φύσις ἐοῦσα, καὶ οὐ μαθοῦσα, τὰ δέοντα ποιεῖ· καὶ τὰς θείας δυνάμεις ἑαυτῆς ἐπιδείκνυται. οὐδεὶς γὰρ διδάσκει εὐθὺς, ἐξ ἀρχῆς τὸ βρέφος πῶς δεῖ τὴν γλῶτταν κινεῖν, ἢ τοὺς τιτθοὺς ἐπιλαμβάνειν, ἢ τὸ γάλα τῆς μητρὸς καταπίνειν· ἢ τὰς φυσικὰς ἐνεργείας ἁπάσας ἐνεργεῖν· οὗ μηδέν ἐστιν εὑρίσκεσθαι θαυμασιώτερον. ἀλλ' ἐπειδὴ ταῦτα ἐν παντὶ χρόνῳ, καὶ καθ' ἑκάστην ὥραν, καὶ ἀπὸ πάντων γίγνεται, διὰ τοῦτο οὐδεὶς, εἰ μή τις τῶν καλῶν τε, καὶ σοφῶν γινομένων φίλος εἴη, θαυμάζει.

Αἷμα, χυμὸς, καὶ γάλα συμφέρουσί τε καὶ βλάπτουσι.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. νγ'.

Αἷμα ἀλλότριον, ὠφέλιμον· αἷμα ἴδιον, ὠφέλιμον. αἷμα ἀλλότριον, βλαβερόν, αἷμα ἴδιον, βλαβερόν. χυμοὶ ἴδιοι, βλαβεροί· χυμοὶ ἀλλότριοι βλαβεροί· χυμοὶ ἀλλότριοι ξυμφέροντες. χυμοὶ ἴδιοι, ξυμφέροντες· τὸ ξύμφωνον, τὸ διάφωνον· τὸ διάφωνον, τὸ ξύμφωνον· γάλα ἀλλότριον, ἀστεῖον· γάλα ἴδιον, βλαβερόν· γάλα ἀλλότριον, βλαβερόν· γάλα ἴδιον, ὠφέλιμον.

Ταῦτα πάντα δεῖ λαμβάνειν ἐν ταῖς διαφόροις περιστάσεσιν, ὡς ὅταν φθειρόμενόν τί ἐστιν, ἢ μειούμενον, ἢ περιττὸν, ἢ κακούμενον, ἢ ἄλλως πως ἀλλοιούμενον· ὡς καὶ τὸ τῆς μητρὸς γάλα οἰκεῖόν ἐστι τῷ υἱῷ, ὅτι οὐσία αὐτοῦ, ἐστὶν οὐσία τοῦ αἵματος ἐξ οὗ γεγένηται. ἀλλ' ὅταν τὸ γάλα τῆς μητρὸς φθειρόμενον τυγχάνει, τότε ζητεῖν χρὴ ἄλλο προσῆκον τῷ παιδί. ταὐτὸ τοῦτο ἰστέον καὶ περὶ χυμῶν. λαπάθου μὲν γὰρ εἴ τις φάγοι τὰ φύλλα, τὴν κοιλίαν ἐκταράσσεται· εἰ δέ τις τὸ σπέρμα λάβοι, ἐπεχομένην αὐτὴν ἕξει. ὁμοίως δ' οὖν καὶ ὁ τῆς κράμβης χυλὸς,

καὶ ὁ τῶν γερόντων ἀλεκτρυόνων ζωμός· καὶ οἱ τῶν θαλαττίων κοχλιῶν χυμοί, καὶ αἱ σάρκες αὐτῶν.

A & gallorum veterum ius, & marinarum cochlearum humor, & ipsarum carnes efficient.

Σιτίον κατὰ τὰς ἡλικίας παρασκευασθησόμενον.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ νδʹ.

Σιτίον νέοισιν ἀκροσαπές. γέρουσι δὲ, ἐς τέλος μεταβεβλημένον· ἀκμάζουσιν, ἀμετάβλητον.

* * * τὰ ζῶα πάντα, ἐξ ὧν τρέφεσθαι δεῖ τούς γέροντάς τε, καὶ τοὺς παρακμάζοντας, μίαν τὴν ἡμέραν, καὶ νύκτα θνητευτὰ ἐᾶν. * καλῶς πεπεμμένας τροφὰς * * * νέοις τε, καὶ ἀκμάζουσιν, καὶ τὰ συντονα ἔργα ἐνεργοῦσιν ὀπτά, ἢ ἑφθὰ ἐπιμελῶς * * ποιότητα γὰρ, ἢ ποσότητα τῆς τροφῆς οὐκ ἐνδείκνυται. Ἱπποκράτης μὲν τὸν σκοπὸν τῆς ποσῆς τροφῆς ποιεῖ τὴν δύναμιν, λέγων, τὰ αὐξανόμενα πλεῖστον ἔχει τὸ ἔμφυτον θερμὸν. πλείστης οὖν δεῖται τροφῆς. ἡ μὲν γὰρ δύναμις τὸ γένος τῆς προσφορᾶς ἀπαιτεῖ. καὶ τοῦτο μὲν ἄνευ διαφορᾶς· τὴν δὲ ποιότητα, μετὰ διαφορᾶς. νῦν δὲ *

Cibus pro ætatis ratione præparandus.

TEXTVS HIPPOCRATIS 54.

Cibus iunioribus parum immutatus; senibus summè immutatus; ætate vigentibus, haud immutatus.

* * Cuncta animalia, quibus ali senes, & quorũ ætas inclinat, vnum diem, & noctem mortua sinere. B * * alimenta ritè concocta. * * Adolescentibus, & florenti ætati, & iis qui in vehementibus operibus versantur, tosta, aut elixa diligenter. * Qualitatem enim, aut quantitatem alimenti non indicat. * Hippocrates autem facit, vt vires sint, quas attendamus, in alimenti copia æstimanda, quum ait, *quæ augentur, plurimum innati caloris habent*; ergo plurimo egent alimento. Vires enim genus alimenti indicant. Atque id sine differentia: qualitatem verò, cum differentia. C Nunc autem

---

Ὁ τῆς διαπλάσεώς τε, καὶ κινήσεως, καὶ ἀποκυήσεως χρόνος.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ νέ.

Ἐς τύπωσιν, λέ, ἥλιοι· ἐς κίνησιν, ό. ἐς τελειότητα, σί. ἄλλοι δέ φασιν ἐς μορφὴν, μέ. ἐς κίνησιν ος'. ἐς ἔξοδον, σί. ἄλλοι ν'. ἐς ἰδέην. ἐς πρῶτον ἅλμα, ρ'. ἐς τελειότητα, τ'. ἐς διάκρισιν, μ'. ἐς μετάβασιν, π'. ἐς ἔκπτωσιν, σμ'.

Οὐκ ἔστιν ὡρισμένος τις χρόνος τοῖς ἐμβρύοις, ὡς εἶπον, οὔτε τῆς σαφοῦς διαπλάσεως, οὔτε τῆς κινήσεως, οὔτε τῆς ἀποκυήσεως. Ἱπποκράτης δὲ πρῶτος ἔγραψε περὶ διαπλάσεως αὐτῶν ἀληθῶς· καθάπερ ἀποδέδεικται ἐν τῷ περὶ τῶν κυουμένων διαπλάσεως. κἂν τῷ περὶ σπέρματος, ἀλλὰ καὶ ἐν τῷ περὶ φύσεως παιδίου ταὐτὸ τοῦτο ἀκριβῶς τε ἅμα, καὶ σαφῶς γέγραπται. διόπερ οὐ χρὴ μηκύνειν τὸν λόγον· ὅλως δὲ, οὐχ εἷς ἐστιν ὅρος, ἀλλ' ὁ μὲν χρόνος τῆς διαπλάσεώς ἐστιν ἡμερῶν λέ. ἢ τῶν μ'. ἢ καὶ μέ. καὶ ὁ μὲν τῆς κινήσεως αὐτοῦ χρόνος ἐστὶν διπλάσιος τοῦ τῆς διαπλάσεως, ἣν αὐτὸς τύπωσιν καλεῖ. ὁ δὲ χρόνος τῆς ἀποκυήσεως, τριπλάσιός ἐστι τοῦ τῆς κινήσεως. ὅπερ ἀληθὲς ὡς ἐπὶ τὸ πλεῖστον εἶναι δοκεῖ.

Tempus conformationis, motionis & exitus fœtus.

TEXTVS HIPPOCRATIS 55.

Ad conformationem soles 35. ad motum 70. ad perfectionem 210. Alij verò tradunt, ad formam, 45. ad motum, 76. ad exitum 210. alij ad speciem 50. ad primum saltum, 100. ad perfectionem 300. ad distinctionem 40. ad transitum 80. ad elapsum, 240.

D Non est in fœtibus definitum tempus neque manifestæ conformationis, neque motus, neque exortus. Hippocrates primus de ipsorum conformatione verè scripsit: sicut in libro de fœtuum formatione, itémque in libris de semine demonstratum est. Idem quoque in libro de natura pueruli accuratè, & perspicuè scriptum legimus. Quocirca non est magis producenda oratio. Omnino autem non est vnus terminus, sed conformationis tempus est dierum 35. aut 40. aut 45. tempus motionis duplum est eius, in quo conformatur: quod ipse typosin nominat. E Tempus denique egressus in lucem, est triplum eius, in quo mouetur. Quod vtplurimum esse verum videtur.

Οὐχ ὡρισμένος ὁ τῆς διαπλάσεως, καὶ κινήσεως, καὶ ἀποκυήσεως χρόνος.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ νϛ'.

Οὐκ ἔστι, καὶ ἔστι. γίνονται δὲ ἐν τούτοισι καὶ πλέω, καὶ ἐλάσσω. καὶ ὅλον, καὶ κατὰ μέρος. καὶ εἴπομεν δὲ καὶ πλέω πλεόνων, καὶ ἐλάσσω, ἐλασσόνων. οὐ πολλὸν δὲ πλείω ἢ ἐλάσσω· τὰ δὲ ἐλάσσω τοσαῦτα, καὶ ὅσα ἄλλα τούτοισιν ὅμοια.

Ἐστι μὲν τὰ ἔμβρυα, ἐπειδὴ γέγονε ἤδη, καὶ διάπλασιν ἔχει τινά. οὐκ ἔστι δὲ, ὅτι οὔπω τέλεια. αὖθις δὲ, ὡς ἀπ' ἀρχῆς λέγει, ἐν ταύταις ταῖς ἡμέραις, ἃς προέγραψεν, καὶ πλείω, καὶ ἐλάττω γίνεσθαι παιδία, ὡς διδάσκων ἡμᾶς, μὴ ἕνα εἶναι τὸν ὡρισμένον αὐτῶν χρόνον.

Tempus formationis, motionis & exitus haud definitum.

TEXTVS HIPPOCRATIS 56.

Non est, & est. Nascũtur autẽ in his, & plures, & pauciores, & ex toto, & ex parte. F Dicimus etiã plures pluribus, & pauciores paucioribus. Neque vero multò plures quã pauciores. At pauciores tot, & quæcunque alia his similia.

Fœtus sunt, quoniam geniti iam sunt, & conformationem quandam habent. Non sunt autẽ, quia nondum perfecti sunt. Rursus autem velut sumpto initio ait, in his diebus, quos ante præscripsit, & plures, & pauciores infantes exoriri: quasi nos doceat, non vnum esse eis definitum tempus, sed

ſed diuerſum pro natura ſeminis, vteri, temporis, anni, regionis, ac præterea multarum aliarum rerum. Veteres autem interpretes hunc locum aliter intelligunt. Hoc enim de partu, qui octauo menſe edatur, dictum arbitrantur. Etenim Glaucias ſic legit, *Non eſt, & eſt infans octauo menſe natus*; & huc transfert ea omnia, quæ in libro de octaui menſis partu ſcripta ſunt, quo in libro habetur, neminem eo menſe natum, eſſe ſuperſtitem. Sabinus autem ait, hos fœtus poſt partum apparere quidem, & ita tanquam animalia, eſſe; at non eſſe, vt mox moritura, ita vt in lucem quidem edantur, non viuant tamen. Alij verò * B

A ἀλλὰ διάφορον κατὰ τὴν φύσιν τοῦ σπέρματος· καὶ τῆς μήτρας, καὶ τῆς ὥρας, καὶ χώρας, καὶ τῶν πολλῶν. οἱ δὲ παλαιοὶ ἐξηγηταὶ, ἄλλως λαμβάνουσι τὸ χωρίον. ἡγοῦνται γὰρ περὶ τῆς ὀκταμήνου γενέσεως τοῦτο λέγεσθαι. καὶ γὰρ ὁ Γλαυκίας οὕτως τὸ ῥηθὲν ἐκφέρει, οὐκ ἔστι δὲ, καὶ ἔστι τὸ ὀκτάμηνον βρέφος. καὶ πάντα ἐνθάδε μεταφέρει, ἅπερ γέγραπται ἐν τῷ περὶ ὀκταμήνων, ὧν οὐδὲν περιγίνεται. Σαβῖνος δέ φησι, ταῦτα φαίνεσθαι μὲν μετὰ τὴν ἔκτρωσιν, καὶ οὕτως εἶναι, ὡς ζῶα· οὐκ εἶναι δὲ, ὡς αὐθὺς θνήσκοντα· ὡς τίκτεσθαι μὲν, οὐ περιγίνεσθαι δέ. ἄλλοι δὲ * *

Fracturæ oſſium aliæ aliis citius conualeſcunt.

TEXTVS HIPPOCRATIS 57.

Oſsium alimentum ex fractura: Naſo bis quinque maxillæ, clauiculæ, & coſtis duplicia; Cubito triplicia: tibiæ, & brachio quadruplicia; Femori quintuplicia: & ſi quid in his plus, aut minus poteſt.

Naſi oſſium fracturæ decem diebus conualeſcunt, & corroborantur; maxillæ, clauiculæ, & frontis, viginti; humeri, triginta; tibiæ, brachiique, quadraginta; femoris quinquaginta. Multæ tamen cauſæ ſunt quæ faciunt, vt hæc varientur. Nam & anni tempus, & regio, & natura, & ætas eius corporis, cui remedium adhibetur, & victus ratio, & deligandi modus ſæpe faciunt, vt vel citiùs, vel ſeriùs fracturæ corroborentur, & callo obducantur. Materiæ quoque craſſitudo eſt aptior, ad corroborandum, & callum inducendum: ſicut humiditas inepta eſt. Iam verò validæ vires citiùs opus ſuum perficiunt, imbecillæ, tardiùs. De his autem omnibus in commentariis ad libros de fracturis dictum eſt accuratiùs.

Τὰ τῶν ὀστέων κατάγματα, ἄλλα τῶν ἄλλων ὑγιαίνει θᾶσσον.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. νζ'.

Ὀστέων τροφὴ ἐκ κατάξιος· ῥινὶ, δὶς πέντε· γνάθῳ δὲ, καὶ κληΐδι, καὶ πλευρῇσι, διπλάσιαι· πήχει, τριπλάσιαι, κνήμῃ, καὶ βραχίονι, τετραπλάσιαι, μηρῷ, πενταπλάσιαι· καὶ εἴ τι ἐν τούτοισι δύναται πλέον, ἢ ἔλασσον.

C Τὰ τῶν ὀστέων τῆς ῥινὸς κατάγματα ὑγιαίνει τε, καὶ κρατύνεται δέκα ἡμέραις· γνάθου δὲ, καὶ κληΐδος, καὶ μετώπου, εἴκοσιν· ὤμου δὲ τριάκοντα· κνήμης καὶ βραχίονος, τεσσαράκοντα· μηροῦ δὲ, πεντήκοντα. εἰσὶ μέντοι αἰτίαι πολλαὶ, δι' ἃς ταῦτα τὰ νῦν λεγόμενα ὑπαλλάττεται. καὶ γὰρ ἥ τε τοῦ ἔτους ὥρα, καὶ χώρα, καὶ φύσις, καὶ ἡλικία τοῦ θεραπευομένου σώματος, καὶ δίαιτα, καὶ ὁ τρόπος τῆς δέσεως, ποιοῦσι πολλάκις ὡς θᾶττον, ἢ βραδύτερον τὰ κατάγματα κρατύνεσθαι, καὶ πωροῦσθαι. ἔστι δὲ καὶ τὸ μὲν πάχος τῆς ὕλης ἐπιτηδειότερον εἰς τὸ παγιῶσαί τε, καὶ γενέσθαι πῶρον· ἡ δὲ D ὑγρότης, ἀνεπιτήδειος. ἔτι δὲ καὶ ἡ δύναμις ἰσχυρὰ, θᾶττον ἐργάζεται τὸ ἑαυτῆς ἔργον. ἡ δ' ἀσθενεστέρα, βραδύτερον. περὶ πάντων δὲ τούτων εἴρηται τελειότερον ἐν τοῖς εἰς τὸ περὶ ἀγμῶν ὑπομνήμασιν.

Quis probus ac prauus ſanguis.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 58.

Sanguis humidus, & ſanguis ſolidus; ſãguis humidus, probus; ſãguis ſolidus, prauus. Omnia autẽ praua, & proba ad aliquid referuntur.

Sanguis calidus, & humidus ſuapte natura eſt. Ideo quũ naturę ſuæ ſtatum ſeruat, ipſum eſſe probum, & bonum cenſet. Quum verò ſolidus eſt, hoc eſt, extra ſuam naturam, eſſe malum ait, hoc eſt, non eſſe probum, ſed noxium. Nam quod φαῦλον dixit, hoc loco vitioſum ſignificat; quod bono opponitur; quæ ad aliquid referri dicuntur.

Καλὸν, καὶ φαῦλον τὸ αἷμα.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ. νη'.

Αἷμα ὑγρὸν, καὶ αἷμα στερεόν· αἷμα ὑγρὸν, ἀστεῖον, αἷμα στερεὸν, φλαῦρον. πάντα δὲ τὰ φλαῦρα καὶ ἀστεῖα, πρός τι.

E Θερμὸν, καὶ ὑγρὸν τῇ φύσει τὸ αἷμα. διὰ τοῦτο, ἕως ἂν ᾖ κατὰ φύσιν αὐτοῦ, ἀστεῖον, καὶ καλὸν εἶναί φησιν· ὅταν δὲ στερεὸν, καὶ ἔξω τῆς φύσεως αὐτοῦ, φαῦλον τουτέστιν οὐ καλὸν, ἀλλὰ βλαβερόν. τὸ δὲ φαῦλον, σημαίνει νῦν τὸ μοχθηρὸν, ὃ ἀντίκειται τῷ ἀγαθῷ· ἃ πρός τι εἶναι λέγεται.

Vaſa corporis, canales.

TEXTVS HIPPOCRATIS. 59.

Via ſurſum, deorſum, vna.

Viæ & veluti canales quidam in corpore ſunt, quæ ab ipſo vaſa appellantur. Hæc ſupernè deorſum, & infernè ſurſum progrediuntur, ac ſola relatione differunt; ſicut ſcalæ & aſcenſui, & deſcenſui deſeruiunt.

Τὰ τοῦ σώματος ἀγγεῖα, ὀχετοί.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ νθ'.

F Ὁδὸς ἄνω, κάτω, μίη.

Αἱ ὁδοὶ, καὶ οἱ ὀχετοὶ ἐν τῷ σώματι εἰσι τὰ καλούμενα ἀπ' αὐτοῦ ἀγγεῖα. ταῦτα ἄνωθεν κάτω, καὶ κάτωθεν ἄνω πορεύονται, τῇ σχέσει μόνῃ διαφέροντα· ὥσπερ καὶ κλίμακες τῇ τε ἀναβάσει, καὶ τῇ καταβάσει ὑπηρετοῦσι.

A

Περὶ τροφῆς δυνάμεως.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ ξ´.

Δύναμις τροφῆς κρέσσων, ἢ ὄγκος. ὄγκος τροφῆς κρέσσων, ἢ δύναμις. καὶ ἐν ὑγροῖσι, καὶ ἐν ξηροῖσιν, ἀφαιρέει· καὶ προστίθησι τοῦτο αὐτό· τῷ μὲν ἀφαιρέει· τῷ δὲ, προστίθησι τὸ αὐτό· φλεβῶν διασφύξιες· καὶ ἀναπνοὴ πνεύματος καθ᾽ ἡλικίαν: καὶ ξύμφωνα καὶ διάφωνα· καὶ νόσου καὶ ὑγιείης· τροφὴ γὰρ καὶ πνεῦμα.

B

* * δύναμις ἀσθενὴς οὐ δύναται πέττειν πολὺ τροφῆς, κἂν εἴη ἀγαθὴ τροφή. διὸ δεῖ σύμμετρον εἶναι τὸ τῆς τροφῆς ποσὸν τῇ τοῦ σώματος δυνάμει τε, καὶ * *

Φύσις τῆς διαφόρου τροφῆς.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ ξα´.

Ὑγρὴ τροφὴ εὐμετάβλητος μᾶλλον, ἢ ἡ ξηρή· ξηρὴ τροφὴ εὐμετάβλητος μᾶλλον, ἢ ἡ ὑγρή. ἡ δυσαλλοίωτος, δυσεξανάλωτος, ἡ εὐπρόσθετος, εὐεξανάλωτος.

C

Πρὸς ἄλλην μὲν, καὶ ἄλλην φύσιν ἀναφερόμενον τοῦτο, ἀληθὲς εἶναι δοκεῖ. ἔστι γὰρ φύσις τις τοῦ σώματος, ἐν ᾗ μᾶλλον ἡ ὑγρὰ τροφὴ, ἢ ἡ ξηρὰ εὐμεταβάλλεται. ἔστι δὲ καὶ ἐν ᾗ τὸ ἐναντίον εὑρίσκεται. οὕτω καὶ ἡ δυσαλλοίωτος τροφὴ, δυσεξανάλωτος· καὶ ἡ εὐπρόσθετος, εὐεξανάλωτος. προτέρου μὲν οὖν γένους ἐστὶ τὸ βόειον κρέας, καὶ κοχλίαι, καὶ πάντα τὰ σκληρόσαρκα· καὶ τῶν οἴνων οἱ παχεῖς, καὶ κιρροί· καὶ λευκοὶ ἅμα, καὶ παχεῖς. δευτέρου δὲ, οἱ οἶνοι λευκοὶ μὲν τὴν χρόαν, λεπτοὶ δὲ τὴν σύστασιν, οὓς καλοῦμεν ὑδατώδεις. τῶν δ᾽ ἄλλων

D

πάντων, ὅσον ὑπέρχεταί τι κατὰ τὴν γαστέρα σαφὲς, ἀνάλογον τῷ χρόνῳ τῆς θρέψεως, ἀναλίσκεται. τοιοῦτος μὲν γάρ ἐστιν ὁ τῆς πτισάνης χυλός· ὁ δὲ χόνδρος, οὔ. ἀλλὰ καὶ πολλὴν, καὶ ἐν πολλῷ χρόνῳ τροφὴν παρέχει. ποιεῖν δὲ δεῖ τὴν παραβολὴν ἐπὶ τοῖς ὁμοίως ἔχουσι κατὰ τὸ ποιὸν, τῆς συστάσεως, καὶ κατὰ τὸ ποιὸν τῆς σκευασίας· ὥσπερ ἴσασιν οἱ τῶν ἰατρῶν παῖδες, ὡς τὰ ὀπτώμενα μᾶλλον κατισχύει τὰ σώματα, ἢ τὸ ἑψημένον. * τὰ ἄλλα εἴδη πάντα τῆς ἑψήσεως. *

E

Περὶ τροφῶν τῶν εὐοικονομήτων τε καὶ δυσοικονομήτων.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ ξβ´.

Καὶ ὁκόσοι ταχείης προσθέσιος δέονται, ὑγρὸν ἴημα εἰς ἀνάληψιν δυνάμιος κράτιστον. ὁκόσοι δὲ ἔτι ταχυτέρης, δι᾽ ὀσφρήσιος, ὁκόσοι δὲ βραδυτέρης προσθέσιος δέονται, στερεὴ τροφή. μύες στερεώτεροι, δυσσύντηκτοι τῶν ἄλλων, πλὴν ὀστέου καὶ νεύρου· δυσμετάβλητα τὰ γεγυμνασμένα, κατὰ γένος αὐτὰ αὐτῶν ἰσχυρότερα τοῦ ὄντος, διὰ τοῦτο αὐτὰ ἑωυτῶν, δυστηκτότερα· πῦον τὸ ἐκ σαρκός. πυώδες τὸ ἐξ αἵματος, καὶ ἐξ

F

ἄλλης ὑγρασίης· πῦον τροφὴ ἕλκεος. πῦον, τροφὴ φλεβὸς· ἀρτηρίης· μυελὸς, τροφὴ ὀστέου· διὰ τοῦτο ἐπιπωροῦται.

Οὕτως κἂν τοῖς ἀφορισμοῖς γέγραπται, ῥᾷον πληροῦσθαι ποτοῦ, ἢ σιτίου. τὰ γὰρ ὑγρά τε, καὶ ποτὰ, ὅσα τρέφειν πέφυκε, τοῦτο ποιοῦσι θᾶττον, ἢ τὰ στερεὰ τῶν σωμάτων. κἂν γὰρ τὰ στερεὰ μᾶλ-

De alimenti facultate.

TEXTVS HIPPOCRATIS 60.

Facultas alimenti melior, quā moles. Moles alimēti melior, quā facultas, & in humidis, & in siccis. Detrahit, & apponit idē. Huic quidē detrahit: illi verò apponit idem. Venarum pulsationes & spiritus respiratio, pro ætate consentiunt & dissentiunt, & morbi & sanitatis sunt indicia, magisque sanitatis quàm morbi, & morbi magis, quàm sanitatis: spiritus enim etiā alimentum est.

* Vires imbecillæ multum alimenti, licet probum sit, concoquere non possunt. Propterea curandum est, vt modus alimenti, habita ratione virium corporis, statuatur. *

Natura alimenti diuersi.

TEXTVS HIPPOCRATIS 61.

Humidum alimentū faciliùs trāsmutatur, quàm siccum. Alimentum siccum faciliùs, quàm humidum transmutatur. Quod difficilè alteratur, difficilè consumitur. Quod facilè apponitur, facilè consumitur.

Hoc ad aliam, aliámque naturam relatum, verum videtur esse. Quædam enim est corporis natura, in qua potiùs humidum, quàm siccum alimētum benè transmutatur. Est etiam quædam, in qua contrarium vsu venit. Sic alimentum, quod difficulter alteratur, difficulter consumitur, & quod facilè apponitur, facilè alteratur. Primi generis est caro bubula, & cochleæ, & quæ carnē durā habent omnia; & vinum crassum, & fuluum, & quod simul albū, crassúmque est. Secundo genere continentur vina albi coloris, & tenuis consistentiæ, quæ aquea vocamus. Ex aliis omnibus quatenus aliquid manifestè ventrē subit, eatenus ad proportionē temporis, quo alit, consumitur. Talis est ptissanæ succus; alica vero non item. Siquidem & multum alit, & multo spatio temporis id facit. Comparatio autem facienda est in iis, quæ & in qualitate consistentiæ, & qualitate apparatus sunt similia: quod medici perspectum habent, vt assa magis corroborent corpora, quā elixa. * Cætera omnia elixandi genera.

De alimentis facilioris ac difficilioris distributionis.

TEXTVS HIPPOCRATIS 62.

Et quicunque celeri appositione indigent, iis humidū medicamentū ad resumendas vires optimū. Quicunque verò adhuc celeriore, per olfactum. Quibuscunque verò tardiore appositione opus est, iis solidus cibus exhibendus. Musculi solidiores difficiliùs reliquis colliquescūt excepto osse & neruo. Quæ exercitata sunt ægrè immutantur, ipsáque in suo genere seipsis, quā pro natura, valentiora sunt, ideo ipsa inter se ægriùs colliquescūt. Pus ex carne, purulentū ex sāguine, & ex reliquo humore. Pus vlceris alimētū; pus venæ & arteriæ alimētū; medulla ossis, alimētū; ideo callo firmatur.

Sic etiā in Aphorismis scriptum est, *faciliùs impleri corpora potu, quàm cibo.* Quæ enim humida, poculentáque sunt, quę nimirum ad alendū apta sunt, id celeriùs quàm solida corpora efficiūt. Quamuis enim

enim solida magis nutriant, hæc tamen celeritate illis præstant. Proinde fit vt quibus celeri appositione opus est, humida poculentaque conueniant. Quibus verò etiam celeriore, iis per odoratum succurramus. Quibus tardiore, solida corpora prebeamus. Quanquam corpus quod iam debile, aut euacuatione, aut à vitiato humore sit redditum, postulat alimentum non graue illud quidem, sed quod facilè concoquatur, quodque suauis sit odoris. Causa est, quia suauis odor nescio quid addit ad corpus, & eius temperaturam accommodat, & naturalem calorem corroborat: in quo calore nos esse vitam asserimus. * *

A λον τρέφει, ἀλλ' ὅμως ταῦτα πλεονεκτεῖ τῷ τάχει. διὰ ταῦτα γοῦν τοῖς ταχείας δεομένοις προσθέσεως, τὸ ὑγρὸν καὶ τὸ ποτὸν προσήκει· τοῖς δὲ τῆς ταχυτέρας, τὰ ὀσφραντά· τοῖς δὲ βραδυτέρας, τὰ στερεὰ τῶν σωμάτων. τὸ μέντοι σῶμα ἤδη ἀσθενὲς, ἢ διὰ μακρὰν νόσον, ἢ διὰ κένωσιν, ἢ μοχθηρὸν χυμὸν, δεῖται τροφῆς μὲν μὴ βαρείας, εὐπέπτου τε, καὶ εὐόσμου· ἐπεὶ ἀγαθὴ ὀσμὴ προστίθησί τι ἐν τῷ σώματι, καὶ τὴν κρᾶσιν αὐτοῦ προσρυθμίζει, καὶ τὴν θερμασίαν κρατύνει τὴν φυσικὴν, ἐν ᾗ τὴν ζωὴν εἶναί φαμεν. * *

B

De facultate auctrice, nutrice, & procreatrice.

TEXTVS HIPPOCRATIS 63.

Facultas omnia auget, & alit, & propagat.

Dictum est, facultatem quandam esse, quæ sibi aptam qualitatem trahit: aliam esse quæ retinet ea quæ sumpta sunt: sicut rursus aliam, quæ reiicit excrementa: aliam denique, quæ alterandi munere fungitur: & has facultates in omnibus animantis inesse partibus. Partes enim alimentum in totum corpus à venis à caua prognatis trahunt. Caua autem rursus trahit ab iis, quæ sunt in iecore: eæ deinde ab illis, quæ sursum ad portas feruntur. Illæ rursus ex ventriculo, & intestinis. Ipsum porrò ventriculum extrinsecus impleri necesse est. Hæc autem omnia facit facultas, vt augeat animal, nutriat, atque propaget. Idque potissimum moliri per venas videtur: quas nos non modo alimentum è vẽtriculo deducere videmus, sed etiam attrahere simul, & iecori præparare simillimo modo, quo ipsum facit. Quomodo autem hæc generantur omnia, quoniam * *

Περὶ τῆς αὐξητικῆς τε, καὶ θρεπτικῆς, καὶ γεννητικῆς δυνάμεως.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ ξγ'.

Δύναμις πάντα αὔξει, καὶ τρέφει, καὶ βλαστάνει.

Εἴρηται, ὅτι ἔστι μέν τις ἑλκτικὴ δύναμις τῆς οἰκείας ποιότητος, ἔστι δέ τις καὶ καθεκτικὴ τῶν ληφθέντων, καὶ αὖθις ἀποκριτικὴ τῶν περιττωμάτων, καὶ ἡ ἀλλοιωτική· καὶ ὅτι πάντα τοῦ ζῴου μόρια ταύτας ἔχει τὰς δυνάμεις. ἕλκει γὰρ τὰ μόρια καθ' ὅλον τὸ σῶμα ἐκ τῶν ἀπὸ τῆς κοίλης πεφυκυιῶν φλεβῶν τὴν τροφήν.
C αὐτὴ δ' αὖ ἡ κοίλη ἐκ τῶν καθ' ἧπαρ. αἱ δ' αὖθις ἐκ τῶν ἐπὶ τὰς πύλας ἀναφερομένων· ἐκεῖναι δ' αὖ πάλιν, ἐκ τῆς γαστρός τε, καὶ τῶν ἐντέρων. τὴν δὲ γαστέρα αὐτὴν ἔξωθεν πληροῦν ἀνάγκη. ταῦτα δὲ πάντα ποιεῖ μὲν ἡ δύναμις πρός τε τὴν αὔξησιν, καὶ τὴν θρέψιν, καὶ τὴν βλάστησιν τοῦ ζῴου· καὶ μάλιστα μὲν διὰ τῶν φλεβῶν φαίνεται τοῦτο ἐργάζεσθαι· ἃς ἴδομεν οὐ παραγούσας μόνον τὴν τροφὴν ἐκ τῆς γαστρὸς, ἀλλ' ἑλκούσας ἅμα, καὶ παρασκευαζούσας τῷ ἥπατι, τῷ ὁμοιοτάτῳ ἐκείνῳ τρόπῳ. πῶς δὲ ταῦτα πάντα γὰρ, ἐπεὶ * *

D

Vehiculum alimenti.

TEXTVS HIPPOCRATIS 64.

Humiditas alimenti vehiculum.

Natura vesicam iecori adiunxit, qua leue, flaúmque excrementum exciperetur: lienem vero sinistra in parte collocauit, qui crassum, limosúmque excrementum traheret. Quum igitur humor, qui in iecore paratur ad animalis alimentum, duo prædicta excrementa deposuit, & coctionem est adeptus, ruber, & purus sursum ad gibbas iecoris partes ascendit. Illic autem ipsum excipit vena maxima, & ad vtramque animalis partem inferiorem, & superiorem deuehit. In hac vena sãguis est multa humiditate tenui, & aquea plenus. Siquidem humor ex cibis proueniens, neque poterat ex ventriculo in venas commodè transumi, neque facilè venas, quæ in iecore sunt, pertransire, nisi quædam tenuior, & aquea humiditas esset admixta. Ex ea tamen nutriri nulla pars potest. Idcirco humiditatem esse alimenti vehiculum, & non alimentum, non solùm Hippocrates, sed omnes ferè optimi medici censuerunt. Hunc igitur ipsum præstat animantibus: neque quod nutriturum est, à ventriculo potest distribui, nisi ab aliqua re ita liquida deducatur. * *

Τροφῆς ὄχημα.

ΡΗΣΙΣ ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ ξδ'.

Ὑγρασίη, τροφῆς ὄχημα.

Τὸ κοῦφόν τε, καὶ ξανθὸν περίττωμα δεξαμένην κύστιν ἡ φύσις ἐπέθηκε τῷ ἥπατι. τὸ δὲ τὸ παχὺ, καὶ ἰλυῶδες ἕλκοντα, τὸν σπλῆνα ἐν τοῖς ἀριστεροῖς μέρεσι κατέθετο. ἀποθέμενος οὖν ὁ παρασκευαζόμενος ἐν τῷ ἥπατι χυμὸς, εἰς τροφὴν τοῦ ζῴου, τὰ εἰρημένα περιττώματα, καὶ πέψιν κτησάμενος, ἐρυθρὸς,
E καὶ καθαρὸς ἐπὶ τὰ κυρτὰ μόρια τοῦ ἥπατος ἀνέρχεται, διαδέχεται δ' αὐτὸν ἐκεῖ ἡ μεγίστη φλὲψ, καὶ πρὸς ἄμφω τὰ τοῦ ζῴου μέρη τό, τε ἄνω, καὶ τὸ κάτω φέρει. κατὰ ταύτην δὲ τὴν φλέβα πολλῆς ὑγρότητος λεπτῆς τε, καὶ ὑδατώδους μεστὸν ἐστὶ τὸ αἷμα. οὔτε γὰρ ἐκ τῆς γαστρὸς εἰς τὰς φλέβας ἀναληφθῆναι καλῶς οἷόν τε ἦν τὸν ἐκ τῶν σιτίων χυμὸν, οὔτε ῥᾳδίως διεξέρχεσθαι τὰς ἐν τῷ ἥπατι φλέβας εἰ μή τις αὐτῷ λεπτοτέρα, καὶ ὑδατώδης ὑγρότης ἀνεμέμικτο. τρέφεσθαι μὲν γὰρ οὐδὲν ἐξ αὐτῆς δύναται μόριον. διὸ τὴν ὑγρασίαν τῆς τροφῆς ὄχημα, καὶ οὐ τροφὴν, οὐ μόνος ὁ Ἱπποκράτης, ἀλλὰ καὶ σχεδὸν ἅπαντες οἱ ἄριστοι τῶν ἰατρῶν ἀπεφήναντο.
F πρὸς γοῦν αὐτὴν τὴν χρείαν ὑπηρετεῖ τοῖς ζῴοις, καὶ οὐκ ἐνδέχεται ἀναδοθῆναι τὸ τρέφον ἐκ τῆς κοιλίας, μὴ παραπέμποντος ὑγροῦ τινος * *



ΓΑΛΗΝΟΥ ΠΕΡΙ ΤΡΟΦΩΝ ΔΥΝΑΜΕΩΣ ΒΙΒΛΙΑ ΤΡΙΑ.

ΒΙΒΛΙΟΝ ΠΡΩΤΟΝ.

GALENI DE ALIMENTORVM FACVLTATIBVS LIBRI TRES.

LIBER PRIMVS.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΤΩΝ ΕΝ ΤΩι ΠΡΩΤΩι.

Ὑπὲρ τῶν ἐν ταῖς τροφαῖς δυνάμεων τῷ λογισμῷ τε καὶ τῇ πείρᾳ εὑρημένων διέρχεται· καὶ ἐν τῷ μὲν πρώτῳ, περὶ πάντων τῶν τρεφόντων ἡμᾶς σπερμάτων γράφει.

ARGVMENTVM LIBRI PRIMI.

Facultates in alimentis ratione ac experientia compertas enarrat. Ac in primo quidem libro de Seminibus uniuersis agit, quæ venerunt in vsum alimenti.

A

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Α'.

Διὰ τί τὰ αὐτὰ σιτία ἐπὶ τοῖς διαφόροις ἀνθρώποις διαφόρως φαίνεται διοικούμενα· καὶ περὶ τοῦ κοινοῦ λόγου τὰ σιτία γνῶναι.

ΠΕΡΙ τῶν ἐν ταῖς τροφαῖς δυνάμεων, οὐκ ὀλίγοι τῶν ἀρίστων ἰατρῶν ἔγραψαν, ἐν πολλῇ σπουδῇ θέμενοι τὴν θεωρίαν, ἐπειδὴ χρησιμωτάτη σχεδὸν ἁπασῶν τῶν κατὰ τὴν ἰατρικήν ἐστιν· τοῖς μὲν γὰρ B
ἄλλοις βοηθήμασιν, οὐκ ἐν παντὶ καιρῷ χρώμεθα, τροφῆς δὲ χωρὶς, οὐχ οἷόν τε ζῆν, οὔθ' ὑγιαίνοντας, οὔτε νοσοῦντας. εἰκότως οὖν ἐσπούδασαν οἱ πλεῖστοι τῶν ἀρίστων ἰατρῶν, ἀκριβῶς ἐπισκέψασθαι, τὰς ἐν αὐτῇ δυνάμεις· οἱ μὲν, ἐκ τῆς πείρας μόνης ἐγνῶσθαι φάσκοντες αὐτάς· οἱ δὲ, καὶ λογισμοῖς προσχρῆσθαι βουλόμενοι· τινὲς δὲ, καὶ τὸ πλεῖστον αὐτῷ νέμοντες. εἰ μὲν οὖν, ὥσπερ ἐν γεωμετρίᾳ, καὶ ἀριθμητικῇ, συνεφώνητο πάντα πᾶσι τοῖς γράψασι περὶ τροφῆς, οὐδὲν ἂν ἔδει νῦν ἡμᾶς ἔχειν πρᾶγμα, γράφοντας αὖθις ὑπὲρ τῶν αὐτῶν, ἐπὶ τοσούτοις καὶ τοιούτοις ἀνδράσιν. ἐπεὶ δ' ὑπόπτους ἀλλήλοις εἰργάσαντο διενεχθέντες, C
οὐ γὰρ ἐγχωρεῖ πάντας ἀληθεύειν, ἀναγκαῖόν ἐστιν βασανίσαι τὰ πρὸς αὐτῶν γεγραμμένα, δικαστὰς ἀδεκάστους γινομένους· ἄδικον γὰρ ἂν εἴη, ἑνὶ πρὸ τῶν ἄλλων πιστεῦσαι, χωρὶς ἀποδείξεως. ἐπεὶ δὲ τῶν ἀποδείξεων ἀρχαὶ διτταὶ κατὰ γένος εἰσίν.

CAPVT I.

Cur cibaria eadem diuersis hominibus exhibita, varia efficere videantur; ac de communi ratione dignoscendorum alimentorum.



DE iis quæ alimentis insunt facultatibus, non pauci præstantissimorum medicorum scripserunt, multámque huic speculationi operam nauarunt; quòd omnium quæ sunt in medicina, ea propemodum
B sit vtilissima; nam aliis præsidiis non omni tempore vtimur, sine alimento autem ne viuere quidem, neque sani neque ægri degentes possumus. Merito igitur præstantissimorum medicorum plurimi facultates quæ ei insunt, accurate obseruare studuerunt: alij quidem sola experientia nobis illas innotescere affirmarunt: alij vero rationibus quoque vti volunt: alij denique & plurimum ipsi tribuerunt. Quod si, vt in Geometria, & Arithmetica qui de alimentis scripserunt, idem omnino consensissent, nullam nunc oporteret nos denuo de iisdem, post tot ac tales viros, scribendi molestiam
C subire. Verùm quum mutuis dissensionibus suspectos sese reddiderint (fieri enim nequit vt omnes vera dicant,) quæ ab illis sunt tradita à seueris iudicibus examinari necesse est: iniquũ enim fuerit vni prę aliis absque demõstratione fidẽ adhibere. Porrò quũ demonstrationũ duo genere sint principia, aut

aut enim à sensu, aut à notione euidenti, demonstratio omnis ac fides proficiscitur, nos quoque ad præsentis speculationis collectionem necesse est aut altero horum, aut vtroque vti. At quum ea quæ ratione fiunt iudicia non omnibus itidem facilia sint, quum & natura sagacem esse oportet, & à puero ingenium iis quæ rationem acuunt disciplinis excoluisse, satius est ab experientia auspicari, eóque maximè quòd bona pars medicorum hac sola, alimentorum facultates inuentas esse pronunciarint. Ac Empiricos quidem qui omnem operam studiúmque eo contulerunt, vt quæ ratione sunt inuenta, ambitiosis contentionibus oppugnarent, fortasse quis contempserit: verùm Diocles (tametsi professione est dogmaticus) hæc ad Plistarchum in primo de sanitate tuenda libro scripta reliquit. *Qui ergo omnia sapore eodem, odore, calore, aut alio id genus prædita, facultates easdem obtinere existimant, haud rectè opinantur, nam multa ostendere quis possit dissimilia fieri ab his, etiam si, quod ad prædicta attinet, inter se conueniant. Neque sanè si quid aluum, aut vrinam mouet, aut aliam quamlibet habet facultatem, ideo tale esse quodque est putandum, quod vel calidum sit, vel frigidum, vel salsum; quandoquidem non dulcia omnia, aut acria, aut salsa, aut cætera id genus easdem habent facultates; sed totam naturam causam esse qui putauerit cur hoc vnicuique eorum soleat contingere, à veritate haudquaquam aberrarit. Qui verò singulorum causas, cur videlicet nutriant, aut aluum, aut vrinam cieant, vel aliud quidpiam eiusmodi præstent, reddendas autumant, ignorare videntur primùm quòd hæc inquirere, haud frequenter ad vsus sit necesse; deinde, quod multa sint in rerum natura quæ principiis quibusdam ex natura sua quodammodo sint similia, vt nullam causæ rationem admittant; ad hæc nonnunquam hallucinantur, quum incognita & controuersa, neque admodum verisimilia sumendo, abunde causam ipsam credunt se assignasse. Quocirca neque iis qui causas eiusmodi afferunt, neque iis qui de omnibus causam putant esse reddendam, est attendendum; sed potiùs iis quæ diuturna experientia fuerunt explorata, credendum; quorum autem possumus, causa est inquirenda, quando quod de ipsis dicimus, sic speramus fore notum magis ac magis credibile.* Hæc sunt Dioclis verba, sola experientia alimentorum facultates nobis notas esse arbitrantis, non ex indicationibus quæ cùm à temperamento tum à saporibus sumuntur: quum autem quæ est in partibus plantarum, alia adhuc inesset indicatio, eius non meminit. Dico autem partibus plantarum indicationem inesse, qua præter alias Mnesitheus est vsus; per hanc enim in plantis alias quidem radicibus, alias caulibus facultates inesse ostendit, quemadmodum certè & foliis, & fructibus, & seminibus alias. Quod igitur experientia, vt alia pleraque, ita & cibi facilè aut secùs concoquantur, quique stomachum iuuent, aut offendant, denique qui aluum ducant, laxent, aut sistant, nos doceat, nemo est, cui vel tantillum est mentis, qui ignoret: cæterùm in his ipsis non parum falluntur qui citra distinctionem faciunt de rebus periculum, vt in commentariis de simplicium medicamentorum facultate, atque in tertio de temperamentis, demonstrauimus; ac sanè qui vtrobique committuntur errores, multũ inter se sunt similes.

A ἢ γὰρ ἐξ αἰσθήσεως, ἢ ἐκ νοήσεως ἐναργοῦς, ἀπόδειξίς τε καὶ πίστις ἄρχεται πᾶσα, καὶ ἡμᾶς ἀναγκαῖόν ἐστιν, ἢ θατέρῳ τούτων, ἢ ἀμφοτέροις χρήσασθαι πρὸς τὴν τοῦ προκειμένου σκέμματος ἄθροισιν. ὄντων δὲ τῶν διὰ τοῦ λόγου κρίσεων οὐχ ἅπασιν ὁμοίως εὐπετῶν, ἐπειδὴ καὶ συνετὸν εἶναι χρὴ φύσει, καὶ γεγυμνάσθαι κατὰ τὴν παιδικὴν ἡλικίαν, τοῖς θήγουσι μαθήμασι τὸν λογισμὸν, ἄμεινον ἀπὸ τῆς πείρας ἄρξασθαι· καὶ μάλιστα, ὅτι διὰ ταύτης μόνης, εὑρῆσθαι τὰς δυνάμεις τῆς τροφῆς οὐκ ὀλίγοι τῶν ἰατρῶν ἀπεφήναντο. τῶν μὲν οὖν Ἐμπειρικῶν, ἴσως ἄν τις κατα-

B φρονήσειεν, ἔργον καὶ σπούδασμα πεποιημένων φιλοτίμως ἀντιλέγειν τοῖς εὑρισκομένοις διὰ τοῦ λόγου· Διοκλῆς δὲ, καίτοι δογματικὸς ὤν, οὕτως κατὰ λέξιν ἔγραψεν ἐν τῷ πρώτῳ τῶν πρὸς Πλείσταρχον ὑγιεινῶν. Οἱ μὲν οὖν ὑπολαμβάνοντες, τὰ τοὺς ὁμοίους ἔχοντα χυλοὺς ἢ ὀσμὰς, ἢ θερμότητας, ἢ ἄλλο τι τῶν τοιούτων, πάντα τὰς αὐτὰς ἔχειν δυνάμεις, οὐ καλῶς οἴονται· πολλὰ γὰρ ἀπὸ τῶν τοιούτων ὁμοίων, ἀνόμοια δείξειεν ἄν τις γινόμενα. οὐδὲ δὴ τῶν διαχωρητικῶν, ἢ οὐρητικῶν, ἢ ἄλλην τινὰ δύναμιν ἐχόντων ὑποληπτέον ἕκαστον εἶναι, διότι θερμὸν, ἢ ψυχρὸν, ἢ ἁλ-

C μυρόν ἐστιν, ἐπείπερ οὐ πάντα τὰ γλυκέα, καὶ δριμέα, καὶ ἁλμυρὰ, καὶ τὰ λοιπὰ, τῶν τοιούτων τὰς αὐτὰς ἔχοντα δυνάμεις, ἀλλὰ τὴν ὅλην φύσιν αἰτίαν εἶναι νομιστέον, τοῦ δὴ ποτ' οὖν ἐπ' αὐτῶν ἑκάστῳ συμβαίνειν εἴωθεν. οὕτω γὰρ ἂν ἥκιστα διαμαρτάνοι τις τὰ τῆς ἀληθείας. αἰτίαν δὲ, οἱ μὲν, οἰόμενοι δεῖν ἐφ' ἑκάστῳ λέγειν, δι' ἣν τρόφιμον, ἢ διαχωρητικὸν, ἢ διουρητικὸν, ἢ ἄλλο τι τῶν τοιούτων ἕκαστόν ἐστιν, ἀγνοεῖν ἐοίκασιν· πρῶτον μὲν, ὅτι πρὸς τὰς χρείας, οὐ πολλάκις τὸ τοιοῦτον, ἀναγκαῖόν ἐστιν, ἔπειθ' ὅτι πολλὰ τῶν ὄντων τρόπον τινὰ, ἀρχαῖς τισιν ἔοικε κατὰ φύ-

D σιν, ὥστε μὴ παραδέχεσθαι τὸν περὶ αἰτίου λόγον· πρὸς δὲ τούτοις διαμαρτάνουσιν ἐνίοτε, ὅτ' ἂν ἀγνοούμενα, καὶ μὴ ὁμολογούμενα, καὶ ἀπίθανα λαμβάνοντες, ἱκανῶς οἴωνται λέγειν τὴν αἰτίαν. τοῖς μὲν οὖν οὕτως αἰτιολογοῦσιν, καὶ τοῖς πάντων οἰομένοις δεῖν λέγειν αἰτίαν, οὐ δεῖ προσέχειν· πιστεύειν δὲ μᾶλλον, τοῖς ἐκ τῆς ἐμπειρίας ἐκ πολλοῦ τοῦ χρόνου καταμεμαθημένοις· αἰτίαν δὲ τῶν ἐνδεχομένων δεῖ ζητεῖν, ὅτ' ἂν μέλλῃ περὶ τούτου γνωριμώτερον, ἢ πιστότερον γίνεσθαι τὸ λεγόμενον. αὕτη μὲν, ἡ τοῦ Διοκλέους ῥῆσίς ἐστιν, ἐκ πείρας μόνης ἐγνῶσθαι τὰς ἐν ταῖς

E τροφαῖς δυνάμεις ἡγουμένου, καὶ μήτε ἐκ τῆς κατὰ κράσιν ἐνδείξεως, μήτε ἐκ τῆς κατὰ χυμούς· οὔσης δὲ καὶ ἄλλης τῆς κατὰ μόρια τῶν φυτῶν, οὐκ ἐμνημόνευσεν αὐτῆς. λέγω δὲ, κατὰ μόρια φυτῶν ἔνδειξιν, ᾗ πρὸς ταῖς ἄλλαις ἐχρήσατο Μνησίθεος· ἐν ταύτῃ γοῦν, ἑτέρας μὲν δυνάμεις ἐν ταῖς ῥίζαις εἶναι τῶν φυτῶν ἐπιδείκνυσιν, ἑτέρας δὲ ἐν τοῖς καυλοῖς, ὥσπερ γε κἂν τοῖς φύλλοις, καὶ καρποῖς, καὶ σπέρμασιν ἄλλας. ὅτι μὲν οὖν ἡ πεῖρα, διδάσκαλός ἐστιν, ὥσπερ ἄλλων πολλῶν, οὕτω καὶ τῶν εὐπέπτων τε καὶ δυσπέπτων σιτίων, εὐστομάχων τε καὶ κακοστομάχων, ὑπα-

F κτικῶν τε καὶ λαπακτικῶν, καὶ σταλτικῶν γαστρὸς, ἅπαντες ἴσασι κἂν βραχύ τι συνέσεως αὐτοῖς μετείη· σφάλλονται δὲ ἐν αὐτοῖς τούτοις οὐκ ὀλίγα, χωρὶς διορισμοῦ ποιούμενοι τὴν πεῖραν, ὡς κἂν τοῖς περὶ τῶν ἁπλῶν φαρμάκων δυνάμεως ἐδείχθη, κἂν τῷ τρίτῳ περὶ κράσεων. καὶ παραπλήσιά γε, τὰ σφάλματά ἐστιν ἑκατέρωθεν.

A διὸ καὶ γράφειν ἐνταῦθα τελέως, ὥσπερ ἐν ἐκείνοις, τοὺς διορισμούς, οἷς προσέχων τις ἀσφαλῶς εὑρήσει τὰς δυνάμεις, οὐ κατὰ τὴν ἐμὴν προαίρεσιν, ἅπαξ ὑπὲρ ἑκάστου πράγματος εἰωθότος γράφειν, οὐκ ἐν πολλαῖς πραγματείαις διερχομένου τὰ αὐτὰ περὶ τῶν αὐτῶν. ὅπερ οὖν εἴωθα ποιεῖν, οὐδὲ νῦν παραλείψω, μόνοις χρησάμενος τοῖς κεφαλαίοις τῶν διορισμῶν, καθ' ὅ, τι ἂν ἐγχωρῇ μάλιστα μιχθείσης σαφηνείας συντομίᾳ. ἄρξομαι δὲ ἀφ' οὗ διὰ στόματος ἔχουσιν ἅπαντες, οὐκ ὀρθῶς ὑπὸ Ἐρασιστράτου γεγραμμένου, μήτε τὸ μελίκρατον ὑπάγειν τὴν γαστέρα πάντων, B μήτε τὴν φακὴν ἐπέχειν, ἀλλ' εἶναί τινας, οἳ πρὸς τῷ μηδέτερον πάσχειν, ἔτι καὶ τοῖς ἐναντίοις περιπίπτουσιν, ὡς ἵστασθαι μὲν ἐπὶ τῷ μελικράτῳ τὴν γαστέρα, λαπάττεσθαι δὲ ἐπὶ τῇ φακῇ· καὶ τινὰς εὑρίσκεσθαι, τὰ βόεια κρέα ῥᾷον πέττοντας, ἢ τοὺς πετραίους ἰχθύας. ἐγὼ δ' ἀεὶ τοὺς τοιούτους ἐρόμενος, ἄρξομαι γὰρ ἀπὸ τῶν ὑστάτων, ὁποῖόν τι σύμπτωμα γινόμενον αὐτοῖς δείκνυται, τὴν ἀπεψίαν τῶν πετραίων ἰχθύων· ἆρά γε βάρος τι κατὰ τὴν κοιλίαν; ὡς δοκεῖν ἐγκεῖσθαι μόλυβδον, ἢ λίθον, ἢ πηλόν, οὕτως γὰρ ἐξαγγέλλουσιν ἔνιοι, τὴν ἐπὶ ταῖς C τοιαύταις ἀπεψίαις αἴσθησιν. ἢ δῆξίς τις ἐν αὐτῇ φαίνεται γινομένη σαφής, ἢ πνευμάτωσις, ἢ μοχθηρᾶς ἐρυγῆς αἴσθησις. εἶτα οἱ μὲν, ἐρυγὴν αὐτοῖς ἔφασαν γίνεσθαι κνισσωδεστέραν· οἱ δὲ, δῆξιν, οἱ δ' ἄμφω. τούτων οὖν ἐπισκεψάμενος ἀκριβῶς τὰ κατὰ τὸ σῶμα, πολλὴν εὗρον ἀθροιζομένην χολὴν ξανθὴν ἐν τῇ κοιλίᾳ κατά τινα δυσκρασίαν, ἢ κατασκευῆς ἰδιότητα. λέγω δὲ κατασκευῆς ἰδιότητα, δι' ὅ, τι τῶν ἀνθρώπων ἐνίοις ἐξ ἥπατος εἰς ἔντερα καταρρέουσα χολή, εἰς τὴν κοιλίαν ἐπανέρχεται. κρᾶσιν δὲ μοχθηράν, ὅτ' ἂν αὐτοῖς ὑπάρχῃ φύσει τὸ θερμὸν δριμὺ καὶ D δακνῶδες, καὶ ὡς ἂν εἴποι τις πυρετῶδες. εἰκότως οὖν τὰ δύσφθαρτα σιτία τῶν εὐφθάρτων μᾶλλον οὗτοι πέττουσιν, ἐπειδὴ τὰ μὲν εὔπεπτα, ῥᾳδίως ἀλλοιοῦται μὲν, καὶ διαφθείρεται, τὰ δὲ δύσπεπτα, δυσαλλοίωτά τέ ἐστιν, καὶ δύσφθαρτα. ταῦτα γοῦν, ὅταν ὁμιλήσῃ πολλῇ θερμασίᾳ, πέττεται μᾶλλον, ἢ εἰ σύμμετρον ἔχουσι πλησιάζοι. κατὰ τοῦτον μὲν οὖν τὸν λόγον, ἔνιοι τὰ βόεια κρέα ῥᾷον πέττουσι, τῶν πετραίων ἰχθύων. ἡ φακὴ δὲ ἐνίοις, ἐκταράττει μᾶλλον, ἢ ἐπέχει τὴν γαστέρα. κατὰ τοιόνδε τινὰ λόγον, ὡς ἐπιδέδεικταί μοι κατὰ τὰ περὶ τῶν ἁπλῶν φαρμάκων δυνάμεως ὑπομνήματα, E καθάπερ ἐν τοῖς ὑφ' ἡμῶν σκευαζομένοις ἐξ ἐναντίων οὐσιῶν τε καὶ δυνάμεων, ἔνια συντίθεται, κατὰ τὸν αὐτὸν τρόπον ὑπὸ τῆς φύσεως οὐκ ὀλίγα τῶν ἁπλῶν εἶναι δοκούντων, σύγκειται· τοιοῦτό τι δὴ καὶ περὶ πολλῶν τῶν τροφῶν ἐστιν. οὐ γὰρ ἡ φακὴ μόνον, ἀλλὰ καὶ ἡ κράμβη, καὶ τῶν θαλασσίων σχεδὸν ἁπάντων, τὰ ὀστρακόδερμα καλούμενα, σύνθετον ἔχει τὴν φύσιν, ἐξ ἐναντίας δυνάμεως· αὐτὸ μὲν γὰρ τὸ στερεὸν ἑκάστου σῶμα, βραδύπορόν τέ ἐστι, καὶ σταλτικὸν τῆς γαστρός, ἡ δὲ ὑγρότης, ἐρεθίζει πρὸς ἔκκρισιν. ἀ- F κριβὴς δ' ἀπόδειξις, ἐκ τῆς ἑψήσεως γίνεται, τοῦ μὲν ὕδατος, ἐν ᾧπερ ἂν ἕκαστον τούτων ἑψηθῇ λαπάττοντος τὴν κοιλίαν, αὐτῶν δὲ τῶν σωμάτων ἐπεχόντων. καὶ κατὰ τοῦτο, τινῶν ἀκούσῃ λεγόντων, ἐὰν πρότερον κράμβην φάγῃς τῶν ἄλλων σιτίων, μὴ λίαν ἑφθήν, καὶ εἴς τι σκεῦος ἔχον ἐλαίου καὶ γάρου μετακομίσῃς ἀθρόως ἐκ τοῦ λέβητος, ὑπαχθήσεται τὴν κοιλίαν. ἄλλων δέ τινων τὴν καλουμένην δίσεφθον κράμβην, σκευαζόντων εἰς ἐπίσχεσιν τῆς γαστρός.

A Quapropter hoc quoque loco accuratè vt illic, distinctiones scribere, quibus quis intentus singulorum facultates citra errorem possit deprehendere, haudquaquam mei est instituti, qui semel duntaxat de quaque re scribere soleam, nō eadem in multis commentariis de iisdem passim inculcare. Vsitatū igitur mihi morem ne nunc quidem prętermittam, summas tantummodo distinctionū, idque ea breuitate, quam orationis perspicuitas patietur, complexurus. Incipiam autem ab eo, quod omnibus est in ore, quodque Erasistratus minus rectè scripsit, B Melicratum videlicet aluum non cuiuis subducere, neque lentem cohibere; sed quosdam esse, qui præter, quàm quòd neutrum experiuntur, in contraria etiam incidant, vt sistatur quidem eis aluus à melicrato, laxetur autem à lente; præterea quosdā inueniri, qui bubulā minori negotio, quàm pisces saxatiles, conficiāt. Equidem ab istis semper soleo sciscitari (nam à postremis exordiar) quodnā ipsis symptoma accidat, quo iudicent se saxatiles pisces non coxisse, vtrúmne pondus quoddam in ventriculo, vt instar plumbi, aut lapidis, aut luti quiddam incumbere ipsis videatur; hoc nempe modo quidā C quem ex huiuscemodi cruditatibus sensum percipiunt, interpretātur: an mordicationem quandam manifeste in ipso, an flatum, an ructum grauē sentiant: tum alij nidorulentum magis sibi ructum accidere, alij mordicationem, nonnulli vtrunque, responderunt. Horum igitur corporis habitum diligenter contemplatus, deprehendi bilis flauæ copiā in ventriculo, vel ob prauam quampiam temperiē, vel propter peculiarem constitutionem, esse aceruatam: peculiarem autem dico constitutionem, quoniam hominibus quibusdam bilis ex iecore in intestina defluens, in ventriculum redundat: prauam verò temperiē, quum calor natura ipsis inest D acris, ac mordax, & (vt sic dicam) febrilis. Proinde par est, vt isti cibaria corruptu difficilia melius, quàm facilia, coquant: quandoquidem, quæ facilè concoquuntur, facilè item alterantur, ac corrumpuntur: contrà, quæ concoctu sunt difficilia, non facilè quoque tum alterantur tum corrumpuntur. Hæc certè, si in multū calorē inciderint, coquuntur magis, quàm si moderato occurerint, atque hac profectò ratione accidit, vt nonnulli bubulam facilius, quàm pisces saxatiles, conficiant. Lens autem quibusdam aluum mouet magis, quàm inhibeat, non alia ratione, quàm vt in commentariis, E quos de simplicium medicamentorum facultate conscripsimus, demonstrauimus. Quemadmodum enim ex iis, quæ à nobis præparantur, nonnulla quæ facultatem, ac substantiam habent contrariā, componūtur: ita & natura ipsa, permulta, quæ sensui simplici apparent, commiscuit: quod in plerisque alimentis comperias. Etenim non lens sola, sed & brassica, atque adeo marina propemodum omnia quibus testa pro cute est, compositā ex pugnantibus facultatibus naturam sunt sortita: nam solidū cuiusque corpus tardè permeat aluúmque F sistit, humor verò stimulat ad excretionem. Huius porro rei ex coctione manifesta sumitur demonstratio, quū aqua, in qua dictorum quodque fuerit decoctū, aluum subducat, ipsa verò corpora sistāt. Hinc nonnullos audias qui dicant, si brassicam leuiter coctam, & vniuersim ac repentè ex lebete in vas aliquod, in quo sit oleum ac garum, trāsfusam, ante alios cibos, sumpseris aluum subducet. Alios autem videas brassicam, quæ bis cocta nuncupatur, ad ventris cohibitionem hoc modo apparare.

Quum

Quum ipsam aquæ prius incoxerint aquam quidem totam ex lebete effundunt, aliam autem affundunt puram & calidam, in qua rursus brassicam secundo coquunt, vt si quid proprij succi post priorem decoctionem habuit reliquum, in hac penitus deponat; omnibus enim quæ in humore coquuntur, vsu venit, vt quiddam ab eius facultate in se deriuent, ac de sua vicissim portionem aliquam ipsi impartiantur. Id quod in iis quæ in iure aliquo elixamus, siue legumen, siue animantis pars, siue olus id fuerit, quotidie tibi licet discere: res namque elixa, tam gustu quàm olfactu, ipsius iuris; ipsum autem ius, rei quæ in se est elixa, qualitatem ac facultatem repræsentat. B Totius porrò qui nunc nobis est propositus, sermonis veritatem poteris sic explorare. Lentem, aut brassicam, aut aliquod marinorum memoratorum animalium decoquito, postea decoctum oleo, garo, piperéque conditum, cui libuerit propinato: idem facito in brassica bis cocta: videbis enim potione quidem aluum dilui, solidi autem corporis esu constipari. Quare non est, quod miremur, si ab huiuscemodi cibis, quando cum ipsorum succo solidum corpus sumptum fuerit, tormina interdum & inflationes oriantur: pugna enim quædam inter vtrumque fit, C quum solidum quidem corpus hæreat subinde, ac tardet, succus autem ad excretionem properet: quo casu, si quod mordicat, excretum fuerit, cessat symptoma; sin moretur, ventrem torminibus ac flatibus infestari est necesse; quibus sola pugnantium excretio finem imponet. At quum nonnullis venter ad egerendum *naturâ* sit propensus, aliis autem sit siccus, & ad egerendum difficilis: vtrique pro sua natura symptomatis, quæ ab huiusmodi cibis fiunt, afficientur, quum venter interdum quidem succi, interdum vero solidi corporis facultati opituletur: duabus namque contrariis causis simul commissis, vnam superare, D alteram succumbere alteri est necesse. Idipsum autem propter ventris affectus quosdam accidit, non natiuos quidem illos, sed aliquo tempore subortos. Nunc enim pituitosum in eo humorem, nunc biliosum, aceruari contingit: atque ipsius pituitosi, alius quidem est acidus, alius salsus, alius dulcis, alius denique sensibilis qualitatis est expers: rursum alius est liquidus, alius crassus, alius viscidus, alius dissipatu facilis. Ad hæc humoris biliosi, alius est flauus, alius pallidus: in quorum vtroque maximum est pro maioris & minoris ratione discrimen, vt interdum alias eius species prætermittam, quæ in corporibus ægrotantibus apparent. Singuli E igitur memorati humores, quum aut ad alui excretionem, aut eiusdem retentionem, plurimum habeant momenti, postea quàm integra ciborum memoratorum corpora cum suis succis in ventrem peruenerint, iis quidem, quæ eiusdem secum sunt facultatis, ferunt suppetias: aduersantur autem iis, quæ sunt contrariæ. Suprà igitur duas genere causas recensuimus, propter quas iisdem sumptis cibis diuersi in ventre effectus sequerentur. F Nunc vero præter naturalem constitutionem, & liquidas solidásque ciborum partes, tertia quoque adinuenta est. Nec verò, siue edulia, siue cibaria, siue alimenta voces, quicquam intererit: siquidem tum iis nominibus, tum etiam his nihilominus, cibos & escam appellant. Cui rei testis est Hippocrates in opere de morbis vulgaribus scribens ad hunc modum:

ἡ σκευασία δὲ τῆς τοιαύτης κράμβης ἐστὶ τοιάδε. προεψήσαντες αὐτὴν ὕδατι, τοῦτο δὲ ὅλον ἀκριβῶς ἐξαιροῦσι τοῦ λέβητος, ἕτερον δὲ ἐπεμβάλλουσι καθαρὸν θερμὸν, ἐν ᾧ πάλιν ἕψουσι τὸ δεύτερον, ἵνα εἴ τι μετὰ τὴν προτέραν ἕψησιν ἔτι λείψανον ἔσχε τῆς οἰκείας ὑγρότητος, ὅλον ἐκκριθείη· πᾶσι γὰρ τοῖς ἑψομένοις ἐν ὑγρῷ, συμβαίνει μεταλαμβάνειν τε ἅμα τῆς ἐκείνου δυνάμεως, καὶ μεταδιδόναι τῆς ἑαυτῶν. καὶ τοῦθ' ὁσημέραι γιγνόμενον ἐπὶ τῶν ἐν τοῖς ζωμοῖς ἑψομένων, ἔνι σοι μαθεῖν. εἴτ' οὖν ὄσπριόν τι τὸ ἑψόμενον, εἴτε ζώου μόριον, εἴτε λάχανον εἴη· τὸ μὲν γὰρ ἑψηθὲν, ἐνδείκνυται γευομένοις τε καὶ ὀσμωμένοις τὴν τοῦ ζωμοῦ ποιότητα καὶ δύναμιν· ὁ ζωμὸς δὲ, τὴν τοῦ κατ' αὐτὸν ἑψηθέντος. ἔξεστι δέ σοι παντὸς τοῦδε τοῦ λόγου τοῦ νῦν ἡμῖν προκειμένου, τὴν ἀλήθειαν οὕτω βασανίσαι· καθεψήσαντι ἢ φακῆν, ἢ κράμβην, ἤ τι τῶν θαλαττίων ζώων ὧν εἶπον, εἶτα δ' ἡδύναντι τὸ ἀφέψημα, δι' ἐλαίου, καὶ γάρου, καὶ πεπέρεως, ἔπειτα, δόντι πίνειν, ᾧ βούλη. καθάπερ γε, καὶ δὶς ἑψήσαντι τὴν κράμβην, θεάσῃ γὰρ, ἐπὶ μὲν πόματι, διαχωρουμένην τὴν κοιλίαν, ἐπὶ δὲ τῷ στερεῷ σώματι, στεγνουμένην. οὐδὲν οὖν θαυμαστὸν, ἐνίοτε στρόφους τε γίνεσθαι, καὶ ἐμπνευματώσεις ἐπὶ τοῖς τοιούτοις ἐδέσμασιν, ὅταν ἅμα τοῖς ἑαυτῶν χυμοῖς ὅλα τὰ σώματα ληφθῇ. μάχη γάρ τις γίνεται πρὸς ἄλληλα, τοῦ μὲν στερεοῦ σώματος, ἰσχομένου τε καὶ βραδύνοντος, ἐπειγομένης δὲ τῆς ὑγρότητος ἐπὶ τὴν ἔκκρισιν. ὡς ἐάν γε τὸ δάκνον ἐκκριθῇ, παύεται τὸ σύμπτωμα· μένοντος δ' αὐτοῦ, καὶ στροφοῦσθαι, καὶ πνευματοῦσθαι τὴν κοιλίαν ἀναγκαῖόν ἐστιν. καὶ πέρας γε τούτων ἐστὶν, ἡ τῶν στασιαζόντων ἔκκρισις. ἐπεὶ τοίνυν, ἐνίοις μὲν αἱ γαστέρες ἕτοιμοι πρὸς ὑποχώρησίν εἰσιν, ἐνίοις δὲ, ξηραὶ καὶ δυσέκκριτοι, κατὰ τὴν οἰκείαν ἑκάτεραι φύσιν, ἐπὶ τοῖς τοιούτοις ἐδέσμασι τὰ συμπτώματα ἴσχουσιν. ὡς αὖ ἐνίοτε μὲν, τῇ τοῦ χυλοῦ δυνάμει συνεργούσης τῆς γαστρὸς, ἐνίοτε δὲ, τῇ τοῦ στερεοῦ. δυοῖν γὰρ αἰτίων ἀντισταμένων, ἑνὶ μὲν τὴν νίκην ἀναγκαῖόν ἐστιν ἀκολουθῆσαι, τὴν δ' ἧτταν τῷ λοιπῷ· συμβαίνει δὲ τοῦτο, καὶ κατὰ διαθέσεις τινὰς τῆς γαστρὸς, οὐ φυσικὰς, ἀλλ' ἐν καιρῷ τινι γενομένας. ἔσθ' ὅτε μὲν γὰρ, ἀθροίζεται φλεγματώδης τις ἐν αὐτῇ χυμὸς, ἔσθ' ὅτε δὲ, χολώδης. καὶ τοῦ φλεγματώδους αὐτοῦ, τὸ μὲν, ὀξύ· τὸ δὲ ἁλυκόν ἐστιν, τὸ δὲ γλυκὺ, τὸ δὲ οὐδεμίαν ἔχον αἰσθητὴν ποιότητα· καὶ τὸ μὲν ὑγρὸν, τὸ δὲ παχὺ, καὶ τὸ μὲν γλίσχρον, τὸ δὲ εὐσκέδαστον. καὶ τῆς χολῆς, ἡ μὲν, ξανθή τις, ἡ δὲ ὠχρά· τὸ μᾶλλόν τε καὶ ἧττον, ἑκατέρα πάμπολυ κεκτημένη, ἵνα τὰς ἄλλας χολὰς παραλείπωμεν τὰς τοῖς ἤδη νοσοῦσι σώμασιν ἐπιφαινομένας. ἕκαστος οὖν τῶν εἰρημένων χυμῶν, ἤτοι πρὸς ἔκκρισιν γαστρὸς, ἢ πρὸς ἐπίσχεσιν, ἑτοίμως διακείμενος, ὅταν ὅλα τὰ σώματα τῶν εἰρημένων ἐδεσμάτων, ἅμα τοῖς ἰδίοις χυμοῖς εἰς τὴν κοιλίαν ἀφίκηται, συμμαχεῖ μὲν, τοῖς τὴν αὐτὴν δύναμιν ἔχουσιν, ἀντιπράττει δὲ, τοῖς ἐναντίαν. ἔμπροσθεν μὲν οὖν αἰτίαι διτταὶ κατὰ γένος εἴρηνται, τοῦ διαφόρως ἐπὶ τοῖς αὐτοῖς σιτίοις τὰ κατὰ τὴν γαστέρα φαίνεσθαι διοικούμενα. νυνὶ δὲ καὶ τρίτη τις εὕρηται, πρός τε τῇ φυσικῇ διαθέσει, καὶ τοῖς ὑγροῖς τε καὶ στερεοῖς μέρεσι τῶν ἐσθιομένων. ἐσθιόμενα γὰρ, ἢ ἐδεστὰ καλεῖν, ἢ τροφὰς, οὐ διοίσει. καὶ γὰρ οὕτως, καὶ τούτων οὐδὲν ἧττον ὀνομάζουσιν αὐτὰ, καὶ σιτία, καὶ βρώματα, καθ' ὅ, τι καὶ Ἱπποκράτης ἐν ἐπιδημίαις ἔγραψεν ὧδε.

A τὰ βρώματα καὶ πόματα, πείρας δεῖται, εἰ ἐπὶ τὸ ἴσον μένει. καὶ πάλιν ἑτέρωθι, πόνοι, σιτία, ποτά, ὕπνοι, ἀφροδίσια, πάντα μέτρια. τῶν μὲν οὖν ὀνομάτων, ὡς ἀεὶ λέγομεν, ἀμελεῖν χρὴ φροντίζοντας ὅπως τις ἂν αὐτοῖς χρῆται, συνήθων γε ὄντων ἁπάντων τοῖς Ἕλλησι. τῆς δὲ τῶν πραγμάτων ἐπιστήμης ἀντιποιεῖσθαι προσήκει. φαίνεται δὲ ταῦτα ταχεῖαν, ἢ βραδεῖαν ἴσχοντα τὴν διέξοδον. ἤτοι διὰ τὴν ἐξ ἀρχῆς ἡμῶν φύσιν, ἢ διὰ τὴν ἐπίκτητον διάθεσιν τῆς γαστρός, ἢ διὰ τὴν οἰκείαν οὐσίαν. λέγω δέ, τῶν ἐσθιομένων καὶ πινομένων, ἐπειδὴ τινὰ μὲν αὐτῶν, εἰσὶν ὑγρά, τινὰ δὲ ξηρά. καὶ τινὰ μὲν γλίσχρα, τινὰ δέ, εὔθρυπτά τε, καὶ εὐδιαίρετα. καὶ B τινὰ μὲν δριμύτητας ἐν αὑτοῖς ἔχοντα, τινὰ δέ, ὀξύτητας, ἢ πικρότητας, ἢ γλυκύτητας, ἢ ἁλυκότητας, ἢ αὐστηρότητας, ἢ στρυφνότητας, ἤ τινας ἔξωθεν τούτων φαρμακώδεις δυνάμεις, ὁμογενεῖς ταῖς τῶν καθαιρόντων φαρμάκων. ἀνδράφαξις μὲν γάρ, καὶ βλίτον, καὶ μαλάχη, καὶ κολόκυνθα, διὰ τὸ γλίσχρα τε εἶναι, καὶ δίυγρα, θᾶττον τῶν μὴ τοιούτων ὑπέρχεται, καὶ μάλιστα τοῖς περιπατοῦσιν ἡσύχως μετὰ τὴν προσφορὰν αὐτῶν, ἐπ' ἐδάφους εἴκοντα μετρίως. ὀλισθαίνει γὰρ ἐν τῷ κατασείεσθαι μᾶλλον, ἢ εἴ τις ἀτρεμήσει κατακείμενος. ἐν τούτῳ δὲ τῷ γένει, καὶ τὰ μόρα, καὶ τὰ γλυκέα κεράσια θείη τις ἄν, ὥσπερ καὶ τῶν οἴνων, τοὺς γλυκεῖς C καὶ παχεῖς. οἱ δὲ πέπονές τε, καὶ μηλοπέπονες ὀνομαζόμενοι, δι' ὑγρότητά τε καὶ γλισχρότητα, πρὸς ὑποχώρησιν εἰσὶν ἐπιτήδειοί τε καὶ δύναμίν γε ἔχουσι μετρίως ῥυπτικήν. καὶ μᾶλλόν γε αὐτῶν, οἱ πέπονες, ὧν ἔνεστί σοι μαθεῖν ἀνατρίψαντι μέρος τι ῥυπαρόν, ἀπορρύπτουσι γὰρ αὐτοῦ τὸν ῥύπον αὐτίκα. ταῦτα δὴ καὶ τὴν οὔρησιν κινούντων εἰσίν. ἐκ δὲ τῶν ὑγρῶν καὶ ὑδατωδῶν σωμάτων ἐστί, καὶ τὰ βρεκόκκια καλούμενα, καὶ τὰ περσικά. καὶ ὅλως ὅσα μηδεμίαν ἰσχυρὰν ἔχειν φαίνεται ποιότητα τοῖς γευομένοις, ἢ ὀσμωμένοις αὐτῶν. ἅπερ, ἂν μὲν ἐπιτηδείως ἡ γαστὴρ ἔχῃ, πρὸς τὴν κάτω διαχώρησιν ὑπέρχεται ῥᾳδίως. εἰ δὲ μή, μένει καὶ αὐτὰ μετέωρα, μηδὲν εἰς ἔκκρισιν αὐτὴν ὠφελοῦντα. μέση γάρ πως, ἡ τοιαύτη τῶν ἐδεσμάτων ὕλη, τῆς τε τῶν ἐπεχόντων τὴν γαστέρα, καὶ τῆς τῶν προτρεπόντων οὖσα, βραχύ τι ῥέπει πρὸς θάτερον, ὅταν γε μὴ πάνυ τύχῃ νωθρᾶς γαστρὸς εἰς ἀπόκρισιν, ἢ ἰσχυρᾶς εἰς ἀνάδοσιν, ἐνίοτε γὰρ ἐπέχει γαστέρα καὶ ταῦτα. καὶ τὸ μελίκρατον, εἰς ἀναδίδοσθαι φθάνει ταχέως, οὐ προτρέπει τὴν γαστέρα πρὸς ἔκκρισιν, ἀλλὰ καὶ τοῖς μιχθεῖσιν ἑαυτῷ σιτίοις, εἰς ἀνάδοσιν ὑφηγεῖται. εἰ δὲ μὴ φθάσειεν ἀναδοθῆναι ταχέως, ἐρεθίζει πρὸς ἔκκρισιν. ὥσπερ ἡ ξανθὴ χολή, διὰ τὴν δριμύτητα, καὶ δακνῶδες ἔχειν ἐν ἑαυτῇ. τὰ μὲν οὖν τοιαῦτα τῶν ἐσθιομένων τε καὶ πινομένων, δάκνοντα μόνον, ἐπὶ τὴν ἔκκρισιν ἐπεγείρει τὰ κατὰ τὴν κοιλίαν μόρια. πρόδηλον δέ, ὅτι καὶ ἡ τῶν ἐντέρων οὐσία περιλαμβάνεται κατὰ λόγον. οὕτως γέ τοι καὶ τοὺς προγάστορας, καὶ μεγαλοκοιλίους ὀνομάζουσιν οἱ ἄνθρωποι. τινὰ δὲ ὑπάγει τὴν γαστέρα, μεμιγμένας ἐν ἑαυτοῖς, ἔχοντα φαρμακώδεις δυνάμεις, ὁμοίας τῇ κατὰ τὴν σκαμμωνίαν τε, καὶ κολοκυνθίδα, καὶ τὸν ἐλλέβορον, ὅσα τ' ἄλλα τοιαῦτα. μικτὴ F γὰρ τούτων ἐστὶν ἡ φύσις, ἐξ ἐδέσματός τε καὶ φαρμάκου. καθάπερ εἰ καὐτὸς ἐμβάλῃς τῷ χυλῷ τῆς πτισάνης ὀλίγον τι τοῦ τῆς σκαμμωνίας ὀποῦ. λανθάνων γὰρ οὕτω τὴν αἴσθησιν, οὐ λήσεται κατὰ τὴν ἐνέργειαν, ἀλλ' ὑπάξει σαφῶς τὴν γαστέρα. καὶ τοῦτ' εἶναι δοκεῖ τισί, τὸ ὑφ' Ἱπποκράτους εἰρημένον. ἐν τρο-

A *esus ac potus experiri oportet, an æquè diu moretur?* Ac rursus alio loco: *Labor, cibus, potus, somnus, venus, omnia mediocria.* De nominibus quidem certè (quod semper prædicamus) non oportet nos esse solicitos, nec, quo pacto quis ipsis vtatur, laborare, quum ea præsertim omnia Græcis sint vsitata, sed rerum ipsarum scientiam consectari. Alimenta ergo cito tardéve transire comperiuntur, aliàs ob naturalem nostram ab initio constitutionem, aliàs ob ventris dispositionem acquisititiam, nonnunquam ob peculiarem aliquam esculentorum, ac poculentorum substantiam, quandoquidem ex iis quædam humida, quædam sicca B *duráve* sunt; ceu alia viscida, alia friabilia, ac diuisu facilia; nonnulla denique acrimoniam in sese habent, alia acorem, aut amarorem, aut dulcedinem, aut salsuginem, aut austeritatem, aut acerbitatem, aut alias extra has facultates medicamentosas eiusdem generis cum iis, quæ purgantibus medicamentis insunt. Siquidem atriplex, blitum, malua, cucurbita, quia sunt lenta, ac perhumida, aliis quæ talia non sunt, celerius subsidunt potissimum iis qui sumptis illis in solo leniter obambulant, modicè cedentia; lubricant enim si quis concutiatur, promptius, quàm si quietus iaceat. Eodem in ge- C nere ponere quis possit mora, dulcia cerasia, & ex vinis, quæ dulcia simul sunt, ac crassa. Pepones quoque, & quos melopepones vocant, quòd humidi sint, ac lenti, ventri subducendo sunt idonei facultatémque mediocriter abstergendi habent; & horum maximè pepones; quam facilè si sordidam aliquam partem iis confricueris, perceperis, protinus namque cernes, quicquid in ipsa est sordidũ, abstergi: ideoque inter ea, quæ vrinam mouent, cõnumerantur. Porrò inter humida corpora, & aquosa, sunt quę præcocia vocitant, & persica, & omnino quæcunque nullam gustantibus ea, aut ol- D facientibus, qualitatem vehementẽ repræsentant; quæ si quidem venter ad deiiciendum est propensus, non ægrè subsidunt: sin minus, hærent & ipsa sublimia nihil ad ipsam excretionem conferentia. Etenim huiuscemodi ciborum materia medium quodammodo inter aluum sistentia, & proritantia locum sortita, exiguum quid in alteram partem affert momenti, si in ventrem incidat nec ad excernendum valdè socordem, nec ad distributionem alacrem, ac robustum; interdum enim hæc quoque aluum cohibent. Quin, & melicratum, in quibus celeriter distribuitur, nihil aluo ad excretionem E confert: quinimo cibis secum commixtis, ad distributionem præit; quòd si celeriter non distribuatur, ad excretionem, non secus, ac flaua bilis sua acrimonia, ac mordacitate, irritat. Hoc ergo ciboriorum atque potionum genus duntaxat mordicatione sua, ventris partes ad expulsionem proritat: perspicuum autem est, quòd etiam intestinorum substantiam nomine ventris complectimur, sic nempe vulgus ventre prominulo, & ventre insignes appellat. Alia autem sunt quæ ventrem subducunt, quòd facultates in se medicamentosas habeant commixtas, similes ei quæ in scammonio, colocynthide, helleboro, & id genus aliis conspici- F tur; horum enim substantia ex cibo, & medicamento est commixta, vt si ipsæ in ptissanæ cremorem succi scammonij paululum quid iniicias: qui succus, etiam si sensum quidem sic effugerit, sua tamen actione minimè latebit, sed aluum palam subducet. Atque hoc esse videtur quibusdã quod ab Hippocrate dictum est, *In cibo medicamentum.*

tum. Alij verò non sic modò, sed de illis quoque cibariis intelligi non posse dictum eius voluerunt, quæ neque alendi, neque purgandi animalis vllam habent facultatem. Hæc enim dicunt non modò vt alimenta, verùm etiam vt medicamenta, sæpenumero agere, quum manifestè nos calefaciant, refrigerent, siccent, aut humectent: veluti dum horum nihil in hominis corpore efficiant, sed ipsum tantummodo alant, tum medicamenti rationem haudquaquam habere. Sunt autem sanè paucissima id genus edulia; quotquot verò ea fuerint, alimenti duntaxat rationem planè habent, corpus eius qui sumpsit, in qualitate non immutantia; etenim quod calefactum aut refrigeratum est, siccatum aut humectatum, secundum qualitatem est mutatum: quod vero ex cibo ad molem dissipatæ substantiæ sarciendam animal sibi assumpsit, ab illo duntaxat, vt alimento, iuuatur. Quamobrem quæ medij sunt temperamenti, nullâque vincenti qualitate sunt prædita, ea solum sunt alimenta, non etiam medicamenta; ventrémque non soluunt nec cohibent, stomacho nec robur nec imbecillitatem inducunt: sicuti sudores vrinámve nec prouocant, nec coërcent: nec aliam quamuis dispositionem calidam, frigidam, humidam, aut siccam in animantis corpore ingenerant, sed quale animantis quod nutritur, corpus assumpserant, tale prorsus conseruant. Verùm hoc quoque loco distinctio quædam est vtilissima, quæ ne ipsa quidem à Diocle est posita, vt nec ab alio quouis, quos mihi adhuc perlegere contigit. Si enim hominis corpus medij planè sit temperamenti, per alimenta medij temperamenti in eo statu seruabitur; verùm, si id frigidius, vel calidius, siccius, aut humidius fuerit, medij temperamenti cibum, & potum perperam exhibueris: quippe huiuscemodi corpus quatenus ab exactè media constitutione recessit; eatenus in diuersum statum traducatur est necesse: fiet autem id per præsentis intemperiei contraria. Contraria autem pari interuallo in vtraque oppositione à medio in vtramque partem secedunt: vt si corpus tribus (verbi gratia) numeris à temperata, ac media constitutione ad calidiorem secesserit, totidem cibum quoque à medij temperamenti cibo ad frigidiorem secedere erit necesse: sin verò quatuor numeris ad humiditatem discesserit, totidem cibum mediocri sicciorem esse conueniet. Atque in hoc certè permultos est inuenire, qui de iisdem cibis ex diametro pugnantia pronuncient. Nuper enim duo inter se concertabant, quorum alter salubre, alter insalubre mel esse affirmabat, vterque ex illato sibi à melle affectu coniectans, nondum illud intelligentes, quòd omnes homines non vnum ab initio habuerunt temperamentum: neque si habuissent, immutabile ipsum ætatis cursu, aut in temporum anni, ac locorum commutationibus tueri potuissent: vt nunc omittam, quòd iidem homines vitæ institutis, ac victus ratione natiuum corporis habitum immutent. Ne igitur longè abeam, eorum qui de melle inter se disceptabant, alter quidem erat ætate senex, & natura pituitosior, vitáque otiosa, & cùm ad alias omnes actiones, tum autem ad eas exercitationes, quæ balneum præcedunt, ignauus: ob eámque causam mel ei erat vtile: alter verò natura erat biliosus, & annos natus triginta, in quotidianísque operibus multùm sese fatigabat:

A φῆ, φαρμακῶν. τοῖς δ' οὐχ οὕτω μόνον ἔδοξεν ἀκούειν, ἀλ-
λὰ κἀπ' ἐκείνων ὁ λόγος εἰρῆσθαι δύναται, τῶν οὔτε
θρεπτικήν τινα τοῦ ζώου δύναμιν ἐχόντων ἐδεσμάτων, οὔτε
καθαρτικήν. καὶ γὰρ καὶ ταῦτά φασιν, οὐχ ὡς τροφὰς μόνον
ἐνεργεῖν πολλάκις, ἀλλὰ καὶ ὡς φάρμακα, θερμαίνοντα, καὶ
ὑγραίνοντα, καὶ ψύχοντα, καὶ ξηραίνοντα σαφῶς ἡμᾶς, ὡς
ὅταν μηδέν τι τούτων ἐνεργῇ περὶ τὸ σῶμα τοῦ ἀνθρώπου,
τρέφῃ δὲ μόνον αὐτὸ, τηνικαῦτα τὸν τοῦ φαρμάκου λόγον οὐχ
ἕξει. ὀλίγιστα μὲν οὖν ἐδέσματα τοιαῦτά ἐστιν· ἅπερ δ' ἂν ᾖ
ταῦτα, μόνον τὸν τῆς τροφῆς ἔχει λόγον ἀκριβῶς, χωρὶς τοῦ με-
B ταβάλλειν τὸ σῶμα τοῦ προσενεγκαμένου κατὰ ποιότητα· τὸ μὲν
γὰρ θερμανθὲν, ἢ ψυχθὲν, ἢ ξηρανθὲν, ἢ ὑγρανθὲν, ὑπήλλακται
κατὰ ποιότητα· τὸ δ' ἐκ τῶν σιτίων, εἰς ὄγκον οὐσίας τῆς διαφορη-
θείσης προσλαβὸν, ὡς ὑπὸ τροφῶν μόνον αὐτῶν ὠφελεῖται. τὰ
τοίνυν μέσα ταῖς κράσεσιν, οὐδεμίαν ἐπικρατοῦσαν ἔχοντα
ποιότητα, τροφαὶ μόνον εἰσὶν, οὐ φάρμακα· μήθ' ὑπά-
γοντα γαστέρα, μήτε ἐπέχοντα, μήτε ῥωννύοντα, μήτ' ἐκ-
λύοντα στόμαχον· ὥσπερ γε μήτ' ἱδρῶτας, ἢ οὖρα κινοῦντα,
ἢ καὶ κωλύοντα· μήτ' ἄλλην τινὰ διάθεσιν ἐν τῷ σώματι
ποιοῦντα, κατὰ ψυχρότητα, ἢ θερμότητα, καὶ ξηρότητα, καὶ
C ὑγρότητα. διαφυλάττοντα δὲ πάντη τὸ τοῦ τρεφομένου ζώου
σῶμα τοιοῦτον, ὁποῖον παρέλαβεν. ἀλλὰ κἀνταῦθα διορισμός
ἐστί τις χρησιμώτατος, οὐδ' αὐτὸς ὑπὸ τοῦ Διοκλέους εἰρη-
μένος, ὥσπερ οὐδὲ διὰ τῶν ἄλλων τινός, ὅσοις ἄχρι τοῦδε ἀνῆλ-
θον. εἰ μὲν γὰρ ἀκριβῶς μέσον εἴη τῇ κράσει τὸ σῶμα τοῦ ἀνθρώ-
που, φυλάττοιτ' ἂν ὑπὸ τῆς μέσης τῇ κράσει τροφῆς, ἐν τῇ
παρούσῃ καταστάσει. εἰ δ' ἤτοι ψυχρότερον, ἢ θερμότερον, ἢ
ξηρότερον, ἢ ὑγρότερον εἴη τοῦτο, τὰ μέσα τῇ κράσει σιτία τε
καὶ ποτὰ ἄν τις κακῶς διδοίη· μεταβάλλεσθαι γὰρ χρὴ τὸ τοι-
οῦτον σῶμα ἐπὶ τοὐναντίον, εἰς ὅσον ὑπεχώρησε τῆς ἀκρι-
D βῶς μέσης καταστάσεως. ἔσται δὲ τοῦτο διὰ τῶν ἐναντίων τῇ
παρούσῃ δυσκρασίᾳ. τὰ δὲ ἐναντία, τὴν ἴσην ἀφέστηκεν τοῦ
μέσου διάστασιν, ἐφ' ἑκάτερα, καθ' ἑκατέραν ἀντίθεσιν, ὥσ-
τε ἂν μὲν, ἀριθμοῖς, εἰ τύχοι, τρισὶν, ἀπὸ τῆς εὐκράτου
μὲν, καὶ μέσης καταστάσεως ἀποχωρήσῃ τὸ σῶμα πρὸς
τὴν θερμοτέραν, τοσούτοις χρῆναι, καὶ τὸ σιτίον ἀφεστάναι
τοῦ μέσου τῇ κράσει, πρὸς τὸ ψυχρότερον. ἐὰν δὲ, ἐφ' ὑγρό-
τητα, τέτταρσιν ἀριθμοῖς ἀποστῇ, τοῖς ἴσοις δεῖν εἶναι ξηρότε-
ρον τοῦ συμμέτρου. κατὰ τοῦτό γέ τι πάλιν εὑρεῖν ἐστι πολλοὺς τῶν
ἀνθρώπων, ἐναντιώτατα περὶ τῶν αὐτῶν τροφῶν ἀποφαινο-
E μένους. ἔναγχος γοῦν ἐφιλονείκουν ἀλλήλοις δύο τινὲς, ὁ μὲν,
ὑγιεινὸν ἀποφαινόμενος, ὁ δὲ, νοσερὸν εἶναι τὸ μέλι, τεκμαι-
ρόμενος ἑκάτερος ἐξ ὧν αὐτὸς ὑπ' αὐτοῦ διετίθετο, μηκέ-
τι ἐννοοῦντες ὡς οὔτε μίαν ἅπαντες ἄνθρωποι τὴν ἐξ ἀρ-
χῆς ἔχουσι κρᾶσιν, οὔτ' εἰ καὶ μίαν εἶχον, ἀμετάβλητον αὐ-
τὴν ἐν ταῖς ἡλικίαις φυλάττουσιν· ὥσπερ οὐδ' ἐν ταῖς κατὰ
τὰς ὥρας τε, καὶ χώρας ὑπαλλαγαῖς. ἵνα παραλείπω γε καὶ
τὸ παρὸν, ὡς καὶ τοῖς ἐπιτηδεύμασιν, καὶ ταῖς διαίταις ὑπαλ-
λάττουσιν τὰς φυσικὰς τῶν σωμάτων διαθέσεις. εὐθὺς γοῦν,
αὐτῶν τῶν διαφερομένων ἀλλήλοις περὶ τοῦ μέλιτος, ὁ μὲν,
F πρεσβύτης τε κατὰ τὴν ἡλικίαν ἦν, καὶ φύσει φλεγματω-
δέστερος, ἀργός τε τῷ βίῳ, καὶ πρὸς τὰς ἄλλας μὲν ἁπάσας
πράξεις, οὐχ ἥκιστα δὲ, καὶ πρὸς τὰ τοῦ βαλανείου γυμνά-
σια· καὶ διὰ τοῦτ' αὐτῷ μέλι χρήσιμον ἦν. ὁ δὲ ἕτερος, χολώδης
τε φύσει, ἢ τριακονταετὴς κατὰ τὴν ἡλικίαν ἐτύγχανεν ὤν,
ἐπὶ δὲ ταῖς ὁσημέραι πράξεσι, πολλὰ ταλαιπωρούμενος:

εἰκότως οὖν αὐτῷ τὸ μέλι ἐξεχολοῦτο ταχέως, καὶ ταύτῃ βλαβερώτερον ἦν. οἶδα δὲ κἀγώ τινα, τὰ κατὰ τὸ στόμα τῆς κοιλίας μεμφόμενον, λογισάμενός τε, ἐξ ὧν διηγεῖτο, φλέγμα κατ' αὐτὴν ἠθροῖσθαι, συμβουλεύσας προσενέγκασθαι μετὰ σινήπιος πράσα τε καὶ τεῦτλα, τμηθέντος δ' ὑπ' αὐτῶν τοῦ φλέγματος, ἐκκρίνασθαι μὲν τε πλείω τὴν γαστέρα, καὶ τῶν συμπτωμάτων ἁπάντων ἐλεύθερον ἐκτήσατο. αὖθις οὖν ποτ' ἀπεπτήσας ἐπὶ δριμέσιν ἐδέσμασιν, καὶ δακνόμενος τὴν γαστέρα, σίνηπι μετὰ σεύτλου προσενεγκάμενος, οὐ μόνον οὐδὲν ὤνατο τὴν δῆξιν, ἀλλὰ καὶ χείρων ἀπεδείχθη συχνῶς. καὶ δὴ θαυμάζων, ὅπως ἐβλάβη συχνῶς, ὑφ' ὧν ἔμπροσθεν ὠφελεῖτο μέγιστα, πρός με παρεγένετο, τὴν αἰτίαν πυνθανόμενος. ἰδιώτας μὲν οὖν ἰατρικῆς τέχνης ἀνθρώπους, οὐκ ἀπεικός ἐστι ταῦτα σφάλλεσθαι. τοῖς δὲ ἰατροῖς, οὐκ ἄν τις συγγνοίη, παραλιποῦσιν ἀδιόριστα πολλὰ τῶν χρησιμωτάτων θεωρημάτων. οὐ γὰρ ἁπλῶς προσήκει λέγειν αὐτοὺς, εὐπέπτους μὲν εἶναι τοῖς πλείστοις τοὺς πετραίους ἰχθύας, εὑρίσκεσθαι δέ τινας, οἱ τὰ βόεια κρέα ῥᾶον πέπτουσιν, ἀλλ' ἑκατέρους διορίσαι, καθάπερ γε καὶ περὶ μέλιτος, οὐχ ἁπλῶς εἰπεῖν, ἀλλὰ μετὰ τοῦ προσθεῖναι, τίσιν ἡλικίαις τε καὶ φύσεσιν, ὥραις, καὶ χώραις, καὶ βίοις ὠφέλιμόν ἐστιν, ἢ βλαβερόν. οἷς ὅτι τοῖς μὲν θερμοῖς καὶ ξηροῖς, ἐναντιώτατον. ὠφελιμώτατον δὲ, τοῖς ὑγροῖς τε καὶ ψυχροῖς. εἴτε δι' ἡλικίαν, ἢ διὰ φύσιν, ἢ χώραν, ἢ ὥραν, ἢ ἐπιτήδευμά τι, τοιοῦτοι τὴν κρᾶσιν εἶεν. ὥστ' ἀναγκαιότατον εἶναι ἔοικεν τὴν παροῦσαν θεωρίαν, ἐπισκέψασθαι τάς τε τῶν ἀνθρώπων, καὶ τῶν ἐδεσμάτων κράσεις. αἱ μὲν οὖν τῶν ἀνθρώπων, ὁποῖαί τέ εἰσιν, καὶ ὅπως χρὴ διαγιγνώσκειν αὐτὰς, ἐν τοῖς περὶ κράσεων ὑπομνήμασι λέλεκται. καθάπερ γε καὶ περὶ τῶν φαρμάκων, ἐν τοῖς περὶ τῶν δυνάμεων αὐτῶν. ἐν δὲ τοῖς νῦν ἐνεστῶσι, καιρὸς ἂν εἴη, τὰς τῶν σιτίων εἰπεῖν κράσεις. ὡς ἐν τῷ περὶ διαίτης ἐγράφη βιβλίῳ, κατά τινας μὲν Ἱπποκράτους ὄντι συγγράμματι, κατά τινας δὲ Φιλιστίωνος, ἢ Ἀρίστωνος, ἢ Εὐρυφῶντος, ἢ Φιλήτου, παλαιῶν ἁπάντων ἀνδρῶν. ἀρχὴ δὲ ἐστὶν αὐτοῦ, κατὰ μὲν ἔνια τῶν ἀντιγράφων ἥδε. σιτίων τε καὶ πομάτων δύναμιν ἑκάστου, καὶ τὴν κατὰ φύσιν, καὶ τὴν διὰ τῆς τέχνης, ὧδε χρὴ διαγιγνώσκειν. ἐν ἄλλοις δὲ, ἥδε. Χωρίων δὲ θέσιν καὶ φύσιν ἑκάστου, ὧδε χρὴ διαγινώσκειν. ὅταν μὲν οὖν αὐτὸ καθ' ἑαυτὸ φέρηται τὸ βιβλίον τοῦτο, περὶ διαίτης ἐπιγράφεται, μέρος ὂν δεύτερον, εἰς τρία διῃρημένου τοῦ παντός. ὅταν δὲ τὸ συγκείμενον ἐκ τῶν τριῶν ὅλον ἓν ἀδιαίρετον εὑρεθείη, περὶ φύσεως ἀνθρώπου, καὶ διαίτης ἐπιγράφεται. τὸ μὲν οὖν δεύτερον, ἐν ᾧ περὶ τῶν σιτίων διέρχεται, τάχ' ἄν τις εὐλόγως Ἱπποκράτους ἄξιον ἡγήσαιτο. τὸ δὲ πρῶτον ἀφέστηκε πάμπολλα τῆς Ἱπποκράτους γνώμης. ἀλλὰ περὶ τούτου μὲν, ὡς οὐδὲν ἄν τι πάρεργον εἰρήσθω. ὅπου δ' ἂν ᾖ τῶν εἰρημένων ἀνδρῶν, εἰς τινα καθόλου μέθοδον ἀναφέρειν φαίνεται, τὴν ἐπὶ τοῖς σιτίοις δίαιταν. ὁ γὰρ γνοὺς, ὅτι κριθὴ φύσει ψυχρά ἐστι καὶ ὑγρὰ ἑψηθεῖσα, ἐπιστάμενος καὶ τὰς τῶν σωμάτων γνωρίζειν κράσεις, ὅσαι τε φύσει ὑπάρχουσι, καὶ ὅσαι κατὰ διάθεσιν ἐπίκτητοι γίγνονται, χρήσαιτο προσηκόντως κριθαῖς εἰς ἐδωδὴν, οὐ μόνον ἐπὶ τῶν ὑγιαινόντων, ἀλλὰ καὶ τῶν νοσούντων σωμάτων, καὶ καταπλάσματι δ' ἄν τις, ἐξ ἀλεύρου κριθίνου χρήσεται καλῶς, ὁ τὴν κρᾶσιν ἐπιστάμενος αὐτῶν.

A meritò igitur in eo mel celeriter in bilem vertebatur, eáque ratione sibi erat nocentius. Noui autem & ipse quendam qui de ore ventriculi querebatur: quod quum ab aceruata in eo pituita prouenire ex ipsius sermone coniectassem, consuluissémque vt cum sinapi betam, & porrum sumeret, eorum ope incisam pituitam largiter per aluum excreuit, omnibúsque symptomatibus est liberatus. Idem quum post esum ciborum acrium non coxisset, mordicationémque in ventriculo sentiret, sumpto rursus cum beta sinapi, non modò à mordicatione non fuit leuatus, verùm etiam longè deterius habuit: tum protinus admiratus quid esset, B quòd ab iis, quæ ante summopere iuuissent, nunc grauiter læderetur, causam sciscitaturus ad me accessit. Eos porrò qui rei medicæ sunt imperiti, in his falli non est absurdum: verùm medicos, qui pleraque, & eadem vtilissima theoremata prætereunt indistincta, quis ferat? Non enim ipsos simpliciter pronunciare conuenit pisces saxatiles permultis quidem cócoctu esse faciles, nonnullos verò reperiri, qui bubulam facilius conficiant, sed vtrosque distinguere: quemadmodum de melle non simpliciter pronunciare, sed simul adiicere, quibusnam ætatibus, naturis, anni temporibus, C regionibus, ac vitæ rationibus vtile sit, aut noxium: v.g. quod calidis, & siccis sit aduersissimum: frigidis verò, ac humidis vtilissimum, siue ea temperies eis sit naturalis, siue accesserit propter ætatem, siue propter regionem, aut anni tempus, aut vitæ conditionem. Itaque ad præsentem speculationem summè necessarium esse videtur hominum pariter, ac ciborum temperamenta considerasse. Porro, qualiánam hominum sint temperamenta, & qua ratione ea dignoscere conueniat, in commentariis, quos de temperamentis scripsimus, ceu vtique, & de medicamentorum temperamentis, in D iis quæ de illorum facultatibus prodidimus, abundè diximus: in præsentia verò tempus exposcit vt alimentorum temperamenta exequamur, ea methodo qua libro de victus ratione sunt scripta, qui est, vt nonnullis placet, Hippocratis: vt aliis, Philistionis, aut Aristonis, aut Euriphontis, aut Philitæ, omnium antiquorum virorum. Initium autem ipsius in nonnullis quidem exemplaribus E est: *Ciborum omnium, ac potuum facultates, tum naturales, tum arte accitas, sic dignoscere oportet*; in aliis autem hoc. *Locorum autem omnium situm, ac naturam sic oportet dignoscere.* Quum ergo seorsum libellus hic circunfertur, de ratione victus inscribitur, éstque secunda pars, quum opus totum in partes tres sit diuisum: quum verò totus vnicus, & non diuisus, ex tribus conflatus inuenitur, de natura humana, & victus ratione inscribitur. Secunda igitur pars, in qua agitur de cibis, non abs re fortè Hippocrate digna putabitur: sed prima quàm plurimum ab Hippocratica sententia recedit: verùm id quidem præter institutum obitérque sit dictum. Cuiuscunque autem memoratorum virorũ fuerit, omnem in cibis victus rationem ad vniuersalem quandam methodum videtur reuocare. Qui enim hordeum natura frigidũ, & elixatione humi- F dum esse didicerit: sciueritque corporũ temperamẽta, tum naturalia, tũ alicuius affectus occasione acquisita, diiudicare: is ritè non tantùm sanis corporibus, verùm etiã ægrotantibus, hordeum edendum exhibebit: præterea, & cataplasmatibus ex hordeacea farina percommodè vtetur, qui & corporis, & hordei temperamentum tenuerit.

Nec

Nec verò satis fuerit principalissimam, ac primam cuiusque cibi temperiem nouisse, sed (vt in libris de medicamentis monstratum est) eas quoque, quæ hanc sequuntur qualitates callere oportet, vt quæ & ipsæ sunt vtilissimæ, multæ quidem, si non omnes, in saporibus, quædam autem etiam in odoribus. Quòd enim vnumquodque ex tanto calido, frigido, humido, & sicco, quodammodo est temperatum, idcirco hoc dulce, illud amarum, salsum, acerbum, austerum, acréve apparet; salsum autem nihil aliud est, quàm salsuginosum; nam vtraque voce res vna declaratur. Item acerbi, & austeri commune genus est, quod adstringens appellamus. Cæterùm in quarto libro de simplicium medicamentorum facultate, de omni saporum genere copiosissimè disseruimus; quem certè librum necesse omninò est eum perlegisse, qui ea, quæ in præsentia à nobis dicuntur, est assecuturus, ne quæ semel de iis dicta sunt, in hisce libris identidem repetere cogamur. Ergo ciborum nonnulli quidem (quemadmodum haud ita pridem commemorauimus) si quis eos gustauerit, aut olfecerit, nullam insignem, ac manifestam qualitatem præ se ferunt, quos sanè qualitatis expertes, & aquosos nominant; alij autem manifestissimam habent astrictionem, aut congenitam dulcedinem, aut acrimoniam; sicut nonnulli quoque salsiores, aut amaritudinis quidpiam habere, perspicuè cernuntur. Quare perspicuum est cibos eiusmodi eandem cum iis medicamentis habere facultatem, quibus cum sapore conueniunt. Cæterùm in commentariis de medicamentis, causam explicuimus, quamobrem adstringentia quædam non eadem cum aliis adstringentibus in corporibus agant, vt aloë, æs vstum, atramentum sutorium, flos æris, squamáque, & chalcitis. Etenim, quòd in quoque istorum adstringenti facultati, ac substantiæ alia quæpiam est admixta, euenit vt opera quæ sigillatim edunt, immutentur; perinde ac si malo cydonio scammonium intus miscueris; quod vtique interdum facimus, partes mali, quæ circum semen sunt, exculpentes, deinde cauitatem scammonio implentes, deinde circumlinentes ac assantes, atque ita malum mandendum exhibentes. Quod namque hunc in modum præparatum est, absque stomachi subuersione aluum subducit, facultate nimirum purgatrice, quam malum ipsum à scammonio acquisiuit, in ipso vincente, propria autẽ ipsius mali manente, alioqui nec iucundum, nec adstringens, nec stomacho esset vtile. Ad eum igitur modum cibaria quædam facultatem quampiam habent in se ipsis admixtam, cui aut purgare, aut aliud quippiam agere, sit naturale: in quibus non est dubitandum, quin saporum facultates id efficiant, quæ à natura habent vt efficiant; in quo enim qualitas inest astringens, ipsa quantum in se ipsa est, vicina corpora cogit, constringit, ac refrigerat. Idem autem corpus nonnunquam alias sui partes calefacientes, alias refrigerantes, habere potest (vt in libris de simplicium medicamentorum facultatibus demonstrauimus) natura scilicet eas ita permiscente, vt medici quidam frigido cuipiam pyrethrũ, aut piper interdũ commisceant. Hęc certè (vti diximus) in commentariis de medicamentis copiosissimè pertractata, his quæ nunc à me docentur, sunt vtilissima: nam qui hæc antè didicerit, modum reperiet quo cibos omnes sigillatim apparare queat.

A δεῖ δὲ μὴ μόνον ἐγνῶσθαι τὴν κυριωτάτην τε, καὶ πρώ-
την ἑκάστου σιτίου κρᾶσιν, ἀλλ' ὡς ἐν τοῖς περὶ φαρμά-
κων ἐδείχθη, καὶ τὰς ἐξ ἐκείνων γιγνομένας· ὧν οὐχ ἥκι-
στα τυγχάνουσι χρήσιμοι οὖσαι, πολλαὶ μὲν αἱ κατὰ τοὺς
χυμούς, εἰ μὴ ἄρα καὶ πᾶσαι, τινὲς δὲ, καὶ αἱ κατὰ
τὰς ὀσμάς. ἐκ γὰρ τοῦ κεκρᾶσθαί πως ἕκαστον ἐκ το-
σοῦδε θερμοῦ, καὶ ψυχροῦ, καὶ ξηροῦ, καὶ ὑγροῦ, καὶ τὸ
μὲν αὐτῶν, γλυκύ, τὸ δὲ, πικρόν, ἢ ἁλμυρόν, ἢ στρυφ-
νόν, ἢ αὐστηρόν, ἢ δριμὺ φαίνεται· τὸ δὲ ἁλυκόν, οὐκ ἄλ-
B λο τι σημαίνει παρὰ τὸ ἁλμυρόν, ἀλλ' ὑπ' ἀμφοῖν ἕν
τι δηλοῦται, στρυφνοῦ δὲ, καὶ αὐστηροῦ, τὸ κοινὸν γένος ὀνο-
μάζεται στῦφον. ἐπὶ πλεῖστον δὲ, περὶ τῶν χυμῶν ἁπάν-
των, ἐν τῷ τετάρτῳ περὶ τῆς τῶν ἁπλῶν φαρμάκων
δυνάμεως εἴρηται. καὶ χρὴ πρότερος ἐκεῖνο γοῦν ἀνε-
γνωκέναι, τὸν μέλλοντα τοῖς νῦν λεγομένοις ἀκολουθήσειν,
ὅπως μὴ πάλιν ἀναγκαζώμεθα λέγειν ἐν τοῖσδε περὶ τῶν
αὐτῶν τὰ αὐτά. τῶν γὰρ σιτίων, ὡς ὀλίγον ἔμπροσθεν
ἔφην, ἔνια μὲν, οὐδεμίαν ἐπίσημον ἐμφαίνει ποιότητα
C κατ' ὀσμὴν, ἢ γεῦσιν· ἃ δὴ, καὶ ἄποια, καὶ ὑδατώδη
προσαγορεύουσιν. ἔνια δὲ, στύψιν ἔχει σαφεστάτην, ἢ γλυ-
κύτητα σύμφυτον, ἢ δριμύτητα. καθάπερ γε καὶ ἁλμυ-
ρότερά τέ τινα φαίνεται, καὶ πικρότητος ἔνια σαφῶς με-
τέχοντα. πρόδηλον οὖν, ὅτι τὰ τοιαῦτα, τὴν αὐτὴν ἔχει
δύναμιν ἐκείνοις τῶν φαρμάκων, οἷς ὡμοίωται κατὰ τὸν
χυμόν. εἴρηται δὲ ἐν τοῖς περὶ τῶν φαρμάκων ἡ αἰτία,
δι' ἣν ἔνια τῶν στυφόντων, οὐ ταὐτὸ τοῖς ἄλλοις στύφου-
σιν ἐργάζεται. καθάπερ ἀλόη τε, καὶ χαλκὸς κεκαυμέ-
νος, καὶ χάλκανθος, καὶ ἄνθος χαλκοῦ, καὶ λεπὶς, καὶ
D χαλκῖτις. ἐκ τοῦ μεμῖχθαι γὰρ καθ' ἕκαστον αὐτῶν τῇ στυ-
φούσῃ δυνάμει τε καὶ οὐσίᾳ, τῶν ἄλλων τινὰ, τοῖς κα-
τὰ μέρος ἔργοις ἐξαλλάττεται ταῦτα· καθάπερ εἰ καὐ-
τὸς ἀναμίξειας κυδωνίῳ μήλῳ σκαμμωνίαν, ὥσπερ ἀμέ-
λει ποιοῦμεν ἐνίοτε, τοῦ μήλου μὲν, γλύφοντες τὰ πε-
ρὶ τὸ σπέρμα, τὸ δὲ κοιλανθὲν ἀναπληροῦντες τῇ σκαμ-
μωνίᾳ, κἄπειτα περιπλάττοντές τε, καὶ ὀπτῶντες, εἶ-
τα διδόντες φαγεῖν τὸ μῆλον· ἄνευ γὰρ τοῦ τὸν στόμαχον
ἀνατρέπειν ὑπάγει γαστέρα, τὸ οὕτως σκευασθὲν, ἐπι-
κρατούσης ἐν αὐτῷ τῆς καθαρτικῆς δυνάμεως, ἣν ἐκ
E τῆς σκαμμωνίας τὸ μῆλον ἐπεκτήσατο, διαμενούσης δὲ
τῆς κατὰ τὸ μῆλον οἰκείας, οὐ γὰρ ἂν ἡδύ τε καὶ στῦφον
ἐφαίνετο, καὶ τῷ στομάχῳ προσφορόν. οὕτως οὖν ἔνια
τῶν ἐσθιομένων, ἔχει τινὰ μεμιγμένην ἐν ἑαυτοῖς δύνα-
μιν, ἤτοι καθαρτικὴν, ἤ τι ποιεῖν ἄλλο πεφυκυῖαν· ἐφ'
ὧν οὐ χρὴ, ταῖς τῶν χυμῶν δυνάμεσιν ἀπιστεῖν, ὡς κα-
τεργαζομέναις, ἃ φύσιν ἔχουσιν ἐνεργεῖν. ἐν ὅτῳ γὰρ ἂν ἡ
στύφουσα ποιότης, ὅσον ἐφ' ἑαυτῇ, συνάγει τε καὶ σφίγ-
γει, καὶ ψύχει τὰ πλησιάζοντα σώματα. δύναται δὲ ἐνίο-
τε ταὐτὸ σῶμα, τινὰ μὲν θερμαίνοντα τῶν ἑαυτοῦ μορίων
F ἔχειν, τινὰ δὲ ψύχοντα, καθάπερ ἐδείξαμεν ἐν τοῖς τῶν
περὶ ἁπλῶν φαρμάκων δυνάμεων, τῆς φύσεως οὕτως
αὐτὰ μιξάσης, ὡς καὶ τῶν ἰατρῶν ἔνιοι, μιγνύουσιν ἐνίο-
τε τῶν ψυχόντων τινὶ πύρεθρον, ἢ πέπερι. ταῦτ' οὖν, ὡς
ἔφην ἐν τοῖς περὶ φαρμάκων ὑπομνήμασιν, ἐπιπλεῖ-
στον ἐξειργασμένα, χρησιμώτατα τοῖς νῦν διδασκομέ-
νοις ἐστίν. καὶ γὰρ αἱ κατὰ μέρος ἑκάστου τῶν ἐσθιομένων
σκευασίαι, τοῖς ταῦτα προεγνωκόσιν εὑρίσκεται. τεχνολο-

φακῆν οὕτω ἡμεῖς τε δίδομεν ἐνίοτε, καὶ πρὸ ἡμῶν ὁ Ταραντῖνος Ἡρακλείδης ἐδίδου πολλοῖς πολλάκις, οὐ μόνον ὑγιαίνουσιν ἀμέμπτως, ἀλλὰ καὶ πάσχουσί τι. πρῶτον μὲν οὖν ἐμβαλλόμενοι αὐτῇ, πολλὰ σεῦτλα· δεύτερον δὲ, κατὰ τὴν ἄρτυσιν, ἢ ἁλῶν βραχὺ πλεῖον, ἢ γάρου γλυκέος, ὑπακτικώτεροι γὰρ οὕτως. εἰ δὲ μὴ, πτίσας τὴν φακῆν, ἑψήσας τε δὶς, ὡς ἀποχεῖν τὸ πρότερον ὕδωρ, εἶτ' ὀλίγον μὲν ἁλῶν, ἢ γάρου μίξας, ἐπεμβαλεῖς τι βραχὺ τῶν ἐφεκτικῶν γαστρὸς, ἤτοι ὄξος, ἄχρι τοῦ μηδὲ λυπῆσαι τὴν γεῦσιν, ἥδιστόν τε, καὶ ὠφελιμώτατον ἐργάσαιο φάρμακόν τε ἅμα, καὶ σιτίον, οὐκ ὀλίγοις τῶν διαρροίᾳ χρονίᾳ ἐνοχλουμένων. οὐκ ὀλίγοις δὲ εἶπον, ἅπασι φυλαξάμενος εἰπεῖν, ὅτι κἀνταῦθα διορισμῶν ἐστι χρεία, καθ' οὓς αἱ διαθέσεις εὑρεθήσονται τῶν διαρροιζομένων χρονίως. ὅλως γὰρ οὐδὲν οἷόν τε ἐστὶ τῇ πείρᾳ βασανίσαι προσηκόντως, ἄνευ τοῦ τῷ λόγῳ πρότερον εὑρεῖν ἀκριβῶς τὴν διάθεσιν, ᾗ προσφέρεται τὸ βασανιζόμενον, ἤτοι σιτίον, ἢ ποτὸν, ἢ φάρμακον. ὕλη γάρ ἐστι βοηθημάτων, ἡ τῶν τοιούτων διαθέσεων γνῶσις, οὐκ αὐτῶν τῶν βοηθημάτων. ἐπεὶ δ' ἀδύνατον, ἄνευ τοῦ γινώσκειν ἀκριβῶς τὰς δυνάμεις τῶν ὑλῶν, αἷς χρώμεθα, βοηθεῖν τοῖς δεομένοις αὐτῶν, ἀναγκαῖόν ἐστιν, ὥσπερ ἑτέρωθι περὶ τῶν ἐν τοῖς φαρμάκοις δυνάμεων, οὕτως ἐνταῦθα περὶ τῶν ἐν τῇ τροφῇ, διελθεῖν. ἡ γνῶσις δὲ αὐτῶν ἐν χρόνῳ πολλῷ κατορθοῦται μόλις, ἔκ τε τῆς διωρισμένης πείρας, καὶ τῆς τῶν ἀτμῶν τε, καὶ χυμῶν φύσεως, οὓς ἔχειν φαίνεται τὰ δοκιμαζόμενα, καὶ προσέτι τῆς συστάσεως ἣν κέκτηται, κατά γε γλισχρότητα, καὶ χαυνότητα, πιλητάν τε καὶ κουφότητα, καὶ βαρύτητα. ταῦτα γὰρ ἅπαντα, συντελεῖ πρὸς τὴν εὕρεσιν αὐτῶν ὥστε κἂν εἰς ξένην χώραν ἀφικόμενος, ἴδῃς τι τῶν μὴ πρόσθεν ἑωραμένων σοι βρωμάτων, ἔχειν ἀφορμὰς οὐκ ὀλίγας εἰς τὴν τῆς δυνάμεως αὐτῶν γνῶσιν. ἃ δὲ Μνησίθεος ἔγραψε, περί τε ῥιζῶν, καὶ καυλῶν, καὶ φύλλων, καὶ καρπῶν, καὶ σπερμάτων, οὐ πάνυ τι βεβαίαν ἔχει τὴν διάγνωσιν, ἐὰν μὴ τῇ διωρισμένῃ πείρᾳ κρίνῃς αὐτά. καθ' ὅτι καὶ διὰ τῶν ἐφεξῆς ἔσται δῆλον· ἔγνωκα γὰρ περὶ ἑκάστου τῶν ἐδεσμάτων ἰδίᾳ διελθεῖν. εἰ δὲ μακρότερος ὁ λόγος ἐστὶν, ἢ ἔσεσθαι μέλλει, δυνησόμεθα γοῦν αὖθις αὐτὸν ἐν βραχεῖ περιλαβεῖν ἑτέρῳ βιβλίῳ τινὶ μικροτέρῳ, χρησίμῳ τοῖς τεχνωθεῖσιν ἐσομένῳ· μόνη γὰρ ἡ κατὰ διέξοδόν τε ἄσκησις καὶ διδασκαλία, τεχνίτας ἀπεργάζεται. καὶ διὰ τοῦτό μοι δοκοῦσι καλῶς οἱ πολλοὶ λέγειν, ἀρίστην εἶναι διδασκαλίαν τὴν παρὰ τῆς ζώσης φωνῆς γινομένην, ἐκ βιβλίου δὲ μήτε κυβερνήτην τινὰ γενόμενον ἰδέσθαι, μήτε ἄλλης τέχνης ἐργάτην· ὑπομνήματα γάρ ἐστι ταῦτα τῶν προμεμαθηκότων, οὐ διδασκαλία τελεία τῶν ἀγνοούντων. εἴ γε μὴν ἐθέλοιέν τινες, καὶ τούτων ὅσοι διδασκάλων ἀποροῦσιν, ἐντυγχάνειν ἐπιμελῶς τοῖς σαφῶς τε καὶ κατὰ διέξοδον, ὁποίαν ἡμεῖς ποιούμεθα, γεγραμμένοις, ὀνήσονται μεγάλως, καὶ μάλιστα ἐὰν πολλάκις ἀναγινώσκειν αὐτὰ μὴ ὀκνῶσιν.

A Nam nos quoque ex beta & lente edulium nonnunquam damus: atque ante nos Heraclides Tarentinus multis non tantum inculpata valetudine fruentibus, verùm etiam malo aliquo affectis sæpe exhibebat. Primùm ergo betarum copiam, deinde quum condimus, aut salis plusculum, aut dulcem garum ei iniicimus: sic nempe aluum magis subducit. Sin minus *vis subducere*, lentem excorticatam bis decoquito, aqua videlicet priore effusa, dein salis, aut gari portiuncula addita aliquod eorum quæ aluum modicè sistunt, iniicito (puta acetum,) ea mensura, vt gustum non offendat: ita enim iucundissimum atque vtilissimum effeceris pharmacum, & cibum non paucis eorum, qui diuturna diarrhœa conflictantur. Porrò dixi,
B non paucis, non omnes complecti volens: nam hîc quoque distinctionibus opus est, per quas eorum, qui diarrhœa iampridem laborant affectus inuenientur. Omninò enim nullius rei facultates experientia commodè explorabis, nisi priùs per rationem ad vnguem compertum habueris affectum, cui applicatur, id quod exploras, siue sit cibus, siue potus, siue medicamentum: materia enim est auxiliorum eiusmodi affectuum cognitio non ipsorum remediorum. At, quoniam fieri non potest, vt, nisi quis materiarum, quibus vtimur, fa-
C cultates exactè calleat, illarum ope egentibus succurrat, necesse est, vt alibi de medicamentorum, ita hoc quoque loco de alimentorum facultatibus disseramus. Cognitio autem horum vix tandem longo tempore recta nobis accedit: quam consequimur quum ex certa definitáque experientia, tum ex habituum, saporúmque natura, quos habere videntur ea, quæ examinantur; ad hæc ex consistentia, quam habet secundum lentorem, aut friabilitatem, aut laxitatem, & densitatem, aut leuitatem, & grauitatem: hæc enim omnia ad ipsarum inuentionem adeò conferunt, vt, quum in peregrinam regionem perueneris, si quid esculenti
D nunquam priùs tibi conspecti offenderis, permultas sis occasiones, atque adiumenta ad eius facultatem pernoscendã habiturus. Cæterùm, quæ Mnesitheus de radicibus, caulibus, foliis, fructibus, seminibúsque prodidit, non certam valde habent dignotionem, si experientia definita ipsa exploraris: quod ex iis quæ sequentur, fiet manifestum: statui enim de cibis singulis seorsum pertractare. Quod si tractatus ipse longior sit aut futurus sit, poterimus ipsum postea alio quodam minore libello perstringere, qui iis qui artem callent vtilis erit: quandoquidem exercitatio sola ac doctrina
E quæ per diffusam enarrationem traditur, nos artifices reddit. Ideoque non inscitè illud mihi vulgo dici videtur, optimam esse doctrinam, quæ viua voce traditur, neque enim quẽquam ex libro nauclerum, aut alterius artis opificem factum videre est: libri enim sunt iis qui ante eruditi fuerunt monimenta, non rudiũ & indoctorum doctrina perfecta. Quod si qui præceptoribus careant, velíntque iis quæ clarè ac copiosè sunt scripta,
F (qui nobis scribendi mos est) diligenter incumbere, magnum ij fructum capient, potissimùm si ea relegere identidem non grauentur.

CAPVT II.

De Tritico, & Panis speciebus.

Haud iniuria medicorum plurimi præsentem doctrinam à tritico mihi videntur auspicati, quandoquidem cum apud Græcos omnes, tum barbarorum plurimos, semen hoc & frequentissimè & summa cum vtilitate vsurpatur. Inter tritica autem plurimum habent alimenti quæ densa sunt, totámque substantiam habent adeo compactam, vt dentibus vix (B) diuidi queant; talia enim exigua mole, corpora plurimum nutriunt: quæ verò iis sunt contraria, quæque dentibus quidem facilè franguntur, fractáque rara ac laxa apparent, magna mole exiguum reddunt alimentum. Quod si vtrorumque parem modum pendere libuerit, quæ densa sunt multò grauiora esse comperies: hæc autem sunt colore etiam laxis flauiora. Explorare autem horum naturam non simpliciter oportet, superficiem externam duntaxat contemplando, sed diuidendo quoque, vt diximus, ac frangendo; (C) multa enim quæ extrinsecus flaua ac densa fuerunt visa, rara intus ac laxa albáque apparuerunt. Hæc sanè furfuris habent plurimum & si quis posteaquam molita sunt, tenuissima farina excussa, ex reliquo panes quos furfuraceos appellant, fecerit, parum quidem ipsos alere, ventrem verò multis excrementis implere experietur, ob eamque causam facilè etiam subsidere: præterea, quòd furfur nonnihil facultatis habeat detergentis, meritò intestinis ad excretionem irritatis, celeris eorum fit deiectio. His autem contrarij quidem sunt panes purissimi plurimum ponde- (D) ris exigua mole habentes: omnium verò panum tardissimè deiiciuntur. Videbis sanè illorum molem admodum lentam, ita vt quàm longissimè indiuulsa trahatur, quod corporis lenti est proprium. Meritò igitur ij quidem & fermento copiosiore indigent, omniúmque maximè subigere eos oportet, nec statim post fermentum & subactionem assare: furfuraceis verò paucum fermentum, & lenis subactio, breuéque interuallum sufficit. Pari modo qui puri sunt, assationem diuturniorem, (E) furfuracei breuiorem postulant. Porrò non pauca est inter purissimos ac sordidissimos pro minoris maiorisque ratione latitudo, quum alios quidem puros, alios sordidos & vocemus & reuera sint. Est autem & alia panum species inter hos planè media, quos *αὐτοπύροις* appellant: medici autem veteres ipsos nominabant confusaneos. Cæterùm quòd hi fiant ex farina secretionis experte, furfure scilicet à pura farina non separato, omnibus id est perspicuum: illinc enim nomina ipsis indide- (F) runt, *αὐτοπύροις* quidem, quod totum ipsum triticum nulla sui parte adempta in panificium cedat: confusaneis autem, quòd ad ipsos conficiendos tota farina nusquam à furfure seiuncta comportetur. Verùm & inter hos ipsos qui ad vnguem medij inter furfuraceos & quampurissimos panes esse videntur, non parua est pro tritici natura differentia: siquidem ex denso ac graui tritico, præstantiores; ex laxo autem ac leui panes fiunt deteriores. Et

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Β.

Περὶ πυρῶν ἤτοι σίτου, καὶ τῶν ἄρτου εἰδῶν.

Εἰκότως μοι δοκοῦσιν οἱ πλεῖστοι τῶν ἰατρῶν, ἀπὸ πυρῶν ἄρξασθαι τῆς προκειμένης διδασκαλίας, ἐπεὶ πολυχρησιμώτατον καὶ πολυχρηστότατόν ἐστι τοῦτο τὸ σπέρμα, τοῖς τε Ἕλλησιν ἅπασι, καὶ τῶν βαρβάρων τοῖς πλείστοις. εἰσὶ δὲ αὐτῶν τροφιμώτατοι μὲν, οἱ πυκνοὶ, καὶ πεπιλημένην ἔχοντες ὅλην τὴν οὐσίαν, ὡς μόγις ὑπὸ τῶν ὀδόντων διαιρεῖσθαι· πλείστην γὰρ οὗτοι τροφὴν διδόασι τοῖς σώμασιν, ἐξ ὄγκου βραχέος. οἱ ἐναντίοι τούτοις, ῥᾳδίως μὲν ὑπὸ τῶν ὀδόντων θραυόμενοι, μετὰ δὲ τὴν θραῦσιν, ἀραιοὶ καὶ χαῦνοι φαινόμενοι, βραχεῖαν διδόασι τροφὴν ἐξ ὄγκου πολλοῦ. εἰ δὲ καὶ στῆσαι βουληθείης ἑκατέρων ἴσον ὄγκον, εὑρήσεις βαρυτέρους πολλῷ τοὺς πυκνοὺς, οὗτοι δ' εἰσὶ καὶ τῇ χρόᾳ τῶν χαύνων ξανθότεροι. βασανίζειν δὲ χρὴ τὴν φύσιν αὐτῶν οὐχ ἁπλῶς, ἐπισκοποῦντας τὴν ἔξωθεν ἐπιφάνειαν, ἀλλὰ καὶ διαιροῦντας, καὶ θραύοντας καθάπερ εἴρηται· πολλοὶ γὰρ ἔξωθεν ὑπόξανθοί τε καὶ πυκνοὶ φαινόμενοι, τὰ ἔνδον ἑαυτῶν ὤφθησαν ἀραιοί τε καὶ χαῦνοι, καὶ λευκοί. πλεῖστον οὖν οὗτοι πίτυρον ἔχουσιν, καὶ εἴ τις αὐτῶν ἀλεσθέντων ἀποσείσας τὸ λεπτότατον ἄλευρον, ἄρτους ἐκ τοῦ λοιποῦ ποιήσαιτο τοὺς πιτυρίας ὀνομαζομένους, ὀλιγοτρόφων μὲν αὐτῶν πειράσεται, περίττωμα δ' ἐργαζομένων ἐν τῇ γαστρὶ πολὺ, καὶ διὰ τοῦθ' ὑποχωρουμένων ῥᾳδίως· ἅμα δὲ καὶ διὰ τὸ ῥυπτικῆς μετέχειν οὐσίας τὸ πίτυρον, εἰκότως ἡ διαχώρησις αὐτῶν γίγνεται ταχεῖα, πρὸς τὴν ἔκκρισιν ἐρεθιζομένων τῶν ἐντέρων. οἱ δὲ ἐναντίοι τούτοις, εἰσὶ μὲν ἀκριβῶς καθαροὶ, πλεῖστον ἄγοντες σταθμὸν ἐπ' ὄγκῳ βραχεῖ, διαχωροῦσι δὲ πάντων τῶν ἄρτων βραδύτερον. θεάσῃ γε μὴν καὶ τὸ σταῖς αὐτῶν γλισχρὸν ἱκανῶς, ὡς ἐπιπλεῖστον ἕλκεσθαι μὴ διασπώμενον, ὅπερ ἴδιόν ἐστι γλίσχρου σώματος. εἰκότως τοίνυν οὗτοι μὲν καὶ ζύμης πλείονος χρῄζουσι, καὶ μαλαχθῆναι δέονται πάντων μᾶλλον, καὶ οὐκ εὐθὺς μετὰ τὴν ζύμωσιν καὶ τὴν μάλαξιν, ὀπτᾶσθαι· τοῖς πιτυρίαις δὲ ἀρκεῖ καὶ ζύμη βραχεῖα, καὶ μάλαξις ἀσθενὴς, καὶ χρόνος ὀλίγος. οὕτως δὲ καὶ τῆς ὀπτήσεως, μακροτέρας μὲν οἱ καθαροὶ, βραχυτέρας δὲ οἱ πιτυρίαι δέονται. τὸ μεταξὺ δὲ τῶν καθαρωτάτων τε, καὶ ῥυπαρωτάτων, οὐκ ὀλίγον ἐστὶ πλάτος ἐν τῷ μᾶλλόν τε καὶ ἧττον, ἐνίων μὲν καθαρῶν, ἐνίων δὲ, ῥυπαρῶν ὀνομαζομένων καὶ κατὰ ἀλήθειαν ὄντων. ἔστι δέ τι καὶ μέσον ἀκριβῶς αὐτῶν εἶδος ἄρτων, οἱ αὐτόπυροι προσαγορευόμενοι· συγκομίστους δὲ αὐτοὺς ἐκάλουν οἱ παλαιοὶ τῶν ἰατρῶν. ὅτι μὲν οὖν ἐξ ἀδιακρίτων ἀλεύρων οὗτοι γίνονται, μὴ διαχωριζομένου τοῦ πιτυρώδους ἀπὸ τοῦ καθαροῦ, πρόδηλον· ἐντεῦθεν γοῦν αὐτοῖς ἔθεντο τὰς προσηγορίας· αὐτοπύρους μὲν, ἐπειδὴ ὅλος αὐτὸς ὁ πυρὸς ἀδιακρίτως ἀρτοποιεῖται· συγκομίστους δὲ, ὅτι συγκομίζεται σκευαζομένων αὐτῶν, ἅπαν ἀδιάκριτον τὸ ἄλευρον. ἀλλὰ καὶ αὐτῶν τούτων, ἐν τῷ μέσῳ δοκούντων ἀκριβῶς τετάχθαι, τῶν τ' ἐκ τοῦ πιτύρου, καὶ τῶν ἄκρως καθαρῶν ἄρτων, οὐ σμικρὰ διαφορὰ παρὰ τὴν τοῦ πυροῦ φύσιν ἐστίν· ἐκ μὲν γὰρ τῶν πυκνῶν πυρῶν, καὶ βαρέων, ἀμείνους· ἐκ δὲ τῶν χαύνων τε καὶ κούφων, ἄρτοι φαυλότεροι γίνονται. καὶ παρά γε τοῖς Ῥωμαίοις,

ὥσπερ οὖν καὶ παρὰ τοῖς ἄλλοις σχεδὸν ἅπασιν ὧν ἄρχουσιν, ὁ μὲν καθαρώτατος ἄρτος ὀνομάζεται σιλιγνίτης· ὁ δὲ ἐφεξῆς αὐτῷ, σεμιδαλίτης. ἀλλ' ἡ μὲν σεμίδαλις, Ἑλληνικόν τι καὶ παλαιὸν ὄνομά ἐστι· σιλίγνις δὲ, οὐχ Ἑλληνικὸν μὲν, ἑτέρως δὲ αὐτὴν ὀνομάζειν οὐκ ἔχω. τροφιμώτατος μὲν οὖν, ὁ σιλιγνίτης αὐτῶν, ἐφεξῆς δὲ ὁ σεμιδαλίτης, καὶ τρίτος ὁ μέσος τε καὶ συγκομιστὸς, ὁ καὶ αὐτοπυρίτης· ἐφ' ᾧ τέταρτον ἐστὶ τὸ τῶν ῥυπαρῶν εἶδος, ὧν ἔσχατος ὁ πιτυρίας, ὃς δὴ καὶ ἀτροφώτατος ἐστὶ, καὶ μάλιστα τῶν ἄλλων ὑπέρχεται κατὰ γαστέρα. πεφθῆναι δὲ ἄριστοι τῶν ἄρτων εἰσὶν οἱ μάλιστα ἐζυμωμένοι, καὶ κάλλιστα τετριμμένοι ἀπὸ συμμέτρου πυρὸς ἐν κλιβάνῳ τὴν ὄπτησιν ἐσχηκότες· τὸ μὲν γὰρ πλεῖον πῦρ εὐθὺς ἐν τῇ πρώτῃ προσβολῇ τὴν ἐκτὸς ἐπιφάνειαν περικαῖον, ἀποστρακίζει, καὶ συμβαίνει κατ' ἄμφω, μοχθηρόν τε γίνεσθαι τὸν ἄρτον, ὠμὸν μὲν καὶ ἀκατέργαστον ἔχοντα τὸ ἔνδον, ὑπερωπτημένον δὲ καὶ ξηρὸν, καὶ ὀστρακῶδες ἔχοντα τὸ ἔξω. τὸ δὲ ἔλαττον τοῦ συμμέτρου πῦρ, οὐ κατεργάζεται καλῶς τὸν ἄρτον, ἀλλ' ὠμότερον ἀπολείπει, καὶ μάλιστα τὸ ἔνδον ἅπαν. ὅσοι δ' αὖ ἐν συμμέτρῳ πυρὶ, πλείονι χρόνῳ δι' ὅλων ἑαυτῶν ὁμαλῶς ὀπτηθῶσιν, οὗτοι καὶ πέττονται κατὰ τὴν γαστέρα κάλλιστα, καὶ πρὸς τὰς ἐξῆς ἐνεργείας ὅσαι μετὰ τὴν πέψιν εἰσὶν, ἐπιτηδειότατοι γίνονται. χείριστοι δὲ τῶν ἄρτων εἰσὶ δηλονότι, ὅσοις οὐδὲν τῶν προειρημένων ὑπάρχει. τῶν δ' ἄκρων ἐν αὐτοῖς ἀρετῇ καὶ κακίᾳ διωρισμένων, οὐδέν ἐστι χαλεπὸν αὐτῶν τινι καὶ χωρὶς ἡμῶν ἐπινοεῖν, ἐνίους μὲν τῶν ἄρτων, ἐγγὺς εἶναι τῶν ἀρίστων, ἢ χειρίστων· ἐνίους δὲ, ἀποκεχωρηκέναι πορρωτέρω· καὶ τινας ἄλλους, ὡς εἴρηται, κατὰ τὸ μέσον ἀμφοῖν τετάχθαι. Καθάπερ οὖν ἐπὶ τοῦ μέλιτος, ὡς ἔμπροσθεν εἰρήκαμεν, οὐχ ἁπλῶς ἀποφαίνεσθαι δεῖν, ἀγαθὸν ἢ φαῦλον εἶναι πρὸς ὑγείαν, ἀλλὰ φλεγματικῇ μὲν φύσει, τουτέστιν ὑγροτέρᾳ τε καὶ ψυχροτέρᾳ τοῦ εὐκράτου χρήσιμον ὑπάρχειν αὐτὸ, κἂν εἰ ψυχροτέρα δὲ μόνον εἴη τις ἄνευ πολλῆς ὑγρότητος, ἢ ὑγροτέρα ἄνευ πολλῆς ψύξεως, οὐ μὴν γε ταῖς θερμαῖς κράσεσιν, οὐδὲ τούτων ἔτι μᾶλλον, ταῖς θερμαῖς τε καὶ ξηραῖς ἁρμόττειν αὐτό· οὕτω καὶ τῶν ἄρτων, ἀθλητῇ μὲν ἐπιτήδειος, ὁ μήτε πάνυ καλῶς ὠπτημένος, μήτε ζύμην ἔχων πολλήν· ἰδιώτῃ δὲ καὶ πρεσβύτῃ, ὁ κάλλιστα μὲν ἐν κλιβάνῳ, ζύμης δὲ, μετέχων πολλῆς· ὁ δέ γε μὴν, τελέως ἄζυμος, οὐδενὶ χρήσιμος. Εἰ δὲ καὶ τυροῦ προσλάβοι, καθάπερ ἐν τοῖς ἀγροῖς παρ' ἡμῖν εἰώθασι σκευάζειν ἑορτάζοντες, οὓς αὐτοὶ προσαγορεύουσιν ἀζύμους, ἑτοίμη βλάβη πᾶσι, κἂν ἰσχυρότατοί τινες ὦσι τὴν ἕξιν τοῦ σώματος, οἷόν περ οἱ γενναιότατοι τῶν θεριστῶν, καὶ τῶν σκαπτόντων εἰσίν· οὗτοι γὰρ ὁρῶνται καὶ τῶν βαρέων ἀθλητῶν, μᾶλλον πέττοντες τοὺς ἀζύμους ἄρτους, ὥσπερ γε, καὶ κρέα βόεια, καὶ τράγεια. τί γὰρ ἔτι δεῖ μεμνῆσθαι προβατείων ἢ αἰγείων, ἐπὶ τούτοις; ἐν Ἀλεξανδρείᾳ δὲ καὶ τὰ τῶν ὄνων κρέα ἐσθίουσιν· εἰσὶ δ' οἳ καὶ τὰ τῶν καμήλων. εἰς γὰρ τὴν πέψιν αὐτῶν συντελεῖ μέν τι καὶ τὸ ἔθος, οὐχ ἥκιστα δὲ καὶ ἡ βραχύτης τῶν προσφερομένων, καὶ ἡ τοῦ σώματος ὅλου κένωσις ἐξ ἀνάγκης ἑπομένη τοῖς δι' ὅλης ἡμέρας ταλαιπωροῦσι κατὰ τὰς οἰκείας ἐνεργείας. ἀναρπάζουσι γὰρ αἱ κεναὶ σάρκες ἐκ τῆς γαστρὸς,

A apud Romanos quidem, vt & apud alios propemodum omnes quibus ipsi imperant, panis quidem purissimus siligineus: qui autem huic est proximus, similaceus nuncupatur: verùm σεμίδαλις quidem Græcum nomen est & antiquum, σιλίγνις verò neque Græcum est, neque ipsum aliter possum exprimere. Inter panes igitur, siligineus plurimum alimentum præstat: post ipsum autem, similaceus: tertio loco medius, qui & confusaneus, & αὐτόπυρος dicitur: quarum post hunc est sordidorum genus, in quibus furfuraceus est postremus, minimúmque omnium nutrit, & omnium maximè per aluum subsidet. B Concoctu autem inter panes sunt facillimi qui plurimum sunt fermentati & pulcherrimè subacti, quique in clibano igne moderato fuerunt assati: nam ignis ardentior primo statim occursu superficiem externam circumurens, in testæ modum indurat, accidítque duplici nomine prauum panem fieri: priori quidem, quòd partem internam habeat crudam atque illaboratam: posteriori verò, quòd externam siccam habeat ac præassatam & testaceam. Porro ignis moderato remissior panem minùs bellè elaborat, sed ipsum crudiorem relinquit, & maximè partem omnem C eius internam. Qui autem in igne moderato, longiore spatio, per totos se ipsos æquabiliter assati fuerint, ij tum bellissimè in ventriculo concoquuntur, tum ad cæteras actiones quæ coctionem consequuntur, fiunt accommodatissimi. Pessimi autem panes ij sunt habendi, quibus nihil memoratorum ante, adest. Quum autem iam fines probitatis & prauitatis in panibus constituerimus, nemo iam est qui non vel tacentibus nobis facilè intelligat alios esse panes qui aut optimis, aut deterrimis sint propinqui, alios porro ab illis longè discedere, tum alios quosdam inter D vtrosque hos locum medium obtinere. Proinde quemadmodum priùs de melle admonuimus non simpliciter esse pronunciandum ipsum salubre esse aut insalubre, sed pituitosæ quidem naturæ, hoc est humidiori, ac frigidiori quàm sit temperata ipsum esse salubre: nec minùs etiam si ea natura tantùm fuerit frigidior sine multa humiditate, aut humidior sine multa frigiditate: calidis autem temperamentis, ac his etiam multo magis calidis, & siccis haudquaquam ipsum conuenire: ita panum quoque is athletæ quidem est accommodus qui neque bellissimè est assatus, neque multum habet fermenti: priuato autem & seni, qui E bellissimè quidem in clibano est assatus, fermenti autem habet multum: porro qui fermento omnino caret, nemini prorsus est accommodus. Quod si casei aliquid insuper addatur (vt rustici apud nos festis diebus solent apparare, eósque panes ipsi vocant azymos, eiusmodi promptè omnes læduntur etiamsi fortissimo sint corporis habitu, cuiusmodi sunt messorum ac fossorum robustissimi: ab his namque faciliùs confici videas panes azymos, vt bubulam etiam, ac hircinam, quàm à grauibus athletis: quid enim iam loquar de ouilla, aut caprina? In Alexandria vero asi- F nina quoque vescuntur: sunt qui & camelina: ad ipsarum enim coctionem nonnihil confert tum consuetudo, tum vero non minimùm earum carnium quæ sumuntur parsimonia: ac denique ipsa totius corporis inanitio quæ illis necessario accidit qui toto die in priuatis operibus sese cōficiunt. Carnes enim inanitæ rapiunt ex ventre succum, non

non modò semicoctum, sed nonnunquam etiam omnino crudum atque incoctum quum cibo sumpto operibus sese reddiderint; ob eamque causam ij grauissimis morbis postea prehenduntur, & ante senectam intereunt. Quæ quum vulgus ignoret, illos ob corporis robur beatos prædicat, quum ea edere & concoquere ipsos videat quæ nemo nostrûm neque edere queat neque coquere. Quòd autem eorum plerique qui laboribus sese confecerunt, à prauis cibis minus lædantur, in causa est quod iis somni sint profundiores, quæ res ad coctiones multum ipsis adfert momenti: quod si ipsos plures ordine noctes insomnes ducere coëgeris, morbo statim corripientur. Illi igitur vnicum hoc ad prauos cibos coquendos habent commodum; athletæ verò alimentis quidem vtuntur optimi succi, sed crassi ac viscosi, illi sanè qui inter ipsos sunt graues, quo nomine palæstritæ potissimùm, nunc verò & pancratiastæ & pugiles ita appellantur. Quum enim id solum eis sit propositum vt ad certamina sese comparent, in quibus interdum totum diem aut luctari, aut intentis viribus certare coguntur, idcirco cibo indigent corruptu ac euaporatu difficili; talis autem est qui succum habet crassum ac viscosum, cuiusmodi potissimùm est cibus ex carnibus suillis, & panibus (vt diximus) apparatis, quibus soli verè athletæ vescuntur. Quod si quis priuatus & haud exercitatus eodem cibo vti voluerit, celerrimè in morbum plenitudinis incidet, quemadmodum si homo vtens exercitationibus, oleribus, ac ptissanæ succo aleretur, totum suum corpus celeriter labefactarit ac confecerit. Porrò, si quis nostrûm panibus illis vtatur, quibus dixi athletas vti, succus ex eis abundabit crassus ac frigidus, qualem propriè crudum succum nominare consueuimus. Est sanè & pituitæ succus crudus & frigidus, non tamen crassus, vt qui humiditatem multam habeat & spiritum flatulentum; crudus autem succus propriè nuncupatus, talis est quale id apparet quod in vrinis subsidet quandoque puri adsimile: verùm pus & graueolens est, & lentum: crudus verò succus crassitie & colore illi duntaxat est similis, quum neque graueolens sit neque lentus. Non tamen febricitantibus quidem ex crudorum humorum copia solis in vrinis subsidet, cuiusmodi dixi, sed & sanis qui post multos exantlatos labores cibos duros ac confectu difficiles esitant. Verùm de aliis quidem postea tractabimus; nunc verò, quoniam de panibus primò statuimus disserere, iis quæ à nobis dicta iam fuerunt, hæc adiiciamus. Omnium quidem optimi sunt clibanitæ, ad eum quem præscripsi modum tum assati, tum ad assationem præparati. Proximi autem ipsis sunt furnacei, eodem videlicet quo prædicti modo præparati: sed quia in profundo non similiter assantur, ob id ab ipsis bonitate superantur. At qui super craticulam, aut cineres calidos, aut foci pauimentum ceu clibanum assantur, praui omnes sunt vt qui inæqualiter se habeant: nam partes ipsorum extimæ supra modum sunt assatæ, intimæ autem crudæ. Cæterùm iis quos propterea quòd cineribus tecti assantur, subcinericios nuncupant, cineres ipsi prauitatem aliquam aspergunt: quapropter omnium panum hos (si ipsis cætera omnia ante pariter adfuerint) quod ad assandi saltem modum attinet, propemodum dixerim esse deterrimos.

A οὐ μόνον ἡμίπεπτον, ἀλλὰ καὶ παντάπασιν ἄπεπτον ἐνίοτε χυμόν, ὅταν ἐπὶ σιτίοις πονῶσι· καὶ διὰ τοῦτο, νόσους χαλεπωτάτας ὕστερον οὗτοι νοσοῦσι, καὶ πρὸ γήρως ἀποθνήσκουσι. καὶ ταῦτα ἀγνοοῦντες οἱ πολλοί, μακαρίζουσιν αὐτῶν τὴν ἰσχὺν τοῦ σώματος, ὁρῶντες ἐσθίοντάς τε καὶ πέττοντας, ἃ μηδεὶς ἡμῶν δύναται προσενέγκασθαι καὶ πέψαι. ἐπεὶ δὲ καὶ τοῖς πολλοῖς ταλαιπωρηθεῖσιν ὕπνοι βαρύτεροι γίγνονται, καὶ τοῦτ' αὐτοῖς μειζόνως πρὸς τὰς πέψεις συντελεῖ, διὰ τοῦθ' ἧττον ὑπὸ τῶν μοχθηρῶν ἐδεσμάτων βλάπτονται· εἰ δ' ἀναγκάσεις αὐτοὺς ἀγρυπνῆσαι πλείοσιν ἐφεξῆς νυξίν, αὐτίκα νοσοῦσιν.
B ἐκεῖνοι μὲν οὖν ἓν τοῦτο μόνον ἀγαθὸν ἔχουσιν εἰς πέψιν τῶν μοχθηρῶν ἐδεσμάτων· οἱ δὲ ἀθληταὶ τροφὰς μὲν εὐχύμους λαμβάνουσιν, ἀλλὰ παχεῖς καὶ γλίσχρας, οἵ γε βαρεῖς αὐτῶν, ὀνομάζουσι δ' οὕτω μάλιστα μὲν τοὺς παλαιστάς, ἤδη δὲ καὶ τοὺς παγκρατιαστάς τε καὶ πύκτας. ἐπεὶ γὰρ ἡ παρασκευὴ πᾶσα πρὸς τοὺς ἀγῶνας αὐτοῖς ἐστιν, ἐν οἷς ἐνίοτε δι' ὅλης ἡμέρας παλαίειν ἢ παγκρατιάζειν ἀναγκάζονται, διὰ τοῦτο δέονται τροφῆς δυσφθάρτου τε, καὶ δυσδιαφορήτου· τοιαύτη δέ ἐστιν ἡ τῶν παχέων, καὶ γλισχρῶν χυμῶν, ὁποία μάλιστά ἐστιν, ἥ τε ἐκ τῶν χοιρείων κρεῶν, καὶ τῶν, ὡς εἴρηται, σκευαστῶν
C ἄρτων οὕσπερ οἱ νομίμως ἀθλοῦντες ἐσθίουσι μόνοι. καὶ εἴπερ ἰδιώτης ἀγύμναστος, ἐν τῇ αὐτῇ τροφῇ διαιτηθείη, νοσήσει τάχιστα νόσημα πληθωρικόν. ὥσπέρ γε καὶ εἰ γυμναζόμενος ἄνθρωπος ἐπὶ λαχάνοις καὶ χυλῷ πτισάνης διαιτῷτο, καταφθείρειεν ἂν ἐν τάχει, καὶ τρυχώσειεν τὸ πᾶν σῶμα. χυμὸς δὲ πλεονάζει, ἐκ τῶν τοιούτων ἄρτων, οἷς ἔφην χρῆσθαι τοὺς ἀθλητάς, εἴ τις ἡμῶν τῶν πολλῶν ἐσθίει, γίνεται παχὺς καὶ ψυχρός, ὁποῖον ἰδίως ὀνομάζειν εἰθίσμεθα τὸν ὠμὸν χυμόν. ἔστι μὲν οὖν καὶ τοῦ φλέγματος χυμὸς ὠμός τε καὶ ψυχρός, ἀλλ' οὐ παχύς, ὡς ἂν ὑγρότητά τε πολλὴν ἔχων καὶ
D πνεῦμα φυσῶδες· ὁ δ' ὠμὸς χυμὸς ἰδίως ὀνομαζόμενος, τοιοῦτός ἐστιν, ὁποῖον φαίνεται τὸ τοῖς οὔροις ὑφιστάμενον ἐνίοτε πύῳ παραπλήσιον, ἀλλὰ δυσῶδες μέν ἐστι, καὶ γλίσχρον τὸ πύον, ὁ δ' ὠμὸς ἔοικεν αὐτῷ κατά τε τὸ πάχος, καὶ τὴν χρόαν μόνον, οὔτε δυσώδης ὤν, οὔτε γλίσχρος. οὐ μὴν τοῖς γε πυρέττουσιν ἐξ ὠμῶν πλήθους, μόνοις ὑφίσταται τοῖς οὔροις, ὁποῖον εἶπον, ἀλλὰ τοῖς ὑγιαίνουσιν ὅσοι ταλαιπωρούμενοι, σιτία σκληρὰ καὶ δυσκατέργαστα προσφέρονται. περὶ μὲν οὖν τῶν ἄλλων αὖθις εἰρήσεται, περὶ δὲ τῶν ἄρτων, ἐπεὶ περὶ τούτων προὔκειτο πρῶτον ἡμᾶς δι-
E ελθεῖν, εἴπωμεν ἤδη πρὸς τοῖς προειρημένοις, καὶ ταῦτα. Κάλλιστοι μὲν, αὐτῶν εἰσιν οἱ κλιβανῖται, καθ' ὃν εἴρηται τρόπον ὠπτημένοι τε, καὶ προπαρεσκευασμένοι πρὸς τὴν ὄπτησιν. ἐφεξῆς δὲ αὐτῶν, οἱ ἰπνῖται, τὴν αὐτὴν ἐσχηκότες δηλονότι παρασκευήν. ἐπεὶ δ' οὐχ ὁμοίως ὀπτῶνται τὰ διὰ βάθος τοῖς κλιβανίταις, διὰ τοῦτο αὐτῶν ἀπολείπονται. οἱ δ' ἐπὶ τῆς ἐσχάρας ὀπτηθέντες, ἢ κατὰ θερμὴν τέφραν, ἢ τοῦ τῆς ἑστίας ὀστράκου, καθάπερ κλιβάνῳ κεχρημένοι, μοχθηροὶ πάντως εἰσίν, ἀνωμάλως διακείμενοι· τὰ μὲν γὰρ ἐκτὸς αὐ-
F τῶν, ὑπερώπτηται, τὰ δὲ διὰ βάθους, ἔστιν ὠμά. τοῖς δὲ ἐγκρυφίαις ὀνομαζομένοις, ὡς ἀπὸ τοῦ κατὰ τὴν τέφραν ἐγκρυβέντας ὀπτᾶσθαι, προσδίδωσί τι καὶ ἡ τέφρα μοχθηρόν· ὥστε κινδυνεύουσιν οὗτοι ἁπάντων ἄρτων εἶναι χείριστοι, κατά γε τὴν τῆς ὀπτήσεως ἰδέαν, ἐπὶ πᾶσιν τοῖς ἄλλοις ὡσαύτως, καὶ προϋπάρχουσιν.

δεῖ γὰρ ἑκάστοτε, περὶ τῶν προκειμένων ἀκούειν οὕτως, ὡς κατ' ἐκεῖνα μόνον ἐξηλλαγμένων, τῶν παραβαλλομένων ἀλλήλοις. ὡς εἴ γε κατὰ πολλοὺς τρόπους διαφέροντα παραβάλλοιτο, τὰ καθ' ἕκαστον αὐτῶν ἴδια λελεγμένα, πάντα ἕξουσιν ἠθροισμένα. περὶ μὲν τῆς οὖν κατὰ ἄρτους διαφορᾶς, αὐτάρκως εἴρηται.

A Oportet enim semper ea de quibus agitur ita accipere, vt quæ inter se comparantur, in illis duntaxat de quibus agitur, mutuò dissideant; quandoquidem si quæ pluribus inter se modis discrepant contuleris, quæ de singulis ipsis membratim & seorsim dixeris, ea omnia collecta habebunt. De panum igitur differentia abundè dictum est.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Γ'.

Περὶ πεμμάτων, ἤτοι πυρίνου.

B Περὶ δὲ τῶν ἄλλων πεμμάτων, ὅσα σκευάζουσιν ἐξ ἀλεύρου πυρίνου, καιρὸς ἂν εἴη λέγειν. οἱ μὲν οὖν ταγηνῖται, παρὰ τοῖς Ἀττικοῖς ὀνομαζόμενοι, παρ' ἡμῖν δὲ τοῖς κατὰ τὴν Ἀσίαν Ἕλλησι τηγανῖται, σκευάζονται δι' ἐλαίου μόνου. βάλλεται δὲ τὸ μὲν ἔλαιον μόνον εἰς τήγανον ἐπικείμενον ἀκάπνῳ πυρί, καταχεῖται δὲ αὐτῷ θερμανθέντι, τὸ τῶν πυρῶν ἄλευρον, ὕδατι δεδευμένον πολλῷ. διὰ ταχέων οὖν ἑψόμενον αὐτῷ ἐλαίῳ συνίσταται, καὶ παχύνεται, παραπλησίως ἁπαλῷ τυρῷ, τῷ κατὰ τοὺς ταλάρους πηγνυμένῳ. τηνικαῦτα δὲ ἤδη καὶ στρέφουσιν αὐτὸ οἱ σκευάζοντες, αὐτοῦ τὴν μὲν ἄνωθεν ἐπιφάνειαν ἐργαζόμενοι κάτωθεν, ὡς ὁμιλεῖν τῷ τηγάνῳ· τὸ δ' αὐτάρκως ἑψημένον, ὃ κάτωθεν ἦν πρότερον, εἰς ὕψος ἀνάγοντες ὡς ἐπιπολῆς εἶναι, κἀπειδὰν ἤδη καὶ τὸ κάτω παγῇ, στρέφουσιν αὖθις αὐτό, δίς που καὶ τρίς, ἄχρι περ ἂν ὅλον ὁμαλῶς αὐτοῖς ἑψῆσθαι δόξῃ. εὔδηλον οὖν ὅτι παχύχυμόν γε τοῦτ' ἐστι, καὶ σταλτικὸν γαστρός, καὶ χυμῶν ὠμῶν γεννητικόν. διὸ καί τινες αὐτῷ μιγνύουσι μέλιτος. ἔνιοι δὲ καὶ τῶν θαλασσίων ἁλῶν. εἴη δ' ἂν ἤδη τοῦτό γε πλακοῦντός τι γένος, ἢ εἶδος, ἢ ὅπως ἂν ὀνομάζειν ἐθέλοις, ὥσπερ καὶ ἄλλα τινὰ πλακούντων εἴδη συντιθέασιν αὐτοσχεδίως, οἵ τε κατ' ἀγρὸν ἄνθρωποι, καὶ τῶν κατὰ πόλιν οἱ πενέστατοι. τοιγαροῦν καὶ ὅσα διὰ κλιβάνου τῶν ἀζύμων πεμμάτων ὀπτῶσιν, εἶτ' ἀφελόντες ἐμβάλλουσιν εὐθέως εἰς μέλι θερμόν, ὡς δέξασθαι δι' ὅλων ἑαυτῶν αὐτό, καὶ ταῦτα πλακοῦντός τι γένος ἐστίν, καὶ τὰ διὰ τῶν ἰτρίων σκευαζόμενα μετὰ μέλιτος πάντα.

CAPVT III.

De Placentis, quæ ex farina triticea fiunt.

DE aliis autem placentis, quæ ex triticea farina parantur, dicere nunc fuerit opportunum. Ergo quos Attici quidem ταγηνίτας, non autem Græci, qui Asiam colimus, τηγανίτας, appellamus, parantur ex solo oleo. Oleum quidem solum in sartaginem igni fumi experti impositam iniicitur; quod vbi incaluerit, triticea farina multa aqua imbuta ei affunditur; quæ celeriter, dum cum ipso oleo coquitur, cogitur, ac densatur instar casei teneri in calatho concrescentis, tunc autem iam ipsam vertunt, superficiem quidem ipsius superiorem infra constituentes, vt ipsa sartaginem etiam tangat, quod C verò prius erat inferius, quodque abundè iam est coctum, sursum in sublime tollentes, vt iam sit in superficie: & quum iam quod modò infra est, concreuerit, postea vertunt ipsam bis fortè, aut ter, quoad tota placenta æqualiter ipsis cocta videatur. Perspicuum igitur est, quod ipsa quidem crassi est succi, quodque ventrem cohibet, & succos crudos gignit; quapropter & à quibusdam mellis quidpiam ei admiscetur; sunt qui & salem marinum miscent. Fuerit autem iam id quidem placentæ genus D quoddam; aut species, aut quocunque modo appellare libeat: quemadmodum, & alias quasdam placentarum species, tum rustici homines, tum vrbanorum pauperrimi, ex tempore componunt. Itaque placentæ azymæ quas in clibano assant, atque mox, quàm extractæ sunt, in mel calidum, vt id in totas sese recipiant, iniiciunt, placentæ etiam sunt genus quoddam; præterea omnia, quæ cum melle ex itriis apparantur.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Δ'.

Περὶ ἰτρίων διαφόρως σκευαζομένων.

Διττὸν δὲ τῶν ἰτρίων τὸ εἶδος. ἄμεινον μὲν ὃ καλοῦσι ῥυήματα. φαυλότερα δὲ τὰ λάγανα· πάντα οὖν ὅσα διά τούτων τε καὶ σεμιδάλεως συντίθεται, παχύχυμά τέ ἐστι, καὶ βραδύπορα, καὶ τῶν καθ' ἧπαρ διεξόδων τῆς τροφῆς, ἐμφρακτικά, καὶ σπληνὸς ἀσθενοῦς αὐξητικά, καὶ λίθων ἐν νεφροῖς γεννητικά. τρόφιμα δὲ ἱκανῶς, εἰ πεφθείη τε, καὶ καλῶς αἱματωθείη. τὰ δὲ σὺν μέλιτι σκευαζόμενα, μικτῆς γίνεται δυνάμεως. ὡς ἂν τοῦ μέλιτος αὐτοῦ λεπτὸν ἔχοντα χυμόν· ὅσοις τ' ἂν ὁμιλήσῃ, καὶ ταῦτα λεπτυνόντα. εἰκότως οὖν ὅσα μέλιτός τε πλεῖον ἐν τῇ σκευασίᾳ προσείληφε, καὶ τὴν ἕψησιν ἔσχηκε μακροτέραν, ἧττόν τ' ἐστὶ βραδύπορα, καὶ μικτὸν χυμὸν γεννᾷ ἐκ λεπτοῦ τε, καὶ παχέος,

E

CAPVT IV.

De varia Itriorum compositione.

DVplex autem est Itriorum species, præstantior quidem quàm rhyemata, deterior verò quàm lagana appellant. Igitur omnia quæ ex his ac similagine componuntur, crassi sunt succi, & tardè permeant, iecorisque meatus, per quos fertur alimentum, obstruunt, lienis imbecillitatem augent, calculos denique in renibus gignunt; quod si cocta bellè fuerint, atque in sanguinem mutata, admodum nu- F trient. Quæ verò cum melle parantur, mixtam habent facultatem: quum enim mel ipsum succum habeat tenuem, & ea quibuscum miscetur, tenuet, factum merito est, vt quæ mel copiosius, dum parantur, assumpserint, quæque diutiùs cocta fuerint, & minus tardè permeent, succúmque ex tenui, & crasso mixtum generent; iecori

iecori verò, renibus & lieni, in rectè quidem habétibus magis, quàm ea quæ sine melle parata sunt conducant; in iis verò, qui obstructionis principium habent, aut inflammatione, aut scirrho sunt obsessi, nihil minùs, quam illa noceant, nonnunquam etiam longè grauiùs, & multò omnium maximè, quorum farina fuerit admodum lenta; succus namque qui ex iis proueniet, non modò propter crassitiem ferri prorsum inhibetur, verùm etiam intrinsecus angustis vasorum finibus circumfixus adeo impingitur, vt haud facilè solui queat; atque ita viscus læsum iis, qui ita sunt affecti, sensum põderis exhibet, ciborum, ac potuum tenuãtium ope indigens. Scripsimus autem alibi vno libro De victu attenuante. Nihil tamen eorum, quæ ita sunt parata, neque thoracem, neque pulmonem offendunt. Verùm de eduliis quidem quæ crassum, ac lentum succum generant, alio loco postea disseremus; sermo autem qui nunc in manibus est, postulat, vt quum alia quę hactenus exposuimus, memoria teneas, tum inter ea omnium potissimum, panũ facultatem, quòd eis assiduè vtamur; nec sanè obfuerit, quæ de ipsis diximus, summatim repetere. Optimus certè panis ac saluberrimus fuerit homini, neque iuueni, neque exercitationibus dedito, qui tum salis, tum fermenti habet plurimum, quique plurimum ab artifice, antequam formetur, & assetur, sit subactus & (vt supra diximus) in clibano mediocriter calido assatus. Modum verò fermenti, ac salis gustu iudicato; quod namque in largiori horum mixtura iam offendit, prauum. Quatenus igitur gustus nullum adhuc sensum tristem ex ea mistura percipit, eatenus ipsorum copiam augere præstiterit.

A ἥπατι δὲ, καὶ νεφροῖς, καὶ σπληνὶ, τοῖς μὲν ὑγιαίνουσιν, ἀμείνω τῶν χωρὶς μέλιτος σκευασθέντων, ἐμφράξεως δὲ ἀρχὴν ἔχουσιν, ἢ φλεγμαίνουσιν, ἢ σκιρρουμένοις, οὐδὲν ἧττον ἐκείνων, ἀλλ' ἔστιν ὅτε καὶ μᾶλλον βλαβερὰ, καὶ πολλῷ μάλιστα πάντων, ὧν γλίσχρον ἱκανῶς ἐστὶ τὸ ἄλευρον. ὁ γὰρ ἐξ αὐτῶν χυμὸς, οὐ μόνον ἰσχόμενον ξένον τὴν πρόσω διὰ πάχος κωλύεται, ἀλλὰ καὶ περιπλαττόμενος ἔνδοθεν τοῖς στενοῖς πέρασι τῶν ἀγγείων, ἐμφράττεται δυσαπολύτως. καὶ βάρους γε τὸ βλαβὲν οὕτω σπλάγχνον, αἴσθησιν ἐργάζεται τοῖς πάσχουσι, τῆς ἐκ τῶν λεπτυνόντων ἐδεσμάτων τε καὶ πομάτων ἐπικουρίας δεόμενον. εἴρηται δὲ ἑτέρωθι, καθ' ἓν γράμμα, περὶ τῆς λε-
B πτυνούσης διαίτης. θώρακα γε μὴν οὐδὲν, οὐδὲ πνεύμονα βλάπτει τῶν οὕτως σκευασθέντων. ἀλλὰ περὶ μὲν τῶν τὸ παχὺ, καὶ γλίσχρον χυμὸν γεννώντων ἐδεσμάτων, εἰρήσεται καὶ αὖθις. ὁ δὲ νῦν ἐνεστηκὼς λόγος ἀξιοῖ σε τά τ' ἄλλα διὰ μνήμης ἔχειν, ἃ μέχρι δεῦρο διῆλθον, καὶ μάλιστα πάντων αὐτῶν τὰ περὶ τῆς τῶν ἄρτων δυνάμεως, ἐπεὶ διὰ παντὸς αὐτοῖς χρώμεθα, καὶ χεῖρον γε οὐδὲν ἀναλαβεῖν τὰ κεφάλαια τῶν ἐπ' αὐτοῖς ῥηθέντων. ἄριστος μὲν οὖν ἐστιν ἄρτος εἰς ὑγείαν ἀνθρώπῳ, μήτε νέῳ, μήτε γυμναζομένῳ, ὁ πλεῖστον μὲν ζύμης ἔχων, πλεῖστον δὲ ἁλῶν. ἐπὶ πλεῖστον δὲ ὑπὸ τοῦ τεχνίτου,
C πρὶν πλάσασθαι καὶ ὀπτᾶσθαι, κατειργασμένος, ὠπτημένος τε ἐν κλιβάνῳ συμμέτρως θερμῷ, καθ' ὅτι πρόσθεν εἴρηται. κρίσις μὲν οὖν τοῦ πλείστου κατὰ τὴν ζύμην, καὶ τοὺς ἅλας ἡ γεῦσις ἔστω σοι. τὸ γὰρ ἤδη λυποῦν ἐν τῇ τούτων πλείονι μίξει, μοχθηρόν. εἰς ὅσον οὖν ἡ γεῦσις οὐδέπω γνωρίζει τῆς ἐκ τῆς μίξεως ἀηδίας, εἰς τοσοῦτον βέλτιόν ἐστιν αὐξάνειν αὐτῶν τὸ πλῆθος.

CAPVT V.

De Pane loto interpretatio.

Porrò qui panis abluendi rationem excogitarunt, minoris sanè alimenti cibum, sed qui ab obstructionis noxa absit, quoad licet maximè inuenerunt; siquidem panis hic succum habet minimum crassum, ac lentum, vt qui ex terrestri aëreus sit factus. Eius porrò leuitas apparet, cùm per stateram, tum quod in aqua non submergatur, sed instar suberis supernatet. Cæterùm id edulium, quod ruri apud nos coquunt, quòd ex multa triticea farina lacti mista constat, scito ex iis esse, quæ intus obstruunt. Vt igitur cibi huiusmodi omnes boni sunt succi, & multi alimenti, ita eos, qui ipsis assiduè vtuntur lædunt obstructiones in hepate patientes, & in renibus calculos gignentes. Quum enim humor crudus lentorem assumpsit, & transitus per renes quibusdam natura sint angusti, ibi quod crassissimum est, ac maximè lentum, diutius moratum, tophum promptè gignit; cuiusmodi in vasis, in quibus aquam calefacimus, accrescit, aut ad saxa affigitur in plerisque aquis calidis sponte nascentibus; confert autem ad id maximè renum ipsorum temperamentum, quando ipsorum calor acris fuerit, ac velut igneus. Ex eo autem genere sunt & tophi, qui in arthriticis generantur; fluit enim semper, quod in corpore redundat, in partes imbecillimas. pro suáque ipsius natura in ipsis affectum excitat. Cæterùm quum postea de lacte agemus, de omni ipsius vsu trademus, quemadmodum certè, & de cibis incrassantibus; quandoquidem, & alia quædam sunt, quæ eam habent facultatem.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ε'.

Περὶ πλυτοῦ ἄρτου ἑρμηνεία.

D Ὅσοι δὲ τὸν πλυτὸν ἄρτον ἐπενόησαν σκευάζειν, ἀτροφώτερον μὲν εὗρον ἔδεσμα, πεφευγὸς δ' ὡς οἷόν τε μάλιστα, τὴν ἐκ τῆς ἐμφράξεως βλάβην. ἥκιστα γὰρ ὁ ἄρτος οὗτος ἔχει τὸ παχὺ καὶ γλίσχρον, ὡς ἀεροειδέστερος αὐτὸς γεωδεστέρου γεγονώς. ὁρᾶται δ' ἡ κουφότης αὐτοῦ, διά τε τοῦ σταθμοῦ, κἀκ τοῦ μὴ δύεσθαι καθ' ὕδατος, ἀλλ' ἐποχεῖσθαι δίκην φελλοῦ. ἑψόντων δὲ παρ' ἡμῖν ἐν τοῖς ἀγροῖς πολὺ ἄλευρον πυροῦ μετὰ γάλακτος, ἰστέον καὶ τοῦτο τὸ ἔδεσμα τῶν ἐμπλαττόντων ὑπάρχειν. ὥσπερ οὖν εὔχυμά τε, καὶ θρέψιμα πάντα
E ἐστὶ τὰ τοιαῦτα τῶν ἐδεσμάτων, οὕτω βλάπτει τοὺς διηνεκῶς αὐτοῖς χρωμένους, ἐμφράξεις τε ποιοῦντα καθ' ἧπαρ, καὶ λίθους ἐν νεφροῖς γεννῶντα. τοῦ μὲν γὰρ ὠμοῦ χυμοῦ προσλαβόντος τὸ γλίσχρον, ὅταν αἱ κατὰ τοὺς νεφροὺς διέξοδοι στενότεραι τισὶν ὑπάρχουσι φύσει, χρονίζον αὐτόθι τὸ παχύτατόν τε, καὶ γλίσχρον ἕτοιμόν ἐστι γεννῆσαι πῶρον, ὁποῖος τοῖς ἀγγείοις, οἷς τὸ ὕδωρ θερμαίνομεν, ἐπιτρέφεται. καὶ τοῖς λίθοις πεπήγασι κατὰ πολὺ τῶν αὐτοφυῶν ὑδάτων θερμῶν, συντελεῖ δὲ εἰς τοῦτο μάλιστα, καὶ ἡ τῶν νεφρῶν αὐτῶν κρᾶσις, ὅταν οἷον πυρώδες τε καὶ δριμὺ, τὸ κατ' αὐτοὺς ᾖ θερμόν. ἐκ τούτου δὲ τοῦ
F γένους εἰσὶ, καὶ οἱ τοῖς ἀρθριτικοῖς γεννώμενοι πῶροι. ῥεῖ γὰρ ἀεὶ τὸ περιττὸν ἐν τῷ σώματι πρὸς τοὺς ἀσθενεστάτους τόπους. ἐργάζεταί τε ἐν αὐτοῖς πάθος κατὰ τὴν αὐτοῦ φύσιν. εἰρήσεται δὲ αὖθις, ἐν τῷ περὶ γάλακτος λόγῳ περὶ πάσης αὐτοῦ τῆς χρήσεως, ὥσπερ γε, καὶ ἐπὶ τῶν παχυνόντων ἐδεσμάτων, ἐπειδὴ καὶ ἄλλα τινὰ τῆς τοιαύτης ἐστὶ δυνάμεως.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ς'.

Περὶ χόνδρου.

ΤΟ δ' ἴδιον τῶν πυρῶν ἐστιν ὁ χόνδρος ἱκανῶς εὔτροφόν τε, καὶ γλίσχρον ἔχων χυμὸν, ἐάν τε ἐν ὕδατι μόνον ἑψηθὲν λαμβάνηται δι' οἰνομέλιτος, ἢ οἴνου γλυκέος, ἢ καὶ στύφοντος. ἴδιος γὰρ ἕκαστος καιρὸς τῆς χρήσεως, ἐάν τε τρωνθὲν μετ' ἐλαίου, καὶ ἁλῶν. ἐμβάλλεται δέ ποτε, καὶ ὄξος αὐτῷ. καὶ καλοῦσιν οἱ ἰατροὶ, τὸν κατασκευασθέντα τοῦτον χόνδρον, πτισάνης γεγονέναι τὴν ἄρτυσιν. ἔνιοι δὲ ἐκ χόνδρου πτισάνης τετράφθαι φασὶ τὸν κάμνοντα. τῶν παλαιῶν δὲ ἔνιοι, καθάπερ Διοκλῆς καὶ Φιλότιμος ὀνομάζουσιν, πτισάνην πυρίνην τὸν οὕτως ἐσκευασμένον χόνδρον, διὰ τοῦτο καὶ τὸ ὄνομα αὐτοῦ σπάνιόν ἐστι παρὰ τοῖς παλαιοῖς. ὥσπερ, καὶ τὸ τοῦ σιτανίου· τῇ γὰρ κοινῇ προσηγορίᾳ τὸν πυρὸν ὀνομάζουσιν αὐτόν. εἴρηται δὲ ἐν τῷ περὶ διαίτης Ἱπποκράτους, τοὺς ἐκ τοῦ χόνδρου κατασκευαζομένους ἄρτους, τροφιμωτάτους μὲν εἶναι, διαχωρεῖν δὲ ἧττον. εἴρηται δὲ, ὅτι σεμίδαλις, καὶ χόνδρος ἑφθὸς, ἰσχυρὰ καὶ τρόφιμα. φυλάττεσθαι δὲ τοίνυν προσήκει, καὶ τούτου τὴν πολλὴν χρῆσιν. καὶ τοῦτο οἷς εὐέμφρακτόν ἐστι τὸ ἧπαρ, ἢ νεφροὶ πρὸς τὸ γεννῆσαι λίθους ἐπιτήδειοι. μάλιστα δὲ προσέχειν τὸν νοῦν τοῖς σκευαζομένοις ῥοφήμασιν ἐκ τοῦ καλουμένου πλυτοῦ χόνδρου. χυλὸς μὲν γάρ ἐστιν οὗτος αὐτοῦ μεμιγμένος ὕδατι, πλείστης δὲ ἑψήσεως δεόμενος. ἐξαπατᾷ μὲν τοὺς σκευάζοντας, ὡς αὐτάρκως ἑψημένος. οὐ μικρῶς δὲ βλάπτει τοὺς νοσοῦντας, οἷσπερ δὴ καὶ παρασκευάζουσιν αὐτόν. ἐν τάχει γὰρ συνίσταται, καὶ παχύνεται, διὰ τὸ κολλῶδες εἶναι, χρὴ τοίνυν ὕδατι πολλῷ μιγνύντας ἐπ' ἀνθράκων ἕψειν, ἐπὶ πλεῖστον κινοῦντας, ἄχρις ἂν ἀκριβῶς ἑψηθῇ. τηνικαῦτα δὲ ἐπεμβάλλειν ἤδη, καὶ τῶν ἁλῶν. τὸ δὲ ἔλαιον, εἰ καὶ κατ' ἀρχὴν εὐθέως ἐπιμίξεις, οὐδὲν βλάπτει. ἀλλὰ τοῦτο μὲν ἐν παρέργῳ λελέχθω θεραπευτικῇ προσῆκον, οὐ τῷ νῦν ἐνεστῶτι πράγματι. τοῖς δ' ὑγιαίνουσιν, ὅταν ποτὲ κατὰ δῆξιν σφοδρὰν γαστρὸς, ἢ χολωδῶν πολλῶν διέξοδον, ἤ τι τοιοῦτο, δεηθῶσι ῥοφήματος. ἕψοντας ἄχρι πλείστου τὸν χόνδρον, ὡς γενέσθαι τακερὸν, εἶτα τρωνήσαντας, εἶτα ταράξαντας ὡς ὁμοιωθῆναι πτισάνης χυλῷ διηθημένῳ, τηνικαῦτα διδόναι ῥοφεῖν. ἡ δ' ἄρτυσις ἡ αὐτὴ, τῷ πλυτῷ τῷ χόνδρῳ.

CAPVT VI.

De Alica.

ALica ex genere est tritici, valentérque nutrit, succumque lentum habet, siue in aqua duntaxat coctam, cum mulso, aut vino dulci, aut etiam adstringente (nam his quoque suo proprio tempore vtimur) siue cum oleo, saléque frixam sumas. Nonnunquam autem, & acetum illi iniicitur, atque præparatam eo modo alicam, medici ptisanæ confectionem fuisse dictitant; quidam autem dicunt ex alicæ ptisana ægrotum fuisse cibatum; veterum verò nonnulli, vt Diocles, & Philotimus, ptisanam triticeam, alicam hoc modo structam appellitant. Quapropter eius nomen apud antiquos est rarum, quemadmodum & nomen sitanij; ipsum enim communi appellatione triticum nuncupant. Dictum porrò est in libro Hippocratis De ratione victus panes ex alica factos plurimi esse alimenti, sed minùs subsidere; præterea similaginem, & alicam coctam valentis, ac multi esse alimenti: proinde vsum huius multum vitare conuenit, eisque potissimum, quibus iecur facilè obstruitur, aut renes calculis gignendis sunt appositi. Maximè præterea intentos esse conuenit iis sorbitionibus, quæ ex alica lota nuncupata parantur, succus namque ipsius hic est aquæ commixtus, qui quum coctionem postulet purimam, præparantibus quidem ipsum, quasi satis coctus sit imponit; ægrotos verò, quibus ipsum parant, lædit nonminimùm, celeriter enim quòd instar glutinis sit lentus concrescit, ac densatur. Oportet igitur ipsum multa aqua admixtum super carbones coquere, plurimùm mouendo, quoad exactè coctus fuerit, tum verò salis quidpiam etiam iniicere, oleum autem etiam si initio statim immiscueris, nihil fuerit incommodi. Sed id quidem obiter sit dictum; ad medendi enim rationem, non ad præsens institutum pertinet. Quòd si quando sani ob vehementem ventris mordicationem; siue ob biliosi humoris multi transitum, siue ob aliud id genus, sorbitione eguerint, iis alicam plurimum coctam, vsque dum extabuerit, deinde colatam atque ita comparatam, vt ptisanæ succo colato sit persimilis, sorbendam tunc exhibeto. Eadem autem lotæ alicæ parandæ est ratio.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ζ'.

Περὶ πυρῶν ἑψομένων ἐν ὕδατι.

ΕΙ μὴ καὶ αὐτὸς ἔφαγόν ποτε πυροὺς ἐν ὕδατι ἑψημένους, οὐκ ἂν ἤλπισά τινα χρείαν γενέσθαι τῆς ἐδωδῆς αὐτῶν. οὔτε γὰρ ἐν λιμῷ τις ἐπὶ τοιαύτην ἂν ἀφίκοιτο χρῆσιν, ἐνὸν εἴπερ εὐπορεῖ πυρῶν, ἄρτους ἐξ αὐτῶν ποιήσασθαι. παρὰ δεῖπνον δ' ἢ καθάπερ ἐρεβίνθους ἑφθούς τε καὶ φρυκτοὺς ἐσθίουσιν, ἐν χρείᾳ τῶν καλουμένων τραγημάτων, ἄλλα τέ τινα σπέρματα τὸν αὐτὸν τρόπον σκευάζοντες, οὕτως οὐδεὶς προσφέρεται πυρὸν ἑφθόν. διὰ ταῦτα μὲν οὖν οὐδ' ἂν ἤλπισά τινα πυρὸν ἑφθὸν ἐδηδοκέναι. ἐπεὶ δὲ καὶ αὐτὸς ἐγὼ, πορευθείς ποτε εἰς ἀγρὸν οὐκ ἐγγὺς τῆς πόλεως ὄντα, μετὰ δυοῖν μειρακίοιν τὴν αὐτὴν ἡλικίαν ἀγόντων ἐμοὶ, κατέλαβον ἤδη δεδειπνηκότας τοὺς ἀγροίκους, καὶ μελλούσας ἀρτοποιεῖσθαι τὰς γυναῖκας. ἠπόρουν γὰρ ἄρτου, παραχρῆμα τις αὐτῶν ἐμβαλὼν εἰς χύτραν

CAPVT VII.

De Tritico in aqua elixo.

NIsi ipse aliquando triticum in aqua elixum comedissem, nunquam aliquem eius vsum in cibo esse credidissem; neque enim fame grassante, ad hunc vtendi modum quis accesserit, quum suppetente tritico panem ex eo facere possit, in cœna verò quemadmodum elixum frixúmve cicer, & alia quædam semina similiter parata, pro tragematibus, quæ vocant, sumuntur, ita triticum elixum à nemine sumitur; ob eas sanè causas nunquam credidissem quempiam triticum elixum esitasse. Quum autem & ipse aliquando rus procul ab vrbe cum duobus adolescentibus meis coætaneis profectus rusticos iam cœnatos deprehendissem, & mulieres sese, vt panem facerent, accingere, (pane enim carebant) vnusque ex ipsis repente triticum

triticum in ollam coniectum coxisset, deinde sale mediocri conditum, vt ederemus esset hortatus, (cogebamur autem id facere, vt par est, qui nimirum iter confeceramus, atque esuriebamus;) abundè certè comedimus, pondus tamen in ventriculo sensimus, vt lutum ipsi incumbere videretur. Et quum postero die non coxissemus, totum diem cibum ita fastidiuimus, vt nihil edere potuerimus, præterea flatulento spiritu eramus pleni, capútque dolebat, & oculi caligabant; neque enim per aluum quicquam excreueramus, quod vnicum in cruditatibus est remedium. Rogabam igitur rusticos, num & ipsi aliquando elixum triticum edissent; tum quonam pacto fuissent ab illo affecti, illi verò & esitasse frequenter, eadem qua nos necessitate compulsos responderunt, triticúmque ita præparatum graue & concoctu difficile esse edulium: quod sanè vel citra experimentum colligi facilè poterat. Quando enim ne ipsius quidem sumpta farina (vt ante retulimus) concoctu sit facilis, nisi per salem, fermentum, misturam, triturationem, clibanúmque elaborata fuerit, quis non intelligat illaboratum triticum esse contumacissimum? Vires tamen triticum habet magnas, si sic sumptum concoquatur, nutritque validè corpus, ac robur insigne iis, qui ipso vsi fuerint conciliat.

CAPVT VIII.

De Amylo.

AMylum ex tritico conficitur, partes exasperatas læuigandi vim obtinens, quæ substantiis omnibus consistentia siccis est communis, quæ neque astrictionem, neque acrimoniam, neque aliam quamuis facultatem habent insignem; quas substantias iure qualitatis, quæ sensu deprehendi queat, expertes, appellant, qualis inter humidas substantias est aqua. Cæterùm amylum similem panibus lotis, habet facultatem; minus enim his non lotis corpori præbet alimentum, & non calefaciens, veluti neque calefaciunt etiam illi, quum cæteri panes calefaciant. Quòd verò ad triticum in aqua elixum attinet; cum eo amylum ne conferendum quidem est, quum palàm id tum calefaciat, tum valenter nutriat, si concoctum fuerit: quum tamen, vt diximus difficile concoquatur.

CAPVT IX.

De Hordeo, & ptisana.

HOc item semen in vsu frequenti apud homines est, quod non eandem cum tritico habet facultatem, siquidem illud palàm calefacit; hoc verò non modò non calefacit (quomodo nonnulla, quæ in medio sunt calefacientium & refrigerantium, vt amylum, & panis lotus) sed quoquo modo ipso vtare, siue panes ex ipso feceris; siue ptisanam coxeris, siue polentam feceris; vim quandam refrigerandi habere cernitur. Dissidet præterea à tritici natura, succi specie, quam vtrumque ipsorum gignere consueuit; siquidem triticum, crassum, ac lentum; hordeum autem, tenuem, & nonnihil detersorium succum in nobis gignit. Quoquo igitur modo hordeum parueris, nunquam corpus calefacit, sed

A πυροὺς ἥψησεν, εἶθ' ἡδύνας ἁλσὶ μετρίοις, ἐσθίειν ἡμᾶς ἠξίωσεν. ἐμέλλομεν δὲ, ὡς τὸ εἰκὸς, αὐτὸ ποιήσειν, ὡδοιπορηκότες τε, καὶ πεινῶντες. ἐφάγομέν τε οὖν αὐτῶν δαψιλῶς, ἠσθανόμεθά τε κατὰ τὴν γαστέρα βάρους, ὡς δοκεῖν ἐγκεῖσθαι πηλὸν αὐτῇ. καὶ κατὰ τὴν ὑστεραίαν ἀπεπτηκότες, ἀνόρεκτοι δι' ὅλης ἡμέρας ἦμεν, ὡς μηδὲν δύνασθαι προσενέγκασθαι, καὶ πνεύματος φυσώδους μεστοὶ, κεφαλαλγεῖς τε, καὶ βλέποντες ἀχλυώδες, οὐδὲ γὰρ ὑπεχώρει τι κάτω, ὃ μόνον ἐστὶν ἄκος ἐπὶ ταῖς ἀπεψίαις. ἠρώτων οὖν τοὺς ἀγροίκους, εἰ καὶ αὐτοί ποτε πυρὸν ἑφθὸν ἔφαγον, ὅπως διετέθησαν. οἱ δὲ καὶ πολλάκις ἐληδοκέναι κατὰ τὴν αὐτὴν ἀνάγκην ἔφασαν, ἣ καὶ νῦν ἡμεῖς συνηνέχθημεν, εἶναί τε βαρὺ, καὶ δύσπεπτον ἔδεσμα τοὺς οὕτω σκευασθέντας πυρούς, ὧν δέ γε τοῦτο, καὶ μὴ πειραθέντας λογίσασθαι πρόδηλον. ὅπου γὰρ οὐδὲ τὸ ἄλευρον αὐτῶν ἐσθιόμενον, ὡς εἴπομεν ἔμπροσθεν, εὔπεπτόν ἐστιν, εἰ μὴ κατεργασθείη δι' ἁλῶν, καὶ ζύμης, καὶ φυράσεως, καὶ τρίψεως, καὶ κλιβάνου, πῶς οὐκ ἄν τις ἐννοήσειεν τοὺς ἀκατεργάστους ἰσχυροτάτους εἶναι; δύναμίν γε μὴν ἔχουσι μεγάλην, εἰ πεφθεῖεν οἱ οὕτω βρωθέντες πυροί, καὶ τρέφοντες ἰσχυρῶς τὸ σῶμα, καὶ ῥώμην ἐπίσημον παρεχόμενοι τοῖς προσενεγκαμένοις αὐτούς.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Η'.

Περὶ ἀμύλου.

ΕΚ πυρῶν τοῦτο σκευάζεται, δύναμιν ἔχον ὁμαλυντικὴν τῶν τετραχυσμένων. ὑπάρχει δὲ κοινὸν τοῦτο τοὔργον, ἁπάσαις ταῖς οὐσίαις, ὅσαι ξηραὶ κατὰ τὴν σύστασιν οὖσαι, μήτε στῦψιν ἔχουσι, μήτε δριμύτητα, μήτε ἄλλην τινὰ δύναμιν ἐπιφανῆ. καὶ καλοῦσιν ἀποίους εἰκότως, οὔσας τοιαύτας, ὡς πρὸς αἴσθησιν. ἔστι δὲ κἀν ταῖς ὑγραῖς οὐσίαις τὸ ὕδωρ τοιοῦτον. παραπλήσιον δ' ἐστὶ δυνάμει τοῖς πλυτοῖς ἄρτοις τὸ ἄμυλον, ἐλάττονα δὲ τροφὴν δίδωσιν τῷ σώματι τῶν ἀπλύτων ἄρτων τούτων, καὶ μὴ θερμαίνουσι μὲν, ὥσπερ οὐδὲ ἐκεῖνοι, τῶν ἄλλων ἄρτων θερμαινόντων. τοῖς μὲν γὰρ ἐξ ὕδατος ἑψημένοις πυροῖς, οὐδὲ παραβάλλειν αὐτὸ χρή, σαφῶς θερμαίνουσί τε, καὶ τρέφουσιν εἰ πεφθεῖεν ἰσχυρῶς, οὖσί τε δυσπέπτοις, ὡς εἴρηται.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Θ'.

Περὶ κριθῶν, καὶ πτισάνης.

ΠΟλλὴ καὶ τούτου σπέρματος ἡ χρεία τοῖς ἀνθρώποις ἐστὶν, οὐ τὴν αὐτὴν ἔχοντος δύναμιν τοῖς πυροῖς. ἐκεῖνοι μὲν γὰρ θερμαίνουσι φανερῶς, τοῦτο δὲ οὐ μόνον ἀποκεχώρηκε τοῦ θερμαίνειν, ὥσπερ ἔνια μεταξὺ τοῦ θερμαίνειν καὶ ψύχειν ὄντα, καθάπερ ἄμυλόν τε, καὶ ὁ πλυτὸς ἄρτος, ἀλλὰ καὶ ψυκτικὸν ἔχειν τι φαίνεται, κατὰ πάντας τοὺς τρόπους τῆς χρήσεως, ἐάν τε ἄρτους ἐξ αὐτῶν τύχῃ τις σκευάσας, ἐάν τε πτισάνην ἑψήσας, ἐάν τε ἄλφιτα ποιησάμενος. ἀποκεχώρηκε δὲ τῆς τῶν πυρῶν φύσεως καὶ κατὰ τὴν ἰδέαν τῶν χυμῶν, οὓς ἑκάτεροι αὐτῶν ἐργάζεσθαι πεφύκασιν. οἱ μὲν γὰρ πυροὶ παχὺν ἡμῖν καὶ γλίσχρον, αἱ δὲ κριθαὶ λεπτὸν, καὶ ῥυπτικόν ἔχειν τι γεννῶσι χυμόν· οὐδέ ποτε μὲν οὖν θερμαίνουσι τὸ σῶμα, κατ'

οὐδένα τρόπον σκευασίας. ὑγραίνουσι δὲ καὶ ξηραίνουσι διαφόρως σκευασθεῖσαι. τὸ μὲν γὰρ ἄλφιτον ἐκ τῆς φρυγείσης κριθῆς γινόμενον, ἐναργῶς φαίνεται ξηραῖνον. ἡ πτισάνη δ᾽ ὑγραίνει, ὅταν γ᾽ ὡς προσήκει σκευασθῇ, τουτέστιν ὅταν ἐπὶ πλεῖστον ἀνοιδήσασα τύχῃ κατὰ τὴν ἕψησιν, εἶτα μετὰ ταῦτα διὰ μαλακοῦ πυρὸς ἄχρι πολλοῦ χυλωθεῖσα. μίγνυται δὲ αὐτῇ κατ᾽ ἐκεῖνον τὸν καιρὸν ὄξος, ὅταν ἀνοιδήσηται τελέως. ἑφθῆς δ᾽ ἀκριβῶς γινομένης ἐπεμβάλλειν χρὴ τοὺς ἅλας λεπτούς, οὐ πολὺ πρὸ τῆς ἐδωδῆς. ἔλαιον δὲ εἰ καὶ κατ᾽ ἀρχὴν εὐθέως ἐμβάλλοις, οὐ βλάψεις τὴν ἕψησιν. οὐ μὴν ἄλλο τί γε χρὴ μιγνύειν, ὅτι μὴ πράσου βραχὺ, καὶ ἀνήθου, καὶ ταῦτα εὐθὺς ἐν ἀρχῇ. κάκιστα δ᾽ ὁρῶ σκευαζομένην τὴν πτισάνην ὑπὸ τῶν μαγείρων πάντων· ἐν τῇ θυίᾳ γὰρ τρίβοντες αὐτὴν ὠμὴν, οὐκ ἐπὶ τοῦ πυρὸς ἕψοντες διαλύουσιν· ἐπεμβάλλουσι δέ τινες καὶ ἄμυλον, χάριν τοῦ δόξαι διὰ τῆς ἑψήσεως ἱκανῶς ἐκχυλῶσθαι. φυσωδεστάτη οὖν εἰκότως ἡ τοιαύτη γίγνεται, καὶ δύσπεπτος ἱκανῶς. ὃ δ᾽ οὐκ εἶπον ἐν τῇ καλῶς γινομένῃ σκευασίᾳ, προσθεῖναι προσήκει· προδιαβρέξαι τας ὕδατι τὴν ὠμὴν πτισάνην ἐπ᾽ ὀλίγον, εἶτ᾽ ἐμβάλλοντας θυίᾳ, τρίβειν χρὴ διὰ τῶν χειρῶν, ἐχουσῶν ἐν αὐταῖς τι τραχὺ, καθάπερ ὁ σπάρτος ὀνομαζόμενός ἐστιν, ἐξ οὗ πλέκουσιν ὑποδήματα τοῖς ὑποζυγίοις· ὅρος δ᾽ ἔστω τῆς τρίψεως ἀπορρῦψαι τὸ περικείμενον λέμμα. πτισσομένης γὰρ τῆς κριθῆς, ὁ περικείμενος αὐτῆς χιτὼν λεπτὸς, οὐκ ἀπορρύπτεται πᾶς. διὰ τοῦτο οὖν προβρέχεται, καὶ τρίβεται κατὰ τὴν θυίαν. ἐὰν δὲ μὴ πᾶν ἀποπέσῃ τὸ ἀχυρῶδες, ἡ ἑψηθεῖσα πτισάνη ῥυπτικωτέρα μὲν γίγνεται, βλάβην δὲ οὐδὲ μίαν ἑτέραν λαμβάνει. χειρίστη δὲ σκευασία πτισάνης ἐστὶν, ὅταν οἱ μάγειροι τρίψαντες αὐτὴν ὠμὴν ἐν θυίᾳ μεθ᾽ ὕδατος, εἶθ᾽ ἑψήσαντες ἐπ᾽ ὀλίγον, ἐμβάλλουσι τὸ καλούμενον ἕψημά τε καὶ σίραιον, ἔνιοι δὲ καὶ μέλι, καὶ κύμινον ἅμα τούτοις ἐπεμβάλλουσιν, κυκεῶνά τινα μᾶλλον, ἢ πτισάνην παρασκευάζοντες. ἀλλ᾽ ἥ γε καλῶς σκευασθεῖσα, τὰς ὑφ᾽ Ἱπποκράτους εἰρημένας παρέχεται χρείας ὑγιαίνουσί τε, καὶ νοσοῦσιν ἀνθρώποις. τὸ γὰρ γλίσχρασμά φησιν αὐτῆς, λεῖον, καὶ συνεχὲς, καὶ προσηνές ἐστιν, καὶ ὀλισθηρὸν, καὶ πλαδαρὸν μετρίως, καὶ ἄδιψον, καὶ εὐέκκριτον, εἴ τι καὶ τούτου προσδέοι, καὶ οὔτε στύψιν ἔχον, εἴτε ἄραδον κακὸν, καὶ οὔτε ἀνοιδίσκεται ἐν τῇ κοιλίᾳ, ἀνῴδηκε γὰρ ἐν τῇ ἑψήσει ὁπόσον πλεῖστον ἐπεφύκει διογκοῦσθαι. ταῦτα τοίνυν ἀρκεῖ περὶ τῆς πτισάνης δυνάμεως εἰρῆσθαι κατὰ τὴν ἐνεστῶσαν πραγματείαν, οὐ θεραπευτικὴν οὖσαν, ἀλλὰ τὰς δυνάμεις μόνας τῶν τροφῶν ἐξηγουμένην. ἐν παραδρομῇ δὲ τοῦ λόγου, καὶ χρεῖαί τινες αὐτῶν διδάσκονται.

A varie pro modo præparationis humectat, ac siccat; quandoquidem polenta, quæ ex frixo hordeo est facta, siccare perspicue cernitur, ptisana autem humectat, quum saltem, vt decet, fuerit parata, hoc est quum in coctione quamplurimùm intumuerit, postea igne lento per multum otium in chylum fuerit redacta; acetum autem ei tunc admiscetur, quum planè intumuerit, quum verò cocta exactè fuerit, sub edendi tempus salem tenuem iniicere oportet; oleum autem si initio statim inieceris, coctioni nil nocueris; aliud tamen nihil est miscendum; nisi velis anethi, aut porri quidpiam, idque initio statim, immiscere. Video
B autem à cocis omnibus ptisanam pessimè parari; in mortario namque crudam ipsam tundentes, non ad ignem coquentes dissoluunt; sunt qui amylum etiam iniiciant, vt per coctionem in chylum copiosum videatur esse redacta. Talis certè ptisana meritò maximè est flatulenta, & concoctu admodum difficilis. Quæ verò in ptisana rectè paranda prætermisi, ea adiicere oportet. Crudam ptisanam aliquandiu in aqua præmaceratam, deinde in mortarium iniectam manibus terere conuenit asperam quampiam rem in se habentibus, cuiusmodi est, quod vocant spartum, ex quo iumentis soleæ nectuntur, vsque eò autem terendum,
C dum præpositus cortex sit abiectus, is enim quo vestitur ceu tenui tunica, non totus inter pinsendum abiicitur, quapropter & præmaceratur, & in mortario tunditur. Quòd si non quicquid est paleæ deciderit, elixa ptisana magis quidem deterget, nullam autem aliam noxam accipit. Pessima autem est ptisanæ præparatio, quum vbi coci crudam ipsam in mortario cum aqua contuderint, deinde parumper coxerint, sapam iniiciunt, quidam autem cum his mel quoque & cuminum iniiciunt, confusam quandam misturam verius, quàm ptisanam, comparantes. Verùm quæ probè parata fuerit, vtilitates quas memorat Hippocrates, tum sanis, tum ægrotis hominibus præstabit; siquidem lentor eius (vt inquit) leuis, & continuus, & blandus est, & lubricus, & humidus moderatè, sitimque arcet, & ad abluendum, si quid opus erit, est idoneus, neque adstrictionem habet, neque tormina gignit, denique in ventriculo non exturgescit, si quidem inter coquendum intumuit, quantum plurimum intumescere poterat. Hæc certè nobis in præsentia de ptisanæ facultate suffecerint, non medendi rationem tradentibus, sed alimentorum dumtaxat facultates
E explicantibus, quamquam in sermonis transcursu ipsorum vsum quoque attingimus.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ι'.

Περὶ κριθίνων ἄρτων.

Καιρὸς ἤδη μεταβαίνειν ἐπὶ τὸν περὶ τῶν κριθίνων ἄρτων λόγον, οὓς σκευάζουσιν οἱ ἄνθρωποι παραπλησίως τοῖς πυρίνοις. εἰσὶ δὲ οὐ μόνον τῶν πυρίνων, ἀλλὰ καὶ τῶν ὀλυρίνων, καὶ πολὺ μᾶλλον ἔτι τῶν τιφίνων ψαθυρώτεροι, μηδὲν ἐν αὑτοῖς ἔχοντες, ὥσπερ ἐκεῖνοι γλίσχρον. εὔδηλον οὖν ὅτι τροφὴν ὀλίγην παρέχουσι τῷ σώματι, καὶ μάλιστα, ὅταν ἐκ φαυλοτέρων γίνωνται κριθῶν, ἐξ ὧν ὁ Ἱπποκράτης, οὐδὲ τὴν πτισάνην ἐκέλευσε σκευάζειν. οὐδὲ γὰρ ἀνιᾶσιν ἐξ αὑτῶν πολὺν χυλὸν ἑψόμεναι. κάλλισται δέ εἰσιν αἱ λευκαὶ μετὰ τὸ πτισθῆναι φαινόμεναι, καὶ τι πυκνότητος ἔχουσαι,

CAPVT X.

De Panibus hordeaceis.

NVnc certè ad hordeaceos panes transire fuerit tempestiuum, quos homines eodem, quo triticeos, modo parant; sunt autem non modò triticeis, verum etiam olyrinis, & multò adhuc magis tiphinis, friabiliores, nihil in se lentoris, vt illi,
F habentes. Ex quo perspicuum est, quòd exiguum corpori præbent alimentum, & potissimùm si facti ex peiore hordeo fuerint, ex quo Hippocrates ne ptisanam quidem fieri voluit; neque enim dum coquitur, succum copiosum ex se ipso emittit. Laudatissimum autem est, quod candidum, vbi pistum est, apparet non nihilque densitatis ac ponderis,

deris, (quantum hordeo datum est) habet. Porrò quod totum plenum est, & circumscriptionem externam habet tensam, melius eo est, quod gracile est, ac rugosum. Verùm hoc quidem seminum omnium commune tibi esto indicium, nisi fortè aliquando molem multo, quàm pro sua natura, habeant maiorem, sintque molliora, ac laxiora, scito enim ea humiditatem habere superfluam, prædictisque esse deteriora. Ob eamque causam non conuenit iis post collectionem vti; sed vbi ea in locis siccis reposueris, diu ab eis abstinere, quò interea pars quidem humoris superflui exhalet, pars autem etiam coquatur, quoad siccata mediocriter contrahantur. Defluit enim à plantis, seminibus, & fructibus, postquam collecta fuerint, ac reposita, primum quidem quicquid ipsis aquosum est ac tenue, post autem & nonnihil humidi naturalis. Quum enim substantiam habent iusto ficciorem, suntque iis deteriora, quæ ad summum bonæ habitudinis peruenerunt, non tamen iam omninò sunt praua; quinimo iis affectibus, quos siccando corrigere oportet sunt vtiliora. Quæ autem diutissimè fuerunt reposita, vires habent imbecilliores. Huius porrò terminus fit, quum ab ipsis diuisis quasi puluis quidam tenuis excidit. Hæc itaque semel nunc dicta, in omnibus memoria teneto; non enim libenter de iisdem sæpe eadem repeto, nisi quando necesse videtur, nudum dumtaxat caput memoriæ causa repetere. Ad panes autem hordeaceos, de quibus dicere institueramus, reuersi, dicamus in iis quoque quasdam esse differentias illis, quas paulò ante in triticeis recensuimus respondentes; omnes namque triticeis multò minus alunt; qui tamen ex præstantissimo hordeo conficiuntur, minus à triticeis in eo superantur; qui verò ex laxo, ac leui, panibus furfuraceis respondent; panes autem ex hordeo huiusmodi citissimè per aluum subducuntur, quod & reliquis non minimum accidit, si triticeis eos contuleris. Quæ porrò inter hos mediæ panum hordeaceorum sunt præparationes, similes sunt iis, quas in triticeis retulimus.

CAPVT XI.

De Polenta.

EX recenti hordeo mediocriter frixo laudatissima fit polenta, cuius si copia non sit, nonnunquam & ex aliis ipsam conficimus. Quum autem polenta omnis, quæ rectè sit facta, boni sit odoris, ea est suaueolentissima, quæ ex optimo, ac recenti hordeo, & quod aristam non admodum habeat siccam est confecta. Compluribus autem per sanitatem mos est eam sapa, & vino dulci mulsóque commixtis, nonnunquam sola etiam aqua conspersam, æstate duabus tribúsve ante balneum horis bibere, aiúntque sentire se hoc potu siti liberari. Si tamen cum vino austero fuerit epota, ventrem desiccat. Polenta autem gentes quædam pro pane vtuntur; quod ego rusticos in Cypro facere sum conspicatus, tametsi ij frumenti plurimum metant. Veteres autem militibus etiam polentam præbebant; Romani tamen milites ipsius imbecillitatem damnantes, ea non amplius nunc vtuntur, exiguum enim corpori alimentum dat, priuatis quidem & omni exercitatione abstinentibus, satis multum, iis autem qui quoquomodo exercentur, minùs quàm sat est.

A καὶ βάρους, ὅσον οἷόν τε κριθὴν ἔχειν. ἀμείνους δὲ δηλονότι, καὶ τῶν ἰσχνῶν τε, καὶ ῥυσσῶν αἱ πλήρεις ὅλαι, καὶ τεταμένην ἔξωθεν ἔχουσαι τὴν περιγραφήν. ἀλλὰ τοῦτο μὲν ἁπάντων τῶν σπερμάτων κοινὸν ἔστω σοι γνώρισμα, πλὴν εἰ μή τι πάνυ σφόδρα πλείονά ποτε, τοῦ κατὰ φύσιν ὄγκον ἔχοιεν, ἅμα τῷ μαλακώτερον, καὶ χαυνότερον φαίνεσθαι. περιττωματικὴν γὰρ ὑγρότητα ταῦτα ἔχειν ἴσθι, καὶ χείρω τῶν προειρημένων εἶναι, καὶ διὰ τοῦτο μετὰ τὴν συγκομιδὴν, οὐ προσήκει αὐτοῖς χρῆσθαι, καταθεμένων δὲ ἐν τόποις ξηροῖς ἐᾶσαι ἐν χρόνῳ πλείονι, τὸ μέν τι διαπνεῦσαι τῆς περιττῆς ὑγρότητος, τὸ δέ τι πεφθῆναι, B μέχρις ἂν ξηραινόμενα προσσταλῇ μετρίως. ἀπορρεῖ γὰρ ἀπὸ πάντων φυτῶν τε, καὶ σπερμάτων, καὶ καρπῶν, ἐπειδὰν συγκομισθέντα κεῖται, πρῶτον μὲν ὅσον ἐν αὐτοῖς ὑδατῶδές τε, καὶ λεπτὸν περίττωμα, μετὰ ταῦτα δὲ, καὶ αὐτῆς τι τῆς κατὰ φύσιν ὑγρότητος. ἡνίκα γὰρ ξηρότερα μὲν, ἢ προσήκει τὴν οὐσίαν ἴσχει, καὶ χείρω γίνεται τῶν εἰς ἄκρον εὐεξίας ἡκόντων, οὐ μὴν ἤδη γ' ἐστὶ μοχθηρὰ παντάπασιν, ἀλλὰ καὶ χρησιμώτερα πρὸς ἐνίας διαθέσεις, ὅσαι ξηραίνεσθαι δέονται. τὰ δὲ ἐπὶ πλεῖστον ἀποκείμενα, χείρω γίνονται ταῖς δυνάμεσιν. ὅρος δὲ καὶ τούτων, ὅταν διαιρούμενα, καθάπερ τινὰ κόνιν λεπτὴν, C ἐκπίπτουσαν ἔχῃ. ταῦτα μὲν οὖν ἐπὶ πάντων ἔστω σοι διὰ μνήμης, ἅπαξ εἰρημένα νῦν. ἐμοὶ γὰρ οὐχ ἡδὺ πολλάκις ὑπὲρ τῶν αὐτῶν λέγειν τὰ αὐτά, πλὴν εἴ ποτε ἀναγκαῖον ἀναμνῆσαι φαίνοιτο τοῦ κεφαλαίου μόνου ψιλοῦ. περὶ δὲ τῶν ἐκ κριθῆς ἄρτων ὑπὲρ ὧν ὁ λόγος ἦν, αὖθις ἀναλαβόντες εἴπωμεν, ὡς κἀν τούτοις εἰσὶ διαφοραί τινες ἀνάλογον ταῖς ἐπὶ τῶν πυρίνων, ὀλίγον ἔμπροσθεν εἰρημέναις. ἅπαντες μὲν γὰρ ἀτροφώτεροι τῶν πυρίνων εἰσὶ πολλῷ, ἀλλ' οἱ μὲν ἐκ τῶν ἀρίστων κριθῶν ἧττον τούτων πεπόνθασιν· οἱ δὲ ἐκ τῶν χαύνων τε, καὶ κούφων ἀνάλογόν εἰσι τοῖς πιτυρίαις ἄρτοις, ὑποχωροῦνται D δὲ κάτω κατὰ γαστέρα, μάλιστα μὲν οἱ ἐκ τῶν τοιούτων κριθῶν, οὐχ ἥκιστα δὲ καὶ οἱ ἄλλοι, παραβαλλόμενοι τοῖς πυρίνοις. ὅσαι δὲ ἄλλαι μεταξὺ τούτων γίνονται σκευασίαι τῶν κριθίνων ἄρτων, αἱ αὐταὶ ταῖς ἐπὶ τῶν πυρίνων εἰρημέναις εἰσίν.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΑ'.

Περὶ ἀλφίτων.

ΕΚ τῶν νέων κριθῶν, φρυγεισῶν συμμέτρως τὸ κάλλιστον ἄλφιτον γίνεται. τούτων δὲ ἀποροῦντες, ἐνίοτε E κἀκ τῶν ἄλλων αὐτὰ σκευάζομεν. εὐωδῶν δὲ ὄντων ἁπάντων ὅσα καλῶς ἐσκευάσθη, μάλιστά ἐστιν εὐώδη τὰ ἐκ τῶν ἀρίστων, καὶ νέων κριθῶν γινόμενα, μὴ πάνυ ξηρὸν ἐχουσῶν τὸν στάχυν. ἐν ἔθει δέ ἐστι πολλοῖς τῶν ὑγιαινόντων ἐπιπάττοντες αὐτὰ σιραίῳ, καὶ οἴνῳ γλυκεῖ, καὶ οἰνομέλιτι κεκραμένοις, καί ποτε καὶ ὕδατι μόνῳ, πίνειν ἐν τῷ θέρει, πρὸ δύο, ἢ τριῶν ὡρῶν τοῦ λουτροῦ, καί φασιν αἰσθάνεσθαι τοῦ πόματος ἀδίψου, δι' οἴνου γε μὴν αὐστηροῦ ποθέντα, ξηραίνει γαστέρα. χρῶνται δὲ ἀλφίτοις ἔνιοι τῶν ἐθνῶν, ἐν ἄρτου χρείᾳ, καθάπερ ἐπὶ τῶν ἀγρῶν F εἶδον ἐν Κύπρῳ, καίτοι πλεῖστον γεωργοῦσι σιτίον. οἱ παλαιοὶ δὲ, καὶ τοῖς στρατευομένοις ἄλφιτα παρεσκεύαζον· ἀλλ' οὔτοι γε νῦν τὸ Ῥωμαίων στρατιωτικὸν ἀλφίτοις χρῆται, κατεγνωκὸς αὐτῶν ἀσθένειαν. ὀλίγην γὰρ τροφὴν διδόασι τῷ σώματι, τοῖς μὲν ἰδιωτικῶς διακειμένοις, καὶ ἀγυμνάστοις αὐτάρκη· τοῖς δ' ὁπωσοῦν γυμναζομένοις ἐνδεῆ.

γίγνονται δὲ ἐξ αὐτῶν ὑγρῶν φρυχθέντων αἱ μᾶζαι, περὶ ὧν ἐφεξῆς ἐροῦμεν· ἐπεὶ καὶ Φιλότιμος ἐπὶ πλέον περὶ αὐτῶν διελθὼν, ἐν τῷ πρώτῳ περὶ τροφῶν, ὅμως ἀδιόριστον εἴασεν τὸ χρησιμώτατον ἐν αὐτοῖς.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΒ'.

Περὶ μάζης.

Τὴν δύναμιν ἑκάστου τῶν ἐδεσμάτων ἔνεστί σοι, καὶ πρὸ τῆς διωρισμένης πείρας ἐκ τῆς φύσεως αὐτῶν τεκμήρασθαι. ἕνι γὰρ ἀνδρὶ συνετῷ, τὸ μὲν ἀκριβῶς λεπτὸν, καὶ λευκὸν, καὶ καθαρὸν ἁπάσης πιτυρώδους οὐσίας ἄλευρον, οὐκ ἐνδείξαιτο, καὶ κατὰ τὴν γαστέρα θᾶττόν τε, καὶ μᾶλλον ἀλλοιοῦσθαι, καὶ διὰ τοῦτο πέττεσθαί τε κάλλιον, ἀναδίδοσθαί τε ῥᾷον, ἑτοιμότερόν τε τρέφειν, ὡς ἂν ὅλον ἐξομοιούμενόν τε, καὶ προστιθέμενον τοῖς τρεφομένοις σώμασιν· ὅσον δ' ἐν αὐτοῖς πιτυρῶδές ἐστιν, καὶ σκληρὸν, ὥσπερ ἐκτὸς φαίνεται μὴ διαλυόμενον ἐν ὕδατι, κατὰ τὸν αὐτὸν λόγον, οὐδ' ἐν τῇ γαστρὶ διαλύεσθαι βρεχόμενον, ἀλλὰ διαμένειν ὅλον ἀδιαίρετόν τε, καὶ ἀκατέργαστον ὁποῖον ἐλήφθη. τοῦτ' οὖν οὔτε πέττεσθαι καλῶς δύναται, οὔτε ἀναδίδοσθαι διὰ τὸ μηδὲν ἁρμόττειν ὅλως τοῖς στόμασι, τῶν εἴς τε τὴν γαστέρα τε καὶ ἔντερα καθηκουσῶν φλεβῶν, οἷς ἐξ ἀνάγκης ἕπεται, πλέον μὲν ἀπ' αὐτοῦ γίνεσθαι τὸ κοπρῶδες, ὑπιέναι δὲ θᾶττον αὐτό τε τῷ διὰ πλῆθος βάρει, καὶ προσέτι τῷ ῥυπτικὴν ἔχειν ποιότητα τὸ πιτυρῶδες ἅπαν. δῆλον οὖν ἐστι τῷ ταῦτ' ἐννοήσαντι, τοσοῦτον ἀπολείπεσθαι μᾶζαν εἰς τροφὴν σώματος ἄρτων κριθίνων, ὅσον οὗτοι πυρίνων. ἐχούσης γὰρ ἤδη τῆς κριθῆς φύσει τὸ πιτυρῶδες οὐκ ὀλίγον, ἡ φρυγεῖσα ξηρότερον μὲν καὶ αὐτὸ τοῦτο, καὶ δυσθραυστότερον ἴσχει. ξηρότερον δὲ καὶ τὸ τούτου κρεῖττον, ἐξ οὗ τὴν τροφὴν ἐλάμβανε σῶμα. κατὰ τοῦτ' οὖν ἧττον πέττεται τῶν κριθίνων ἄρτων ἡ μᾶζα, καὶ φύσῃ μᾶλλον ἐμπίπλησι τὴν γαστέρα, καὶ εἰ ἐπὶ πλέον ἐν αὐτῇ μένῃ ταραχὴν ἐργάζεται. μᾶλλον δὲ διαχωρεῖ κάτω, φυραθεῖσα καὶ τριφθεῖσα μέχρι πλέονος. εἰ δὲ τὸ μέλι προσλάβῃ, θᾶττον ἔτι καὶ διὰ τοῦτο παρορμήσει τὴν γαστέρα πρὸς ἔκκρισιν. Φιλότιμος οὖν οἴεται παχὺν, καὶ κολλώδη, καὶ ψυχρὸν ἐξ ἁπάσης μάζης γεννᾶσθαι χυμὸν, ὃν αὐτός τε, καὶ ὁ διδάσκαλος αὐτοῦ Πραξαγόρας ὑαλώδη καλοῦσιν. τὸ δὲ, οὐχ οὕτως ἔχει, μήτε τὸ γλίσχρον ἐχόντων τῶν ἀλφίτων, ὅπερ ἐν χόνδρῳ μάλιστά ἐστι, μήτε τὸ τρόφιμον. ἐξαπατᾷ δὲ αὐτὸν ἡ ἐπὶ πλέον ἐν οἴνῳ γλυκεῖ, καὶ σιραίῳ φυραθεῖσα χρόνῳ πολλῷ μᾶζα. τριπτὴν δ' αὐτὴν ὀνομάζει, καθάπερ Ἀθηναῖοι. τὸ γὰρ ἐκ ταύτης ἀνάλογον τῷ πυρίνῳ σταιτὶ γιγνόμενον, ὅλκιμόν ἐστιν καὶ κολλῶδες, ἔκ τε τοῦ μεμαλάχθαι χρόνῳ πλείονι, καὶ τοῦ μιχθέντος τοῖς ἀλφίτοις ὑγροῦ παχέος ὄντος. ὥσπερ δὲ τρῖψις πολλὴ μεθ' ὑγροῦ παχέος γινομένη, γλίσχρον τῇ φαντασίᾳ τὸ τριφθὲν ἄλευρον ἐργάζεται, κἂν ἐκ κέγχρων ᾖ, κατὰ τὸν αὐτὸν λόγον ὁ χυλὸς τῆς πτισάνης φαίνεται γλίσχρος, οὐδὲν ἔχων ἐν αὐτῷ κολλῶδες, οὐδ' ἐμπλαστικὸν, ἀλλὰ ῥυπτικόν τε καὶ τμητικὸν, ὡς καὶ περὶ τοῦ δέρματος ἡμῶν φαίνεται τὸν ῥύπον καθαίρων. εἰ δὲ καὶ ῥοφῆσαί τινι δοὺς αὐτὸν, ὀλίγον ὕστερον ἐμέσαι ποιήσαις, ἀπορρύψει τε τὸ περιεχόμενον ἐν τῇ γαστρὶ φλέγμα, καὶ συνεκβαλεῖ πᾶν μεθ' αὐτοῦ κατὰ τὸν ἔμετον.

A Porrò ex iis humidis frixis fiunt mazæ; de quibus deinceps disseremus; præsertim quum Philotimus in primo libro De alimentis de ipsis copiosiùs disputans, quod in eis tamen erat vtilissimum, indefinitum reliquerit.

CAPVT XII.

De Maza.

Cviusque eduliorum vires potes vel ante certam experientiam ex ipsius natura conijcere. Etenim perspicacis ingenij viro, farina quæ plaB nè tenuis est & alba, & ab omni furfurea substantia pura, satis intelligetur in ventriculo quoque citiùs, ac magis alterari, eoque probius concoqui, & faciliùs in corpus distribui, promptiúsque nutrire, vt quæ tota corporibus alendis assimiletur, atque apponatur; quod autem in ipsa furfureum est, ac durum, vt extrinsecus in aqua dissolui non cernitur, eadem ratione ne in ventriculo quidem madefactum dissoluitur, sed totum, vt sumptum fuerat, indiuiduum permanet, atque inconfectum. Hoc igitur non potest nec probè concoqui nec distribui, propterea quòd venarum C orificiis, quæ tum ad ventriculum tum ad intestina pertinent, neque aptè cohæret omninò, neque illabitur; quas res necessariò sequitur, tum vt maior stercoris vis ex ipso accruetur, tum vt citiùs subsideat, partim propter ipsius copiæ pondus, partim etiam quòd furfureum omne qualitatem habeat detergentem. Quæ omnia siquis reputet, intelliget tantum mazam in alendo corpore ab hordeaceis panibus relinqui, quantum hi à triticeis relinquuntur; quippe quum hordeum suaptè natura furfureum habeat non paucum, frixum iam illud ipsum habet, tum siccius, tum fractu, ac comminutu difficilius; siccius autem est id, D quod in hoc est præstantius, ex quo corpus sumebat alimentum, quò fit vt maza panibus hordeaceis ægriùs coquatur, magisque ventriculum flatu impleat; in quo etiam si diutius manserit, turbationem excitat, citiùs autem subducitur, si pista diutiùs fuerit, ac subacta; quòd si mel quoque addatur, citiùs etiam ob id ventrem ad excretionem incitabit. Cæterùm quod Philotimus opinatur, succum crassum, glutinosum, ac frigidum ex omni maza generari (quem ipse cum præceptore suo Praxagora vitreum appellat) secus profectò habet, quum polenta neque lentorem E habeat, quod alicæ inest maximè, nec multum nutriat. At illum fefellit maza copiosior, ac diutiùs in vino dulci & sapa macerata, quam ipse, quemadmodum Athenienses, tritam appellauit; quod enim in ea triticeæ massæ respondet, ductile est, ac glutinosum, quum ob diuturnam macerationem, tum ob humoris polentæ commixti crassitiem. Quemadmodum autem tritura multa cum crasso liquore facit, vt trita farina, lenta appareat, etiam si ea ex milio sit, ad eundem modum succus ptisanæ apparet lentus, tametsi nihil in sese habeat glutinosum neque emplasticum, F sed contra detergens, atque incidens, adeò vt in cute nostra videatur sordes eluere. Sin autem postquam alicui sorbendam ipsam exhibueris, vomere ipsum feceris pituitam, quæ in ventriculo continebatur, detergebit, & omnia vomitu simul cum ea eiiciet.

CAP.

CAPVT XIII.

De Tipha, & Olyra, & Zeia.

MNesitheus quidem tiphas tertio loco post triticum, & hordeum numerat; Diocles autem de ipsis tradit negligentius, compendiosum scribendi genus diffusæ accuratæque explanationi præponens, eodem certè compendio de tritico, hordeo, aliisque multis tradidit. Paulò autem de his Praxagoras, ac Mnesitheus quàm Diocles copiosiùs scripserunt, attamen ne ipsi quidem satisfaciunt. Philotimus verò de quibusdam admodum copiosè, de aliis autem egit ieiunè; sunt & quorum ne meminit quidem, quemadmodum nec zeiæ; perspicuum autem est quòd nec præceptor eius Praxagoras, quandoquidem Philotimus non modò eorum, quæ ille scripsisset, nihil prætermisit, sed pleraque etiam perpoliuit, atque adiunxit. Illud verò mirum videri debet, quod ne is quidem, qui librum De ratione victus composuit, qui Hippocrati est adscriptus (quisquis is vir antiquus fuerit) nominis zeiæ mētionem vnquam fecerit, quòd si tiphas à nōnullis putabat appellari zeias, id ipsum significasse oportuit. Verùm satius fortè fuerit ipsorum verba ascripsisse. Diocles ergo in primo libro De sanitate tuenda ad Plistarchum (in quo ciborum facultates explicat) sic scribit; *Post hordeum autem, ac triticum facultatibus sequuntur omnium maximè olyræ, tiphæ, zeiæ, panicum, milium.* In quibusdam autem exemplaribus zeiæ nomen omninò non est, quin & in quibusdam, non facultatibus, sed vtilitatibus scriptum est hoc modo: *Post hordeum, ac triticum vtilitatibus sequuntur omnium maximè olyræ, tiphæ, panicum & milium*; perinde ac si olyra semen esset à tipha diuersum. Mnesitheus autem vno semine duo nomina ait contineri, scribens ad hunc modum; *Ex seminibus ad nutritionem sunt appositißima triticum & hordeum; quod autem hæc deinceps sequitur, duplici quidem nomine nuncupatur, eadem tamen res est, alij enim tipham, alij olyram nominant.* Deinceps ista adiungit; *Post hæc autem sunt zeia, milium, & panicum.* Diocli certè ea de tipha & olyra scribere, quæ modò ascripsi, satis visum fuit; Mnesitheus verò particulatim quoque de iis postea tractauit, primùm quidem de tritico & hordeo, mox de tiphis, scribens his verbis; *Reliquorum verò seminum tipha quidem est optima, nam & nutrit admodum, neque magno negotio conficitur. Panem autem ex zeia nemo affatim citra sanitatis dispendium mandit, quòd siquis ei pani non assueuerit, etiam si minimum sumpserit, ægrotabit: est enim grauis, & concoctu difficilis; qui verò regionem colunt vehementer frigidam, eo semine coguntur nutriri, ipsúmque serere, quòd frigoribus perstrenuè resistat; Atque hi principio quidem paulatim edere assuescunt, tum quia ingrati odoris est cibus, tum quia rarus est in eiusmodi regionibus frugum prouentus; post autem, quòd familiare sit edulium, accidit, vt facillimè in corporibus conficiatur. In summa autem statuere oportet zeiam grauem esse, ac concoctu difficilem, firmam, ac membranosam.* Ex his Mnesitheus apertissimè indicauit, cuiusmodi semen vocare velit zeiam, quæ in frigidis regionibus colitur. Equidem nec ipse regiones omnes hybernas peragraui, nec ab aliis audiui, qui eas perlustrassent, semen aliquod esse frumentaceum, quod incolæ zeiam, aut zeam appellarent;

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΓ'.

Περὶ τιφῶν, καὶ ὀλυρῶν, καὶ ζειῶν.

ΜΝησίθεος μὲν ἐν τῇ τρίτῃ τάξει τίθεται τὰς τίφας ἐπὶ πυροῖς τε, καὶ κριθαῖς. Διοκλῆς δὲ ἀμελέστερον ὑπὲρ αὐτῶν διῆλθε τὸ σύντομον ἐν τῇ γραφῇ, προτιμήσας τῆς κατὰ διέξοδον ἀκριβείας. οὕτω γοῦν καὶ περὶ πυρῶν, καὶ κριθῶν, ἄλλων τε πολλῶν ἔγραψεν συντεμὼν τὸν λόγον. ὀλίγῳ δὲ μακρότερον τοῦ Διοκλέους ὑπὲρ αὐτῶν ὅ, τε Πραξαγόρας, καὶ ὁ Μνησίθεος ἔγραψαν, ἐλλιπῶς μέντοι καὶ αὐτοί. Φιλότιμος δὲ περὶ τινῶν μακρῶς πάνυ, περὶ τινῶν ἐλλιπῶς, ἐνίων δὲ οὐδ' ὅλως ἐμνημόνευσεν, ὥσπερ οὐδὲ περὶ τῆς ζειᾶς. εὔδηλον δ' ὅτι μηδὲν ὁ Πραξαγόρας ὁ διδάσκαλος αὐτοῦ. παρέλιπε μὲν γὰρ οὐδὲν ὧν ἐκεῖνος εἶπεν ὁ Φιλότιμος, ἐξεργάζεται δὲ καὶ προστίθησι πολλά. θαυμάσαι δ' ἐστὶν, ὅτι μηδὲ ὅ τε περὶ διαίτης ἐπιγεγραμμένον Ἱπποκράτει συνθεὶς, ὅστις ποτ' ἦν ἀνὴρ παλαιὸς, ἐμνημόνευσε τοῦ τῶν ζειῶν ὀνόματος. καὶ γὰρ εἰ τὰς τίφας ἡγεῖτο καλεῖσθαι ζειὰς ὑπό τινων, ἐχρῆν αὐτὸ τοῦτο δηλῶσαι. βέλτιον δ' ἴσως ἐστὶν, καὶ τὰς ῥήσεις αὐτῶν παραγράψαι. Διοκλῆς μὲν οὖν οὕτως ἔγραψεν ἐν τῷ πρώτῳ τῶν πρὸς Πλείσταρχον ὑγιεινῶν, ἐν ᾧ διέρχεται τὰς τῶν σιτίων δυνάμεις. μετὰ δὲ τὰς κριθὰς, καὶ τοὺς πυροὺς ἑπόμεναι ταῖς ἀρεταῖς ἐστὶ, μάλιστα τῶν ἄλλων ὀλύραι, τίφαι, ζειαὶ, μέλινος, κέγχρος. ἔν τισι δὲ τῶν ἀντιγράφων οὐδόλως αἱ ζειαὶ φέρονται, καὶ μέντοι καὶ τὸ ταῖς ἀρεταῖς ἔν τισιν οὐχ οὕτως, ἀλλὰ χρείαις γέγραπται κατὰ τὸν τοῦτον τρόπον. μετὰ δὲ τὰς κριθὰς, καὶ τοὺς πυροὺς ἑπόμεναι ταῖς χρείαις ἐστὶ μάλιστα τῶν ἄλλων, ὀλύραι, τίφαι, μέλινος, κέγχρος. ὡς ἄλλου μέν τινος σπέρματος τῆς ὀλύρας οὔσης, ἄλλου δὲ τῆς τίφης. ὁ δὲ Μνησίθεος ὑφ' ἑνὶ σπέρματι δύο φησὶν ὀνόματα κεῖσθαι γράφων οὕτως. τῶν δὲ σπερμάτων εὐφυέστατα μέν ἐστιν εἰς τροφὴν, πυροὶ καὶ κριθαί. πρὸς δὲ τούτοις ἐχόμενον, λέγεται μὲν διττῶς, ἔστι δὲ ταὐτόν. οἱ μὲν γὰρ τίφας, οἱ δὲ ὀλύρας καλοῦσιν. τούτοις δ' ἐφεξῆς τόδε γράφει. μετὰ δὲ ταῦτα ζειαὶ, καὶ κέγχροι, καὶ μέλιναι. Διοκλεῖ μὲν οὖν ἤρκεσεν ἐκεῖνα μόνα περί τε τιφῶν, καὶ ὀλυρῶν εἰπεῖν, ὅσα παρεθέμην ἀρτίως. Μνησίθεος δὲ καὶ τὸν κατὰ μέρος ὑπὲρ αὐτῶν λόγον ἐφεξῆς διῆλθεν. πρῶτον μὲν γράψας περὶ πυρῶν τε καὶ κριθῶν, ἐφεξῆς δὲ περὶ τῶν τιφῶν ὧδέ πως αὐτοῖς ὀνόμασι. τῶν δ' ἄλλων σπερμάτων βέλτιστον μὲν ἡ τίφη, καὶ γὰρ ἱκανῶς τρέφει, καὶ οὐ μετὰ πολλοῦ πέττεται πόνου, τὸν δὲ τῶν ζειῶν ἄρτον, ἅδην μὲν ἐσθίων, οὐδεὶς ἂν ὑγιαίνει, τῶν δ' ἀσυνήθων τῆς ἐδωδῆς ταύτης, οὐδ' εἰ παντάπασιν ὀλίγον· ἔστι γὰρ βαρὺ, καὶ δύσπεπτον. οἱ δὲ δυσχείμερον ἔχοντες χώραν ἀναγκάζονται τρέφεσθαι τούτῳ, καὶ σπείρειν αὐτὸ, διὰ τὸ μάλιστα ἀντέχειν τοῖς ψύχεσιν. αὐτοὶ δὲ πρῶτον μὲν ὀλίγον ἐθίζονται προσφέρεσθαι, καὶ διὰ τὸ μὴ εὐῶδες εἶναι τὸ βρῶμα, καὶ διὰ τὴν σπάνιν τῆς εὐκαρπίας ἐν ταῖς τοιαύταις χώραις, εἶτα καὶ διὰ τὸ συνήθες εἶναι τὸ βρῶμα, ποιεῖ ῥᾷστα τοῖς σώμασι τὴν κατεργασίαν. καθόλου δὲ βαρὺ μὲν καὶ δύσπεπτον, ἰσχυρὸν δὲ καὶ ὑμενῶδες, τὴν ζειὰν εἶναι λεκτέον. ἐν τούτοις ὁ Μνησίθεος σαφέστατα δεδήλωκεν ὁποῖόν τι σπέρμα βούλεται καλεῖσθαι ζειὰν ἐν ψυχραῖς χώραις γεωργούμενον. ἐγὼ δὲ οὔτε αὐτὸς εἶδον πάσας μὲν δὲ χειμερινὰς χώρας, οὔτε παρ' ἄλλου τινὸς ἤκουσα τῶν ἑωρακότων αὐτὰς, ὀνομαζόμενόν τινα σιτηρὸν καρπὸν ὑπὸ τῶν ἐγχωρίων ζειὰν, ἢ ζέαν.

ἑκατέρως γὰρ εὑρίσκεται γεγραμμένον ἔν τισι μὲν εἰς ε. καὶ ι. τῆς προτέρας συλλαβῆς τελευτώσης, ἔν τισι δὲ μόνον εἰς ε. ἐννοῆσαι δὲ τοὺς μὲν Ἕλληνας δυνατὸν εἶναι, οὕτως ὀνομάζειν τὸ σπέρμα τοῦτο, τοὺς δὲ βαρβάρους ἰδίαν ἐπ᾽ αὐτῷ τίθεσθαι προσηγορίαν. ἰδὼν δὴ ἐν Θρᾴκῃ καὶ Μακεδονίᾳ πολλὰς ἀρούρας ὁμοιότατον ἐχούσας οὐ μόνον τὸν στάχυν, ἀλλὰ καὶ τὸ φυτὸν ὅλον τῇ παρ᾽ ἡμῖν ἐν Ἀσίᾳ τίφῃ, τὴν προσηγορίαν εἰρόμην ἥν τινα ἔχει παρ᾽ ἐκείνοις τοῖς ἀνθρώποις, καί μοι πάντες ἔφασαν, αὐτό τε τὸ φυτὸν ὅλον, καὶ τὸ σπέρμα αὐτοῦ καλεῖσθαι βρίζαν, τῆς μὲν προτέρας συλλαβῆς διὰ τριῶν γραμμάτων γραφομένης, τοῦ β΄. καὶ ρ΄. καὶ ι΄. τῆς δ᾽ ἐφεξῆς αὐτῇ διὰ τοῦ ζ΄. καὶ α΄. κατά γε τὴν ὀρθὴν πτῶσιν, ἐπὶ δὲ τῆς αἰτιατικῆς μετὰ τοῦ ν΄. δηλονότι. γίνεται δὲ ἄρτος ἐκ τοῦ σπέρματος τούτου δυσώδης τε καὶ μέλας, ὑμενωδεστέραν ἔχοντος, ὡς Μνησίθεος ἔγραψεν, τὴν οὐσίαν. εἰ δὲ καὶ μέλανα γίνεσθαι τὸν ἄρτον ἐξ αὐτοῦ προσεγεγράφει, μᾶλλον ἂν ἐπίστευον αὐτῷ τοῦτ᾽ εἶναι τὸ καλούμενον ὑπ᾽ αὐτοῦ ζειάν. ἔν γε μὴν τοῖς ψυχροτάτοις τῆς Βιθυνίας χωρίοις, ὀνομάζεταί τι σπέρμα ζεόπυρον, οὐκ ἐχούσης τῆς προτέρας συλλαβῆς τὸ ι. καθάπερ ἔχει παρ᾽ Ὁμήρῳ,

Πυροί τε ζειαί τ᾽, ἠδ᾽ εὐρυφυὲς κρῖ λευκόν.

ἐξ αὐτοῦ δὴ ἄρτος γίνεται πολὺ βελτίων τοῦ κατὰ τὴν Μακεδονίαν τε καὶ Θρᾴκην, καὶ σχεδόν, ὥσπερ τοὔνομα τὸ ζεόπυρον ἐξ ἀμφοτέρων σύγκειται τῶν ὀνομάτων, τουτέστι τῆς ζέας, καὶ τοῦ πυροῦ, καὶ ἡ οὐσία μέση τίς ἐστιν ἀμφοῖν, ὥσπερ ἐξ αὐτῶν κεκραμένη. τοσοῦτον γοῦν ἐστι τοῦ πυροῦ χεῖρον, ὅσον τῆς Θρᾳκίας βρίζης ἄμεινον. ὀνόματα δὲ ταῖς πόλεσιν ἐν αἷς γίνεται τὸ σπέρμα τοῦτο, Νίκαια, καὶ Προῦσα, καὶ Κρατίου, καὶ Κλαυδίου πόλεις τε, καὶ Ἡλιούπολις, ἀλλὰ καὶ Δορύλαιον, ἥ ἐστι μὲν ἐσχάτη τῆς Ἀσιανῆς Φρυγίας πόλις, ἔχει δὲ καὶ αὐτὴ Φρυγία τοιοῦτον σπέρμα, γινόμενον ἐν τῇ χώρᾳ, καθάπερ καὶ ἄλλαι τινὲς ὅμοροι πόλεις αὐτῇ. θεάσασθαι δὴ ἔστιν τὸν γινόμενον ἄρτον ἐκ τοῦ σπέρματος τούτου, τοσοῦτον βελτίονα τοῦ κατὰ Θρᾴκην τε καὶ Μακεδονίαν ἐκ τῆς βρίζης, ὅσον τοῦ πυρίνου χείρονα. μέμνηται δὲ καὶ ζειᾶς, καὶ ὁ Θεόφραστος ἐν ἑβδόμῳ περὶ φυτῶν ὧδέ πως λέγων. τῶν δὲ ὁμοίων κριθῶν, καὶ ὁμοίων πυρῶν, οἷον ζειᾶς, τίφης, ὀλύρας, βρόμου, αἰγίλωπος, ἰσχυρότατον, καὶ μάλιστα καρπιζόμενον ἡ ζειά, καὶ βαθύρριζον, καὶ πολύρριζον, καὶ πολυκάλαμον, καὶ παχυκάλαμον. ὁ δὲ καρπὸς κουφότατος, καὶ προσφιλὴς πᾶσι τοῖς ζώοις. καὶ πάλιν ἐφεξῆς. ἡ δὲ τίφη πάντων κουφοτάτη, καὶ γὰρ μονοκάλαμον, καὶ λεπτοκάλαμον, διὸ καὶ χώραν ζητεῖ λεπτήν, οὐχ ὥσπερ ἡ ζειὰ λιπαράν, καὶ ἀγαθήν. εἶτα τούτοις ἐφεξῆς συνάπτων, τάδε γράφει. ἔστι δὲ ταῦτα δύο, καὶ ὁμοιότατα τοῖς πυροῖς, ἥ τε ζειά, καὶ ἡ τίφη. Θεόφραστος μὲν οὖν ταῦτα περὶ ζειᾶς ἔγραψεν. Ἡρόδοτος δὲ ἐν τῇ δευτέρᾳ, κατὰ τήνδε τὴν λέξιν. ἀπὸ πυρῶν καὶ κριθῶν πολλοὶ ζώουσιν. Αἰγυπτίων δὲ τῷ ποιουμένῳ ἀπὸ τούτων τὴν ζωήν, ὄνειδος μέγιστόν ἐστιν, ἀλλ᾽ ἀπ᾽ ὀλυρῶν ποιοῦνται τὰ σιτία, ἃς ζειὰς μετὰ ζ΄. ἕτεροι καλοῦσιν. Διοσκουρίδης δὲ ἐν δευτέρῳ περὶ ὕλης, ταῦτα γράφει. ζειὰ διττή, ἡ μὲν γὰρ ἁπλῆ, ἡ δὲ δίκοκκος καλεῖται, ἐν δυσὶν ἐλύτροις συνεζευγμένον ἔχουσα τὸ σπέρμα. ἔστι δὲ τροφιμωτέρα μὲν κριθῆς, καὶ εὐστόμαχος, ἀτροφωτέρα δὲ πυρῶν ἀρτοποιουμένη. κρίμνον δὲ ἁδρότερόν ἐστι τῇ κατεργασίᾳ τοῦ ἀλεύρου, γινόμενον ἐκ τῆς ζειᾶς καὶ πυροῦ, ἐξ οὗ καὶ ὁ πόλτος γίνεται. ἔστι δὲ ἰσχυρῶς τρόφιμον, καὶ δυσκατέργαστον, σταλτικώτερον δὲ κοιλίας τὸ ἀπὸ τῆς ζειᾶς, μάλιστα μὲν προφρυγείσης.

A vtroque enim modo scriptum inuenitur, in aliis priore syllaba in ε & ι, in aliis autem in ε tantum desinente. Credere tamen possum fieri potuisse, vt Græci semen id sic appellarint, barbari autem proprium ipsi nomen indiderint. Conspicatus autem in multis Thraciæ & Macedoniæ agris non aristam modò, sed & plantam totam nostram tiphæ in Asia simillimam, interrogaui quodnam apud illos homines haberet nomen; qui mihi omnes responderunt, plantam totam & eius semen βρίζαν appellari, priori syllaba tribus his literis scripta, β ρ ι, sequente ζ & α, in recto saltem casu, in accusatiuo autem cum litera ν.
B Ex hoc porrò semine panis fit grauis odoris, & ater, membranosam (vt Mnesitheus scripsit) substantiam habens; quòd si nigrum quoque panem, qui ex zeia fit, esse ascripsisset, faciliùs crederem id esse semen, quod ab eo zeia nominatur. Est item in frigidissimis Bithyniæ locis semen quoddam, quod zeopyrum nominatur, prima syllaba ι non habente, vt apud Homerum habet, quum ait:

Et Zeia & triticum cum fœcundo hordeo & albo.

C Ex eo autem panis fit præstantior, quàm qui in Macedonia, aut Thracia ex briza conficitur. Ac ferè, quemadmodum nomen ipsum zeopyrum ex vtroque nomine, zea scilicet, & pyro, idest tritico componitur, sit substantia eius inter vtrumque media quodammodo est, vt si ex vtroque esset commista: proinde quanto tritico est deterius, tanto Thracia briza est præstantius. Porrò vrbium nomina, in quibus semen id prouenit, sunt Nicea, Prusa, Crassopolis, Claudiopolis, Heliopolis, & Doryle, quod quidem extremum est Phrygiæ Asiaticæ oppidum; habet autem & Phrygia ipsa semen eiusmodi in agro prouenient,
D quemadmodum & aliæ quædam vrbes finitimæ. Videre autem est panem, qui ex hoc semine conficitur tantò eo, qui ex briza in Thracia, & Macedonia fit, esse meliorem, quantò triticeo est deterior. Meminit zeæ & Theophrastus libro septimo de plantis, sic scribens: *Inter ea, quæ tritico hordeóque sunt similia, vt Zeia, olyra, tipha, auena, & egilops, zeia est firmissima, copiosissiméque fructificat, multiplicem altámque radicem effundit, culmo multiplici & crasso assurgens, fructus autem est leuissimus, & cunctis animalibus admodum iucundus.* Deinde subdit: *Tipha autem omnium est leuissima,*
E *nam calamum vnicum, eúmque tenuem habet: quare solum gracilius, nec vti Zeia, pingue ac fertile exposcit.* Post hæc subiungit: *Sunt autem hæc duo, Zeia scilicet & tipha tritico simillima.* Hæc quidem de zeia Theophrastus. Herodotus autem libro secundo ad verbum hæc scribit; *Tritico hordeóque plerique victitant, apud Ægyptios verò his in victu vti summum dedecus putatur, vtuntur autem olyris, quas alij Zeias cum z nominant.* Dioscorides quoque in secundo De medica materia, hæc scribit; *Zeia duplex est genus, quorum alterum simplex, alterum δίκοκκον nomina-*
F *tur, quòd semen duabus membranis conclusum gerat, nutrit autem hordeo valentius, tum stomachum iuuat, panis ex ea fit, qui minùs tritico nutrit. Crimnon autem, quod ex Zeia & tritico fit, estque in tritura crassior farinæ pars, ex qua fit puls, nutrit abundè, & facilè conficitur, quòd verò ex Zeia fit, ventrem magis cohibet, potissimùm si torrefacta prius fuerit.*

Præterea

Praeterea olyra eiusdem cum Zeia est generis, sed minùs aliquantò nutrit: panis quoque ex hac fit, & crimnon. Athara autem fit ex zeia trita tenuiter sub mola; sorbetur autem non secus, ac liquida pulticula, puerisque est accommoda; in cataplasmatisque ea vtimur. Tragi semen, alicae est quidem simile, nutrit autem multò minùs, quàm Zeia, quòd multum aceris habeat; ob id & concoctu est difficilior, & aluum magis mollit. De zeia igitur hæc sufficiant. Mnesitheum profectò iure quis demiretur, quòd discrimen inter olyram, ac tipham non nouerit; vtrumque enim in Asia est frequens, & potissimum in regione, quæ est supra Pergamum, adeò vt rustici ipsi panibus ex ipsis factis semper vtantur, propterea quòd triticum omne in oppida comportent. Olyrini sanè, si modò ex bona olyra fiant, post triticeos saltem sunt præstantissimi; secundi autem ab his sunt tiphini; quòd si olyrini ex vitioso semine sint facti, tiphini non erunt eis inferiores. Calidi verò panes ex laudatissima tipha facti, olyrinis longè sunt præstantiores, asseruati verò deteriores seipsis euadunt, quum enim massa illorum sit tenax, ac ductilis, densatur maiorem in modum, & maximè quum negligenter parati fuerint, adeò vt qui panem huiuscemodi post vnum, aut duos dies, ac multò magis sequentes aliquot comederit, putaturus sit lutum ventriculo suo inesse; at calidus adhuc quum est, ab ipsis etiam vrbanis expetitur, ipsúmque cum caseo quodam mandunt, quem vernaculo nomine oxygalactinon appellant; porrò hunc quoque tenerum esse oportet, & ipsum panem calorem clibani adhuc retinere, qui certè in hunc modum est assatus, non rusticis modò, sed vrbanis quoque hominibus, in deliciis habetur; qui verò trium quatuórve dierum est, vel ipsis rusticis manditur insuauius; præterea concoctu est difficilior, ac tardiùs per aluum subducitur, quæ calido minimè accidunt; qui tametsi hordeaceo, quod ad deiectionem pertinet, multùm relinquitur, non tamen in eo adeò, vt miliaceus, est vituperandus; quin etiam corpus admodum, dum calidus est, nutrit vt pene triticeo syncomisto par sit. Habet autem tiphæ semen extrinsecus corticem veluti olyra, & hordeum, verùm decorticatum, in panes congeritur, omninóque vsu accommodatur; nam & ex aqua manditur elixum, haud aliter, ac vocatus à rusticis apothermus, sapa (quam alij σίραιον, nos ἕψημα vocamus) iniecta; nonnunquam etiam cum sale esitatur, quomodo me triticum ipsum retuli comedisse. Ex nobilissima autem olyra, quum vt decet, fuerit decorticata, nominatum tragum conficiunt, quo plerique vtuntur primùm in aqua decoquentes, deinde ea effusa, sapam, aut vinum dulce, aut mulsum infundentes, superiniiciunt & pineas nuces aqua præmaceratas, donec plurimùm intumuerint. Quidam autem semen hoc, genere quidem, non tamen specie, cum olyris idem esse affirmant. Sunt autem & alia permulta semina prædictis quidem assimilia, non tamen eadem penitus specie, quæ partim in hordei, ac tiphæ, partim in tiphæ olyræque, aut olyræ & tritici medio sunt loco; quædam verò ad olyræ, alia ad hordei, aut tiphæ, alia ad tritici, ceu alia ad panici, alia ad milij naturam, proximè accedunt, quæ nomina habent, alia simplicia, vt in Italia ex quo alicam faciunt, alia composita,

A καὶ ὀλύρα δὲ ἐκ τοῦ αὐτοῦ γένους ἐστὶ τῆς ζειᾶς, ἀτροφωτέρα δὲ κατὰ τὸ ποσὸν ἐκείνης. ἀρτοποιεῖται δὲ καὶ αὕτη, καὶ κρίμνον ἐξ αὐτῆς ὡσαύτως γίνεται. ἀθάρα δὲ ἐκ τῆς ἀληλεσμένης εἰς λεπτὰ ζειᾶς, σκευάζεται. ἔστι δὲ ῥόφημα, ὥσπερ πολτάριον ὑγρὸν, παιδίοις ἁρμόζον, ποιεῖ δὲ καὶ εἰς κατάπλασμα. ὁ δὲ τράγος τὸ σπέρμα μὲν παραπλήσιον χόνδρῳ, ἀτροφώτερος δὲ πολὺ ζειᾶς, διὰ τὸ πολὺ ἔχειν τὸ ἀχυρῶδες. διὸ καὶ δυσκατέργαστός ἐστι, καὶ κοιλίας μαλακτικώτερος. περὶ μὲν οὖν τῶν ζειῶν, ἱκανὰ καὶ ταῦτα. θαυμάσαι τοίνυν ἄν τις τοῦ Μνησιθέου, μὴ γινώσκοντος ὅπῃ διαφέρουσιν
B αἱ ὀλύραι τιφῶν. ἔστι γὰρ ἑκάτερον ἐν Ἀσίᾳ πολὺ, καὶ μάλιστα κατὰ τὴν ὑπερκειμένην Περγάμου χώραν, ὡς τοὺς ἀγροίκους ἀεὶ χρῆσθαι τοῖς ἐξ αὐτῶν ἄρτοις διὰ τὸ τοὺς πυροὺς εἰς τὰς πόλεις κατακομίζεσθαι. οἱ μὲν οὖν ὀλύρινοι κάλλιστοι, μετὰ γὰρ τοὺς πυρίνους εἰσὶν, ὅταν γε εὐγενεῖς ὦσιν αἱ ὀλύραι. δεύτεροι δὲ αὐτῶν, οἱ τίφινοι. μοχθηρῶν δὲ οὐσῶν τῶν ὀλυρῶν, οὐδὲν ἐκείνων ἀπολείπονται, βελτίστων δὲ τῶν τιφῶν οὐσῶν, οἱ θερμοὶ τίφινοι πολὺ κρείττους εἰσὶν τῶν ὀλυρίνων. ἑωλισθέντες δὲ χείρους αὐτῶν γίνονται. ὁλκιμώτερον γὰρ ἔχοντες τὸ σταῖς πυκνοῦνται πάνυ σφόδρα, καὶ μάλιστα
C ὅταν ἀμελῶς σκευασθῶσιν, ὥστε καὶ μετὰ μίαν ἡμέραν, ἢ δύο, καὶ πολὺ μᾶλλον ἐν ταῖς ἐφεξῆς, ὁ φαγὼν τὸν ἄρτον τοῦτον οἴεται πηλὸν ἐγκεῖσθαι τῇ κοιλίᾳ. θερμὸς δὲ ὢν ἔτι, καὶ τοῖς ἐκ τῶν πόλεων σπουδάζεται μετὰ τυροῦ τινος προσφερόμενος, ἐπιχωρίως δὲ ὀνομάζουσιν αὐτὸν ὀξυγαλάκτινον. εἶναι δὲ χρὴ καὶ τοῦτον ἁπαλὸν, καὶ τὸν ἄρτον ἔτι διαφυλάττοντα τὴν ἐκ τοῦ κλιβάνου θερμασίαν. ὁ μὲν οὖν οὕτως ὠπτημένος οὐ μόνον τοῖς κατ᾽ ἀγρὸν, ἀλλὰ καὶ τοῖς ἐν ταῖς πόλεσι περισπούδαστός ἐστιν. ὁ δὲ τριῶν, ἢ τεττάρων ἡμερῶν, καὶ τοῖς ἀγροίκοις αὐτοῖς ἀηδέστερος μὲν ἤδη βρωθῆναι, δυσχερέστερος
D δὲ πεφθῆναι, βραδυπορώτερος δὲ κατὰ γαστέρα, τοῦ θερμοῦ μηδὲ τοῦτ᾽ ἔχοντος τὸ σύμπτωμα. πολὺ μὲν γὰρ ἀπολείπεται, διαχωρήσεως ἕνεκα, τοῦ κριθίνου. μεμπτὸς δ᾽ οὐκ ἔστιν ὁμοίως τῷ κεγχρίνῳ, καὶ μέντοι καὶ τρέφει τὸ σῶμα θερμὸς ὢν ἱκανῶς, ὡς μὴ ἀπολείπεσθαι πολὺ τοῦ πυρίνου συγκομίστου. τὸ δὲ σπέρμα, τὸ τῆς τίφης ἔχει μὲν ἔξωθεν λέμμα, καθάπερ καὶ ὀλύρα, καὶ κριθή. πτισθὲν δὲ ἀρτοποιεῖται, καὶ ὅλως εἰς χρῆσιν ἄγεται. καὶ γὰρ ἐξ ὕδατος ἑψηθὲν ἐσθίεται κατὰ τὸ ὑπὸ τῶν ἀγροίκων ὀνομαζόμενον ἀπόθερμον, ἐμβαλλομένου τοῦ, παρ᾽ ἡμῖν μὲν ἑψήματος, ὑπ᾽ ἐνίων
E δὲ σιραίου καλουμένου, καί ποτε, καὶ μεθ᾽ ἁλῶν ἐσθίεται, καθάπερ ἔφην ἐδηδοκέναι τοὺς πυροὺς αὐτὸς ἐγώ. τὴν δὲ εὐγενεστάτην ὀλύραν, ὅταν ὡς χρὴ πτίσωσιν, τὸ ὀνομαζόμενον τράγον ποιοῦσιν, ᾧ πολλοὶ χρῶνται δι᾽ ὕδατος ἕψοντες. εἶτα τὸ μὲν ὕδωρ ἀποχέοντες, ἐπιχέοντες δὲ σίραιον, ἢ οἶνον γλυκὺν, ἢ οἰνόμελι, παρεμβάλλουσι δὲ καὶ κώνους ἐν ὕδατι διαβεβρεγμένους, ὡς ἐπὶ τὸ πλεῖστον ἐξῳδηκέναι. τινὲς δὲ ὁμογενὲς μὲν, οὐχ ὁμοειδὲς δὲ τὸ σπέρμα τοῦτο ταῖς ὀλύραις εἶναί φασι. πολλὰ δὲ καὶ ἄλλα σπέρματα παραπλήσια μὲν, οὐκ ἀκριβῶς δὲ ταὐτὸν εἶδος ἔχοντα τοῖς εἰ-
F ρημένοις ἐστὶ, τὰ μὲν ἐν τῷ μεταξὺ κριθῆς τε, καὶ τίφης, τὰ δὲ ὀλύρας τε, καὶ τίφης, ἢ μεταξὺ πυροῦ τε, καὶ τῆς ὀλύρας. ἔνια δ᾽ ἐγγυτάτω τῆς φύσεώς ἐστι, τὰ μὲν ὀλύρας, τὰ δὲ κριθῆς, ἢ τίφης, ἢ πυροῦ. καθάπερ ἄλλα, τὰ μὲν ἐλύμου, τὰ δὲ κέγχρου προσηγορείας ἔχοντα, τινὰ μὲν ἁπλᾶς, ὥσπερ ἐν Ἰταλίᾳ ἐξ οὗ τὸν χόνδρον ποιοῦσιν, ἔνια δὲ συνθέτους,

ὡς ἐν Καππαδοκίᾳ μὲν τὸ καλούμενον γυμνόκριθον, κατὰ δὲ τὴν Βιθυνίαν τὸ ζεόπυρον. ἄμεινον δ' ἐστὶν ἀποστάντα τῆς τοιαύτης ἱστορίας, οὐ μόνον τῶν ὀνομάτων, ἀλλὰ καὶ τῶν σπερμάτων, ἕνα τινὰ κοινὸν περὶ ἁπάντων λόγον διελθεῖν. ὅσα μὲν ἐν ὄγκῳ βραχεῖ πλείστην οὐσίαν ἔχει, καὶ ταύτην παχεῖαν, καὶ γλίσχραν, εὐχυμότατά τε, καὶ τροφιμώτατα ταῦτ' ἐστιν, οὐ μὴν ὑποχωρεῖ γε ῥᾳδίως. ὅσα δ' ἔμπαλιν τούτοις, χαύνην μὲν ἔχει καὶ μαλακὴν οὐσίαν, τὰ μόρια δὲ αὐτῶν πιτυρώδη, διαχωρεῖται μὲν ἄμεινον, ἧττον δὲ τρέφει. τούτων δὲ αὐτῶν, ὅσα δυσώδη τέ ἐστι, καὶ ἀηδίαν τινὰ ἔχοντα κατὰ τὴν γεῦσιν, εὔδηλον ὡς κακόχυμά τε, καὶ δύσπεπτα πάντ' ἐστί. τὸ δὲ ἐν ὄγκῳ μικρῷ πλείστην οὐσίαν εἶναι, τό τε βάρος ἱσταμένων αὐτῶν ἐπὶ ζυγοῦ σημεῖον ἔστω σοι, καὶ τὸ τῶν ἀλεύρων πλῆθος. ἐξ ὀλίγου γὰρ ὄγκου πολὺ γίνεται, τοῖς πεπιλημένην ἔχουσι τὴν οὐσίαν σπέρμασιν. ἡ δὲ κατὰ θερμότητά τε, καὶ ψυχρότητα διαφορά, πρὶν μὲν τὸ προσενέγκασθαί τε, καὶ λαβεῖν ἔσω τοῦ σώματος, ἔκ τε τῆς χροιᾶς ἐπιλογίζεσθαι σοι, καὶ τῆς γεύσεως, καὶ τῆς ἔξωθεν ἐπιτιθεμένης αὐτῶν χρήσεως. ἐπὶ δὲ τῷ προσενέγκασθαι, καὶ λαβεῖν ἔσω τοῦ σώματος, ἡ διάγνωσις ἀκριβής, καὶ συναίσθησις αὖθις τοῖς φαγοῦσι γίνεται κατὰ τὴν γαστέρα, τοῦ θερμαίνειν τὸ ληφθέν, ἢ ψύχειν, ἢ μηδέτερον ἐπιφανῶς ἐργάζεσθαι. χροιὰ δὲ κατὰ φύσιν ἐν μὲν κριθαῖς καὶ ὀλύραις ἡ λευκή, τῶν πυρῶν δὲ ὑπόξανθος. αἱ τῖφαι δὲ καὶ τῶν πυρῶν εἰσι ξανθότεραι. καὶ μέντοι καὶ πεπίληται τὸ σῶμα αὐτῶν εἰς πυκνότητα, καὶ ἴσως καὶ τοῦτο συντελεῖ τι πρὸς τὴν σμικρότητα τοῦ σπέρματος. ἀπολείπονται γὰρ οὐκ ὀλίγῳ κατὰ τὸ μέγεθος τῶν πυρῶν. ἔνιοι δὲ ἐν τῷ τῶν πυρῶν γένει καὶ τοῦτο τιθέντες τὸ σπέρμα, καὶ τό γε παρ' Ὁμήρῳ λεγόμενον ἐπὶ τῶν ἵππων, ἔνθα φησὶν ὁ Ἕκτωρ πρὸς αὐτούς·

Ὑμῖν μὲν προτέροισι μελίφρονα πυρὸν ἔθηκε,

ἐπὶ τοῦ τῆς τίφης σπέρματος εἰρῆσθαι λέγουσι. μικρὸν γὰρ εἶναι πυρὸν αὐτήν, καὶ τοὺς ἵππους ταύτας μὲν ἀβλαβῶς ἐσθίειν, τοὺς δὲ ὄντως πυροὺς οὐκ ἀβλαβῶς. οὐκ ἀπιθάνως δ' ἄν τις ὀνομάζοι πυρὸν μικρὸν τὴν τίφην, καὶ τῇ χροιᾷ, καὶ τῇ πυκνότητι, καὶ θερμότητι τῆς δυνάμεως ἐοικυῖαν αὐτοῖς.

vt in Cappadocia quod vocatur gymnocrithon, id est hordeum nudum, ac corticis expers, in Bithynia autem zeopyron. Verùm satius fuerit eiusmodi nominum, ac seminum disquisitione omissa, de omnibus communi quodam sermone tractare. Quæ igitur parua mole plurimam habent substantiam eámque crassam ac viscidam, optimi sunt succi ac multi alimenti, non tamen facilè per aluum secedunt, quæ verò his sunt contraria, mollem quidem, ac laxam habent substantiam, partes autem ipsorum furfureæ citiùs quidem subducuntur, sed alunt minus. In his ipsis quæ graueolentia sunt, & gustum quendam habent iniucundum, perspicuum est quod omnia & praui succi sunt, & coctu difficilia. Quòd autem exiguæ moli permultum insit substantiæ, tum ex pondere, cum in statera appenduntur, tum ex farinæ copia cognosces, ea namque copiosa in iis seminibus, quæ compacta densáque sunt substantia, ab exigua mole redditur. Porrò caliditatis & frigiditatis discrimen ante quidem, quam edantur, atque intrò in corpus sumantur, quum ex colore, & gustu facilè tibi erit colligere, tum etiam ex vsu, quem foris applicata afferunt; postea autem quam esitata, atque intrò in corpus sumpta fuerint exactam sui dignotionem, ac sensum dum in ventre sunt, iis qui sumpserint, afferunt, quòd calefaciant, aut refrigerent aut neutrum horum manifestè efficiant. Quod verò ad colorem naturalem attinet in hordeis quidem & olyris est albus, in triticeis autem subflauus, tiphæ autem vel triticis sunt flauiores. Quin & harum corpus coactum est, ac densum, quod fortassis ad seminis paruitatem nonnihil adfert momenti; est enim id tritico longè exilius, quamquam non desint qui ipsum quoque in tritici numero ponant, & quod apud Homerum equis dicitur, vbi illos Hector ita affatur,

Triticum enim vobis primum prædulce ferebam,

de tiphæ semine dictum esse aiunt, esse enim illam equis paruum triticum, eámque ipsos sine noxa mandere, verum autem triticum non sine noxa. Nec absurdè certè tipham quis triticum exile vocauerit, quum ei & colore, & densitate, & caliditate sit adsimilis.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΔ.

Περὶ βρόμου.

Τοῦτο τὸ σπέρμα πλεῖστόν ἐστιν ἐν Ἀσίᾳ, καὶ μάλιστα κατὰ τὴν ὑπερκειμένην Περγάμου Μυσίαν, ἔνθα καὶ τῖφαι, καὶ ὀλύραι πάμπολλαι γίγνονται. τροφὴ δ' ἐστὶν ὑποζυγίων, οὐκ ἀνθρώπων, εἰ μή ποτε ἄρα λιμώττοντες ἐσχάτως, ἀναγκασθεῖεν ἐκ τούτου τοῦ σπέρματος ἀρτοποιεῖσθαι. χωρὶς δὲ λιμοῦ δι' ὕδατος ἑψηθέν, ἐσθίεται μετ' οἴνου γλυκέος, ἢ ἑψήματος, ἢ οἰνομέλιτος ὁμοίως τῇ τίφῃ. θερμότητος δὲ ἱκανῶς μετέχει, παραπλησίως ἐκείνῃ, καίτοι οὐχ ὁμοίως αὐτῇ σκληρὸν ὑπάρχον. διὸ καὶ τροφὴν ἐλάττονα παρέχει τῷ σώματι. καὶ ἄλλως δέ ἐστιν ἀηδὴς ὁ ἐξ αὐτοῦ γινόμενος ἄρτος, οὐ μὴν ἐπισχετικὸς γαστρός, ἢ προτρεπτικός, ἀλλ' ἐν τῷ μέσῳ κατά γε τοῦτο τεταγμένος.

CAPVT XIV.

De bromo aueuæ specie.

Hoc semen in Asia est frequentissimum, & potissimum in Mysia, quæ est supra Pergamum, vbi & tiphæ & olyræ vberrimus est prouentus. Iumentorum autem est alimentum, non hominum, nisi vtique aliquando extrema fame ad panes ex eo quoque semine conficiendos compellantur: citra famem autem coctum ex aqua manditur cum vino dulci, aut sapa, aut mulso non aliter, quàm tipha. Calidum autem est admodum, non secus, ac illa; quanquam non æquè est durum, ex quo minus quoque corpus nutrit; & panis, qui ex eo fit, alioqui est insuauis, non tamen aluum, aut sistit, aut proritat, sed quod ad id saltem pertinet, medium locum obtinet.

A

CAPVT XV.

De Milio, & Panico, quod Melinen vocant.

HIs item in pane nonnunquam vtuntur vrgente dictarum frugum penuria, panis tamen qui ex eis fit, exigui est alimenti, ac frigidus, perspicuumque est, quod præaridus est, ac friabilis, nihil enim in se habet, neque lentoris, neque pinguedinis, iure ergo aluum humentem desiccat. Agricolæ autem horum farinam coquentes, deinde adipem suillam, aut oleum miscentes esitant. Porrò milium ad omnia panico est præstantius, suauiusque editur, facilè concoquitur, ventrem minus sistit, magis nutrit. Nonnunquam autem rustici farinam ipsorum lacti incoctam mandunt, non aliter, quam tritici; & liquet, quòd id edulium, ipsum per se sumptum, tanto est præstantius, quantò lac vtriusque seminis naturam ad boni succi procreationem, aliáque omnia excellit; dico autem alia omnia, concoctionem, ventris subductionem, distributionem, & ipsam in edendo dulcedinem, ac voluptatem. Nihil enim suauitatis seminibus inest, præsertim panico, quod in nostra Asia nascitur; nam apud alias gentes, vt in Italia multo melius prouenit.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΕ'.

Περὶ κέγχρου, καὶ ἐλύμου, ὃν καὶ μελίνην ὀνομάζουσι.

ΓΙνεται μὲν ἄρτος ποτὲ κἀκ τούτων, ὅταν ἀπορία καταλάβῃ τῶν προγεγραμμένων σιτηρῶν ἐδεσμάτων. ὀλιγότροφος δ' ἐστὶ, καὶ ψυχρὸς, καὶ δῆλον, ὅτι κραῦρός ἐστι, καὶ ψαθυρὸς, ὡς ἂν μηδὲν ἔχων ἐν αὑτῷ, μήτε λιπαρὸν, μήτε γλίσχρον. εἰκότως οὖν ὑγραινομένην γαστέρα ξηραίνει, τὸ δὲ ἄλευρον ἕψοντες αὐτῶν ἐν τοῖς ἀγροῖς, εἶτα πιμελὴν χοιρείαν, ἢ ἔλαιον ἀναμιγνύντες ἐσθίουσι. B κρείττων δ' ἐστὶν ἐλύμου κέγχρος εἰς πάντα, καὶ ἥδιον ἐς ἐδωδὴν, καὶ εὐπεπτότερός ἐστι, καὶ ἧττον ἐπέχει γαστέρα, καὶ μᾶλλον τρέφει, καὶ μετὰ γάλακτος δ' ἐνίοτε τὸ ἄλευρον αὐτοῦ ἑψήσαντες ἐσθίουσιν, ὥσπερ τὸ τῶν πυρῶν οἱ ἄγροικοι, καὶ δῆλον, ὅτι τὸ ἔδεσμα τοῦτο, τοσοῦτον κρεῖττόν ἐστι κατὰ μόνας αὐτὸ ἐσθιόμενον, ὅσῳ καὶ τὸ γάλα τῆς ἀμφοτέρων φύσεως εἰς εὐχυμίαν τε, καὶ τἆλλα πάντα διενήνοχε. λέγω δὲ τἆλλα πάντα, πέψιν τε καὶ ὑπαγωγὴν γαστρὸς, ἀνάδοσίν τε, καὶ τὴν ἐν τῷ προσφέρεσθαι γλυκύτητα, καὶ ἡδονήν. οὐδὲν γὰρ ἡδὺ τοῖς σπέρμασι τούτοις ὑπάρχει, καὶ μάλιστα τῷ ἐλύμῳ κατά γε τὴν ἡμετέραν Ἀσίαν. C ἐν ἄλλοις γὰρ ἔθνεσιν, ὥσπερ καὶ ἐν Ἰταλίᾳ πολὺ βελτίων τυγχάνει.

CAPVT XVI.

De leguminibus.

LEgumina appellant ea cerealia semina, ex quibus panis non fit, vt putà fabas, pisa, cicera, lentes, lupinos, oryzam, eruum, ciceras, aracos, eruilias, phaselos, fœnum græcum, aphacen, & siqua sunt similia De quorum omnium facultate deinceps tractabimus, vt quum ea nota fuerint, vsus ipsorum minus sit noxius.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ιϛ'.

Περὶ ὀσπρίων.

ΟΣπρια καλοῦσιν ἐκεῖνα τῶν δημητρείων σπερμάτων ἐξ ὧν ἄρτος οὐ γίνεται, κυάμους, πισοὺς, ἐρεβίνθους, φακοὺς, θέρμους, ὄρυζαν, ὀρόβους, λαθύρους, ἀράκους, ὤχρους, φασήλους, τῆλιν, φακὴν, εἴτε τι τοιοῦτον. περὶ πάντων οὖν D ἐξῆς ἐρῶ τῆς δυνάμεως, ὡς ἂν γιγνώσκων τις ἀβλαβέστερον αὐτοῖς χρῷτο.

CAPVT XVII.

De Oryza.

SEmine hoc omnes in sistenda aluo vtuntur, ipsum eodem modo, quo alicam, coquentes; difficilius tamen, quàm alica, conficitur, & minùs alit, ceu vtique & in edendi suauitate ab ea quam plurimùm relinquitur.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΖ'.

Περὶ ὀρύζης.

ΤΩι σπέρματι πάντες εἰς ἐπίσχεσιν γαστρὸς χρῶνται, τὴν ἕψησιν αὐτοῦ παραπλησίαν ποιοῦντες χόνδρῳ, δυσπεπτότερον δέ ἐστιν χόνδρου. καὶ τρέφει ἧττον, ὥσπερ γε καὶ εἰς ἐδωδὴν ἡδονῆς ἀπολειπόμενον αὐτοῦ πάμπολυ.

E

CAPVT XVIII.

De Lentibus.

NEque ex his panem quis facit, aridæ enim sunt, ac friabiles, corticemque habent adstringentem; & quæ ipsorum est velut caro, crassi est succi, ac terrei, austeram qualitatem habens exiguam, cuius cortex multæ est particeps. Succus porrò in ipsis est, vt ante retulimus, adstringenti contrarius: quocirca siquis in aqua ipsas coxerit, & deinde aquam sale, aut garo, & cum ipsis oleo condiens sumpserit, potus is aluum deiicit. At ex bis decoctis lentibus ad eum modum, quem retulimus, lens apparata, facultatem habet succo contrariam, vt quæ ventris fluxus siccet, stomachum, intestina & totum denique ventrem corroboret; quamobrem cœliacis, & dysentericis cibus est accommodus.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΗ'.

Περὶ φακῶν.

ΟΥδ' ἐκ τούτων ἀρτοποιεῖταί τις, ἀλιπεῖς γάρ εἰσι καὶ ψαθυροὶ, στυπτικὸν ἔχοντες τὸ λέμμα, τὴν δ' οἷον σάρκα παχύχυμόν τε καὶ γεώδη, καὶ βραχύ τι ἔχουσαν αὐστηρᾶς ποιότητος, ἧς τὸ λέμμα πολλῆς μετέχει. χυμὸς δ' ἐν αὐτοῖς ἐστιν, ὡς καὶ πρόσθεν εἶπον ἐναντίος τῷ στυπτικῷ· διὸ κἂν ἑψήσας τις αὐτοὺς ἐν ὕδατι προσενέγκηται τὸ ὕδωρ, ἡδύνας ἅλσιν, F ἢ γάρῳ, καὶ μετ' αὐτῶν ἐλαίῳ, διαχωρητικὸν γίνεται πόμα· δὶς δ' ἑψηθέντων, ὥσπερ εἴρηται τῶν φακῶν, ἡ ἐξ αὐτῶν σκευαζομένη φακῆ, καὶ τὴν ἐναντίαν ἔχει δύναμιν τῷ χυλῷ, ξηραίνουσα τὰ κατὰ γαστέρα ῥεύματα, καὶ τόνον ἐντιθεῖσα τῷ στομάχῳ, καὶ τοῖς ἐντέροις, καὶ συμπάσῃ τῇ γαστρί, διὰ τοῦτο οὖν οἰκεῖόν ἐστιν ἔδεσμα κοιλιακῶν τε, καὶ δυσεντερικῶν.

A ἡ δὲ ἀφῃρημένη τὸ λέμμα φακὴ, τὸ μὲν ἰσχυρὸν τῆς στύψεως ἀπόλλυσι, καὶ τὰ αὐτῇ συνεπόμενα δηλονότι. Τροφιμωτέρα δὲ γίγνεται τῆς ἀπτίστου, παχύχυμός τε οὖσα καὶ κακόχυμος, καὶ βραδύπορος, οὐ μὴν ξηραντική γε τῶν κατ᾽ αὐτὴν ῥευμάτων, ὥσπερ ἡ ἄπτιστος. Εἰκότως οὖν οἱ πλεονάζοντες ἐν τούτῳ τῷ ἐδέσματι, τούς τε καλουμένους ἐλέφαντας ἴσχουσι, καὶ τοὺς καρκίνους. ἐπιτήδειον γάρ ἐστι τὸ παχὺ καὶ ξηρὸν ἔδεσμα, μελαγχολικὸς γενέσθαι χυμός, οἷς μὲν οὖν ἐστιν ὑδατώδης ἐν ταῖς σαρξὶ καχεξία, τούτοις μόνον ὠφέλιμον ἔδεσμα φακὴ, καθάπερ τοῖς ξηροῖς, καὶ αὐχμώδεσι βλαβερώτατον. ὡσαύτως δὲ καὶ τὴν ὄψιν ἀμβλυώττει μὲν, τὴν ὑγιεινῶς διακειμένην ἀποξηραίνουσα, τὴν δὲ ἐναντίως ἔχουσαν, ὀνίνησιν. B οὐκ ἐπιτήδειος ἐστιν οὐδὲ εἰς τὰς ἐμμήνους καθάρσεις, παχὺ καὶ δύσρουν ἐργαζομένη τὸ αἷμα. τῷ δὲ καλουμένῳ ῥῷ γυναικείῳ χρησιμωτάτη. τὴν δὲ ἐναντίαν αὐτῇ, κατά γε τοῦτο δύναμιν ἐχούσης τῆς πτισάνης, ἐξ ἀμφοτέρων μιχθέντων, ἔδεσμα γίνεται κάλλιστον, ὃ καλοῦσιν οἱ παρ᾽ ἡμῖν ἄνθρωποι φακοπτισάνην, οὐκ ἴσον τῷ μέτρῳ μιγνύντες, ἀλλ᾽ ἔλαττον ἐμβαλόντες τῆς πτισάνης, ὡς ἂν χυλουμένης τε, καὶ εἰς ὄγκον αἰρουμένης μέγαν. οἱ φακοὶ δ᾽ ἑψημένοι βραχύ τι προσογκοῦσιν. C ἥ γε μὴν ἄρτυσις ἡ αὐτὴ, καὶ τούτῳ τῷ ἐδέσματι, τῷ κατὰ τὴν πτισάνην ἐστὶ, πλὴν ὅτι θύμβρας, ἢ γλήχωνος ἐπεμβαλλομένης, ἡδεῖά τε ἅμα καὶ εὐπεπτοτέρα γίνεται, τῆς πτισάνης οὐ χαιρούσης τούτοις, ἀλλ᾽ ἀρκουμένης ἀνήθῳ καὶ πράσῳ μόνῳ. μοχθηροτάτη δ᾽ ἐστὶν σκευασία φακῆς, ἡ διὰ τοῦ σιραίου τοῖς πλουσίοις παρασκευαζομένη ὑπὸ τῶν μαγείρων. δεῖται γὰρ οὐ παχυνόντων μίξεως, ἀλλ᾽ ὑγρῶν, καὶ τεμνόντων τὸ πάχος αὐτῆς μᾶλλον. ἡ δὲ τῷ σιραίῳ μιχθεῖσα τὰς καθ᾽ ἧπαρ ἐμφράξεις ἐργάζεσθαι πέφυκεν. αὐξάνει δὲ τὰς φλεγμονὰς ἔν τε τούτῳ τῷ σπλάγχνῳ, καὶ σπληνί, εἰ μὴ μέλιτός τι προσλάβοι βελτίων γιγνομένη. D πρόδηλον δὲ ὅτι καὶ τὰς σκιρρώδεις διαθέσεις ἀμφοτέρων τῶν σπλάγχνων παροξυνεῖ. κρέας δὲ χοίρειον εἰ βούλει συνέψειν, τῇ μὲν πτισάνῃ τὸ πρόσφατον, τῇ δὲ φακῇ τὸ ταριχηρὸν ἁρμόττον εὑρήσεις. ὥσπερ γε τὸ μεταξὺ τούτων, ὃ νεαλὲς ὀνομάζουσι, τῇ φακοπτισάνῃ χρήσιμον, εἰς ἡδονήν τε καὶ πέψιν ἐστὶν, ἥ γε μὴν εἰς τοὺς παχεῖς χυμοὺς ἐπίδοσις, τῇ φακῇ μετὰ τῶν ταριχηρῶν κρεῶν ἐσθιομένῃ μᾶλλον γίγνεται. καὶ γὰρ καὶ ταῦτα παχύτερόν τε, καὶ μελαγχολικώτερον αἷμα γεννᾷ. διόπερ οὐ χρὴ πλεονάζειν οὐδὲ ἐν τούτοις, καὶ μάλιστα ὅταν ἤτοι μελαγχολικὸν, ἢ λίαν παχύχυμον, ἢ ὅλως κακόχυμον ᾖ τινι τὸ σῶμα. E τὰ δ᾽ αὐτὰ, καὶ περὶ τῶν χωρῶν, ὡρῶν τε, καὶ καταστάσεων ἐπινοεῖν σε χρὴ, καθ᾽ ἕκαστον ἔδεσμα, φειδόμενον μὲν ἐν φθινοπώρῳ τῶν μελαγχολικῶν, καὶ ξηραινόντων ἐδεσμάτων. ἐν χειμῶνι δὲ χρώμενον, ὥσπερ γε καὶ κατὰ τὸ θέρος τοῖς ὑγραίνουσι, καὶ ψύχουσιν. ἐν ἦρι δὲ μέσης ὄντι κράσεως, τὰ μέσα ταῖς δυνάμεσιν σιτία προσενεκτέον. ἔστι δέ τι τῶν μέσων, οὐχ ἓν εἶδος. ἔνια μὲν γὰρ τῷ μηδόλως μετέχειν τῶν ἄκρων ἐστὶ τοιαῦτα. τινὰ δὲ ἐκ τῆς ἀμφοῖν ἰσοκρατουσῶν μίξεως ἐπικτᾶται τὴν μεσότητα, καθάπερ ὀλίγον ἔμπροσθεν ἔλεγον, ὅταν τῇ πτισάνῃ μίξῃ τις τὴν φακήν, οὕτω δὲ καὶ F τὴν τευτλοφακῆν ὁ Ταραντῖνος Ἡρακλείδης οὐ μόνον ὑγιαίνουσιν, ἀλλὰ καὶ νοσοῦσιν ἐδίδοτο. μέσον γὰρ καὶ τοῦτ᾽ ἐστιν ἐξ ἐναντίων συγκείμενον ἔδεσμα. διότι τεῦτλον μὲν ἧττον ὑπάγει, φακὴ δὲ διαχωρεῖται μᾶλλον. εὔδηλον δὲ ὅτι καὶ ὁ ἀναδιδόμενος ἐξ αὐτῆς χυμὸς εἰς τὸ σῶμα, μικτὸς ἐκ τῆς ἀμφοτέρων ἐστὶ δυνάμεως τῆς τε φακῆς, καὶ τοῦ τεύτλου.

A Lens verò decorticata, vt illam adstringendi vehementiam, & ea quæ ipsam consequuntur amittit, ita magis nutrit, quàm quę cortice spoliata non est, succum crassum prauúmq; gignit, tardéque commeat, non tamē alui fluxus desiccat, vti ea, cui cortex non est ademptus. Iure igitur qui largiùs hoc edulio vtuntur, elephantiasim quam vocant & cācros incurrunt; siquidem crassa siccaq; cibaria succo melancholico generādo sunt idonea. Quare iis dumtaxat, quibus aquea in carnibus est cachexia, lens vtilis est cibus, sicuti aridis, & squallentibus admodum noxius. Eandem ob causam visum integrum & inculpatum hebetat, ipsum immoderatè B exiccans; ei verò, qui contrario modo se habet cōfert. Menstruis autem purgationibus non est accommoda, crassum enim & tardifluum sanguinem reddit, at muliebri nuncupato profluuio est vtilissima. Quum autem ptisana in eo saltem contrariam ipsi habeat facultatem, ex amborum mixtione pręstantissimum edulium componitur, quod homines nostrates phacoptisanam nuncupant, vtrumque haud æquali portione miscētes, sed ptisanæ minus iniicientes, vt quæ in succum vertatur, & in molem magnā attollatur, lens autem cocta exiguum quēdam tumorem asciscat, hoc tamē edulium eodem, C quo ptisana, modo paratur, pręterquam quòd satureia, aut pulegiū adiicitur; quo fit vt suauius simul & concoctu facilius reddatur, cum ptisana illis minimè gaudeat, sed solo anetho porróque sit contēta. Pessimè autem coqui diuitibus lentem sapa apparant, quando quidem lens haudquaquam incrassantium mixtionem postulat, sed humidorum potius, & quæ suam ipsius crassitiem incidāt; cui verò sapa commiscetur, iecoris obstructiones solet gignere, viscerísque huius, ac lienis inflammationes inauget, nisi melle addito melior fiat, perspicuum autem est, quod & scirrhosos visceris vtriusque af- D fectus exacerbat. Quòd si suillam simul libeat coquere, ptisanæ quidem recentem, lenti autem sale iamdiu conditam reperies accommodam; veluti sanè, quæ inter eas est media, quam nuper salsam appellant, phacoptisanæ est accommoda, tum si suauitatem, tum etiam si coctionem spectes. Magis tamen lens cum salsis carnibus esitata crassos humores augebit; nam hæ quoque sanguinem crassiorem, & melancholicum magis generant, quapropter non est his copiosiùs vtendum, & maximè si cui corpus sit aut melancholicum, aut crasso, aut (vt omnia complectar) prauo succo abundet. Hæc E eadem & de regionibus, anni temporibus, & aëris constitutionibus, in quoque edulio intelligere oportet, ac autumno quidem melancholicis cibis, ac siccantibus abstinere, hyeme verò eis vti, quemadmodum sanè æstate humectantibus, & refrigerantibus, verè autem, quòd medij sit temperamenti, mediæ facultatis cibos edere. Est porrò mediorum non vna species, quædam enim sunt huiusmodi, quòd extremorum omninò sint expertia, quædam autem ex amborum æquè pollētium mixtione mediocritatem sunt adepta, quod paulò ante dixi, quum quis ptisanæ lentem commiscuerit. Sic & ex beta & lente mixtam compositionem Hera- F clides Tarentinus non sanis modò, verùm etiam ægrotantibus exhibebat, est enim id edulium modium ex pugnantibus compositum, quod beta quidem minus subsideat, lens autem magis subducatur. Perspicuum autem est, quòd succus teutlophaces, qui in corpus distribuitur, ex amborum facultate, lentis videlicet, ac betæ, est mixtus.

CAP.

CAPVT XIX.

De Fabis.

FAbarum quoque vsus est multiplex, quippe ex iis conficitur puls, tum liquida in ollis, tum spissa in patinis. Tertius præterea ipsam præparandi est modus, qui fit cum ptisana: & plurimo sanè hoc edulio gladiatores quotidie apud nos vtuntur, corporis habitum carne non densa nec constricta (cuiusmodi est suilla) implentes, sed quodam modo fungosiore. Flatulentus autem est is cibus, etiam si elixatus diutissimè fuerit ac quouis modo paratus, quum tamen ptisana tempore, quo coquitur flatum omnem deponat: qui autem animum attendunt, eosque affectus, qui cibos singulos manent, animo assequuntur, sentiunt in toto corpore velut à spiritu flatulento tensionem quandam, potissimùm si quis huic cibo non est assuetus, aut ipsum non bellè percoctum sumpserit. Habent autem fabæ substantiam non densam, nec grauem, sed fungosam, ac leuem, quæ vim quandam, quo modo ptisana, habet detergendi; apparet enim perspicuè ipsarum farinam sordes à cute detergere, quod mangones, ac mulieres intelligentes, in balneis quotidie fabarum farina vtuntur, quemadmodum alij nitro, atque aphronitro, & in summa detergentibus; hac præterea & faciem inungunt quemadmodum ptisanâ, tollit enim lentes quæ in summa cute apparent, & quam vocant ephelin. Ob hanc sanè facultatem ventrem non cunctanter permeat, vt quæ crassi sunt succi, ac lenti, quæque nullam detergendi habent facultatem, cuiusmodi esse diximus alicam, tragum, similaginem & amylum. Quum autem fabarum puls sit flatulenta multo adhuc magis erunt flatulentæ, siquis integris ipsis coctis vtatur. Si tamen frixæ fuerint (quidam enim hoc modo tragematum vice vtuntur) flatum quidem deponunt, sed concoctu sunt difficillimæ, tardéque prætereunt, & crassi succi alimentum corpori exhibent. Quòd si virides prius quàm maturæ sint atque exiccatæ, edantur, idem eis accidet quod fructibus omnibus quos ante perfectam maturitatem mandimus: humidius scilicet alimentum corpori præbebunt, ob idque excrementosius non in intestinis modò, sed in toto etiam habitu; meritò igitur fabæ huiusmodi minùs quidem nutriunt, sed promptius deiiciuntur. Plerique autem hominum non crudas modò fabas virides comedunt, verùm etiam cum suilla eas elixant veluti olera, ruri verò cum caprina, & ouilla. Alij fabas inflare sentientes, cæpas admiscent, quum pultem in patinis ex ipsis struunt. Sunt qui cæpas crudas, nec simul elixas cum ipsa mandant; quicquid enim omnibus cibariis inest flatulentum, id per calfacientia, & tenuantia corrigitur.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΘ'.

Περὶ κυάμων.

ΠΟλλὴ καὶ τούτων ἐστὶν ἡ χρῆσις, ἔτνους δὲ αὐτῶν ἐσκευασμένου, τοῦ τε ἐν ταῖς χύτραις ὑγροῦ, καὶ τοῦ παχέος ἐν ταῖς λοπάσι. καὶ τρίτη δ' ἐστί τις ἐξ αὐτῶν σκευασία, μετὰ πτισάνης γιγνομένη. καὶ πλείστῳ γε τούτῳ τῷ ἐδέσματι, καθ' ἑκάστην ἡμέραν οἱ παρ' ἡμῖν μονομάχοι χρῶνται, σαρκοῦντες τὴν τοῦ σώματος ἕξιν, οὐκ ἐσφιγμένῃ τε, καὶ πυκνῇ σαρκί, καθάπερ τὸ χοίρειον κρέας, ἀλλὰ χαυνοτέρᾳ πως μᾶλλον. φυσῶδες δ' ἐστὶν ἔδεσμα κἂν ἐπὶ πλεῖστον ἑψηθῇ, καὶ ὁπωσοῦν σκευασθῇ τῆς πτισάνης ἀποτιθεμένης πᾶν τὸ φυσῶδες ἐν τῷ τῆς ἑψήσεως χρόνῳ. τοῖς δὲ προσέχουσι τὸν νοῦν, καὶ παρακολουθοῦσι ταῖς ἑπομέναις ἑκάστῳ τῶν ἐδεσμάτων διαθέσεσιν, αἴσθησις γὰρ καθ' ὅλον τὸ σῶμα τάσεώς τινος, ὑπὸ πνεύματος φυσώδους, καὶ μάλιστα, ὅταν ἀήθης τις ᾖ τοῦδε τοῦ βρώματος, ἢ μὴ καλῶς ἑψόμενον προσενέγκηται. τὴν δ' οὐσίαν οὐ πυκνὴν, καὶ βαρεῖαν, ἀλλὰ χαύνην τε καὶ κούφην ἔχουσιν οἱ κύαμοι, καί τι ῥυπτικὸν ἔχουσιν ὁμοίως τῇ πτισάνῃ. φαίνεται γὰρ ἐναργῶς τὸ ἐξ αὐτῶν ἄλευρον τὸν ῥύπον ἀποσμῶντα τοῦ δέρματος, ὃ καταμαθήσαντες οἵ τ' ἀνδροκάπηλοι, καὶ γυναῖκες ὁσημέραι χρῶνται τῷ τῶν κυάμων ἀλεύρῳ λουόμεναι, καθάπερ ἄλλοι νίτρῳ τε καὶ ἀφρονίτρῳ, καὶ ὅλως τοῖς ῥυπτικοῖς. ἐπιχρίουσι δὲ καὶ τὸ πρόσωπον αὐτῷ παραπλησίως τῇ πτισάνῃ. καὶ γὰρ τοὺς ἐπιπολῆς φακοὺς αἴρει, καὶ τὴν ὀνομαζομένην ἔφηλιν. διὰ ταύτην οὖν τὴν δύναμιν, οὐδὲν τῇ κατὰ γαστέρα διεξόδῳ βραδύνει, καθάπερ ὅσα παχύχυμα, καὶ γλίσχρα, καὶ μηδεμίαν ἔχοντα δύναμιν ῥυπτικὴν, ὁποῖα ἔφαμεν εἶναι χόνδρον, καὶ τράγον, καὶ σεμίδαλιν, καὶ ἄμυλον. ὄντος δὲ τοῦ τῶν κυάμων ἔτνους φυσώδους, ἔτι καὶ μᾶλλον, ὅταν ὁλοκλήροις τις αὐτοῖς ἑψήσας χρῆται, φυσώδεις γίνονται. φρυγέντες μέντοι, καὶ γὰρ καὶ οὕτως αὐτοὺς ἐσθίουσιν ἐν χώρᾳ τραγημάτων ἔνιοι, τὸ μὲν φυσῶδες ἀποτίθενται, δυσπεπτότατοι δὲ καὶ βραδύποροι γίγνονται, καὶ παχὺν χυμὸν εἰς τὴν θρέψιν ἀναδιδόασι τῷ σώματι. χλωροὶ δὲ ἐσθιόμενοι πρὶν πεπανθῆναι, καὶ ξηρανθῆναι τὸ κοινὸν ἁπάντων ἔχουσι τῶν καρπῶν, ὅσους πρὸ τοῦ τελειωθῆναι προσφερόμεθα, τὴν θρέψιν ὑγροτέραν διδόντες τῷ σώματι. καὶ διὰ τοῦτο περιττωματικωτέραν, οὐ κατ' ἔντερον μόνον, ἀλλὰ καὶ καθ' ὅλην τὴν ἕξιν. εἰκότως οὖν οἱ τοιοῦτοι τρέφουσι μὲν ἧττον, ὑποχωροῦσι δὲ μᾶλλον, οὐ μόνον δὲ ὠμοὺς ἐσθίουσιν οἱ πολλοὶ τῶν ἀνθρώπων τοὺς χλωροὺς κυάμους, ἀλλὰ καὶ μετὰ κρεῶν χοιρείων ἕψοντες, ὥσπερ τὰ λάχανα. κατὰ δὲ τοὺς ἀγροὺς, καὶ μετ' αἰγείων τε καὶ προβατείων. ᾐσθημένοι δ' αὐτῶν τοῦ φυσώδους, οἱ δῆλοι μιγνύουσι κρομμύων, ὅταν ἐν λοπάδι κατασκευάσωσιν αὐτῶν ἔτνος. ἔνιοι δὲ καὶ χωρὶς τοῦ συνεψήματος, ὠμὰ τὰ κρόμμυα προσφέρονται μετ' αὐτοῦ. τὸ γάρ τοι φυσῶδες ἐν ἅπασι τοῖς ἐδέσμασιν, ὑπὸ τῶν θερμαινόντων τε καὶ λεπτυνόντων ἐπανορθοῦνται.

CAPVT XX.

De Faba Ægyptia.

FAba Ægyptia, sicuti nostram magnitudine longè superat, ita & naturam habet humidiorem magisque excrementitiam. Quòd si memoria tenes, quæ de eiusdem quidem generis leguminibus, verùm temperamento humidioribus, & ob id

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Κ.

Περὶ κυάμου Αἰγυπτίου.

ΑΙγύπτιος κύαμος, ὥσπερ τῷ μεγέθει διενήνοχε πολὺ τοῦ παρ' ἡμῖν, οὕτω καὶ τὴν φύσιν ὑγροτέραν, καὶ περιττωματικωτέραν ἔχει. εἴπερ οὖν μέμνησαι τὰ περὶ τῶν ὁμογενῶν μὲν, ὑγροτέρων δὲ τῇ κράσει, καὶ διὰ τοῦτο περιττωματικωτέρων

τῶν εἰρημένων, κατά τε τὴν πέψιν, καὶ διαχώρησιν, καὶ ἀνάδοσιν, καὶ θρέψιν, οὐκ ἔτι δέῃ περὶ τούτου τοῦ κυάμου νῦν ἀκούειν, ἐξ ὧν ἐπὶ τοῦ παρ᾽ ἡμῖν ἀκήκοας ἐπ᾽ ἐκεῖνον μεταβαίνειν δυνάμενος.

A magis, quam prædicta in coctione, excretione, distributione, & nutritione excrementosis dicta sunt, non est, quòd plura nunc de hac faba audire desideres, quum possis ex iis, quæ de ea, quæ apud nos est, didicisti, ad illam transire.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΚΑ'.

Περὶ πισῶν.

Πλησίον τι κατὰ τὴν ὅλην οὐσίαν ἔχουσι κυάμοις, ἐσθιόμενοί τε κατὰ τοὺς αὐτοὺς τρόπους αὐτοῖς, ἐν δυοῖν τοῖν δὲ παραλλάττουσιν, ὅτι τε φυσώδεις ὁμοίως οὐκ εἰσὶ τοῖς κυάμοις, ὅτι τε τὴν ῥυπτικὴν δύναμιν οὐκ ἔχουσι. καὶ διὰ τοῦτο βραδυπορώτεροι τῶν κυάμων κατὰ γαστέρα εἰσίν.

CAPVT XXI.

De Pisis.

B Pisa tota substantia cum fabis quandam habent similitudinem; eodémque cum fabis modo sumuntur. His duabus tamen rebus ab eis discrepant, tum quòd non æquè, ac fabæ, sunt flatulenta, tum etiam quod detergendi facultatem non habent, ideoque segnius, quàm illæ per aluum secedunt.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΚΒ'.

Περὶ ἐρεβίνθων.

Ἔτνος μὲν οὐ πάνυ τι δι᾽ ἔθους ἐστὶ τοῖς κατὰ τὰς πόλεις ἀνθρώποις, ἐξ ἐρεβίνθων ποιεῖσθαι. κατὰ τοὺς ἀγροὺς δέ, καὶ τοῦτ᾽ εἶδον ἐνίοτε γιγνόμενον, ὥσπερ καὶ μετὰ γάλακτος ἑψόμενον αὐτῶν τὸ ἄλευρον. οὐδὲ γὰρ ἐπιδέχονται τὴν αὐτὴν τοῖς κυάμοις τε, καὶ πισοῖς θραῦσιν, ὡς τὸν καλούμενον ἐρυγμὸν ἐξ αὐτῶν γίνεσθαι. εἰθισμένοι δέ εἰσιν ἐν πολλοῖς ἔθνεσιν, ἑψηθέντας ἐν ὕδασι τοὺς ἐρεβίνθους ἐσθίειν, ἔνιοι μὲν αὐτοὺς μόνους ψιλούς, ἔνιοι δὲ ἁλσὶ μετρίως ἡδύνοντες. οἱ παρ᾽ ἡμῖν δὲ παραπλήσιον ἀλεύρῳ τι ποιοῦντες ἐκ τῶν ξηρῶν τυρῶν, ἐκείνῳ περιπάττουσιν αὐτούς, ἔστι δ᾽ οὐχ ἧττον κυάμων ἔδεσμα φυσῶδες ἐρέβινθος, ἰσχυρότερον δὲ ἐκείνων τρέφων, ἐπεγείρει δὲ καὶ τὰς πρὸς συνουσίας ὁρμάς, πεπιστευμένος ἅμα τῷδε, καὶ σπέρματος εἶναι γεννητικός· ὥστε καὶ τοῖς ὀχευταῖς ἵπποις ἐσθίειν αὐτούς, ἕνεκα τούτου διδόασιν. ὑπάρχει δὲ καὶ ῥυπτικὴ δύναμις αὐτοῖς ἐπὶ πλέον, ἢ τοῖς κυάμοις. ὥς τέ τινες ἐξ αὐτῶν, καὶ τοὺς ἐν νεφροῖς συνισταμένους λίθους ἐναργῶς θρύπτουσι. μέλανες δ᾽ εἰσὶν οὗτοι, καὶ μικροὶ κατὰ Βιθυνίαν μάλιστα γεννώμενοι, καὶ καλούμενοι κριοί, βέλτιον δὲ τὸν χυλὸν αὐτῶν μόνον πίνειν ἑψόντας ἐν ὕδατι. χρῶνται δὲ καὶ ἐρεβίνθοις οἱ ἄνθρωποι, καὶ πρὶν τοῦ πεπανθῆναι χλωροῖς ἔτι, καθάπερ καὶ τοῖς κυάμοις. εἴρηται δ᾽ ἀρτίως ὁ κοινὸς λόγος πάντων τῶν ἀτελῶν καρπῶν, ἔνθα περὶ τῶν κυάμων ὁ λόγος ἦν. ὡσαύτως καὶ περὶ τῶν φρυγομένων ἐρεβίνθων ἀκηκοέναι νόμιζε, σὺν τοῖς εἰρημένοις ἐπὶ τῶν κυάμων. ἅπαντα γὰρ τὰ φρυγόμενα, τὸ μὲν φυσῶδες ἀποτίθενται. δυσπεπτότερα δέ, καὶ σταλτικώτερα γίνεται, καὶ τροφὴν παχυτέραν δίδωσι τῷ σώματι.

CAPVT XXII.

De Ciceribus.

Non admodum consuetum est vrbanis hominibus ex ciceribus pultem conficere; à rusticis verò nonnunquam vidi parari, quemadmodum & ipsorum farinam cum lacte elixari; non enim vt fabæ & pisa, possunt comminui, vt ex ipso C fracto pulmentum, quod ἐρυγμὸς dicitur, fiat. Apud multas autem gentes mos est cicera in aqua elixa mandere; nonnulli verò nuda ipsa sola, alij sale modico condientes esitant; nostrates verò ex siccis caseis quiddam farinæ simile facientes, id ipsis aspergunt. Est autem cicer edulium non minùs, quàm faba, flatulentum, sed valentiùs nutrit quàm illa, ad venerem autem incitat, creditúmque etiam est semen generare; vnde quidam equis admissariis ipsum exhibent. Inest præterea ciceribus facultas abstergendi D maior, quàm fabis adeò, vt quædam ex ipsis calculos in renibus hærentes manifestè comminuant; nigra autem sunt ea, atque exigua, in Bithynia maximè prouenientia, arietináque ipsa nuncupant, satius autem est succum ipsorum in aqua coctum bibere. Vtuntur autem homines & ciceribus adhuc virentibus, ante quàm sint matura, quo modo & fabis: nuper autem cum de fabis ageremus, sermonem fecimus omnibus immaturis fructibus communem. Eadem porrò & de frixis ciceribus audiuisse existima, E quæ de fabis frixis diximus, quandoquidem frixa omnia flatum quidem deponunt, verùm difficiliùs coquuntur, & ventrem magis sistunt, crassiorisque succi alimentum corpori exhibent.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΚΓ'.

Περὶ θέρμων.

Ἴσμεν δήπου καὶ τοῦτο τὸ σπέρμα πολύχρηστον εἶναι, κατὰ θάτερον σημαινόμενον τῆς πολυχρήστου φωνῆς. ὀνομάζεται γὰρ οὕτως τό τε πολλαῖς τοῦ σώματος ἁρμόττον διαθέσεσιν, τό τε πᾶσιν ἀνθρώποις, ἢ τοῖς πλείστοις χρήσιμον, εἰ καὶ πρὸς μίαν ἰδέαν χρείας ἅπαντες αὐτοῦ δέοιντο. κατὰ τοῦτο γοῦν αὐτὸ τὸ δεύτερον σημαινόμενον, ὁ θέρμος ἐστὶ πολύχρηστον ὄσπριον. ἑψόμενος γάρ, εἶτα βρεχόμενος ἐν ὕδατι γλυκεῖ, μέχρις ἂν ἀποθῆται πᾶσαν εἰς αὐτὸ τὴν σύμφυτον ἀηδίαν, οὕτως ἐσθίεται, διά γάρου τε καὶ ὀξυγάρου, καὶ χωρὶς τούτων,

CAPVT XXIII.

De Lupinis.

Hoc quoque semen, frequentis vsus esse nouimus, secundum alteram eius vocabuli significationem, quandoquidem rem aliquam ita appellant, tum quæ multis corporis affectibus conuenit, F tum quæ omnibus, aut plurimis hominibus est in vsu, etiam si vtendi ipsâ omnibus vnica sit necessitas. Secundum igitur hanc secundam significationem lupinus legumen est multi vsus; elixus enim deinde in aqua dulci maceratus tantisper, donec in ea omnem sibi ingenitam exuerit insuauitatem, ita demum manditur cum garo, ac oxygaro vel etiam sine his,

sine his sale mediocri conditus, non quomodo hordeum, & alia, quæ varie apparantur. Est autem duræ, ac terrestris substantiæ; quocirca concoctu sit difficilis, succumque crassum gignat, est necesse, ex quo non probè in venis cõfecto crudus propriè appellatus succus aceruatur. Cæterùm quum inter parandum quicquid habuit amaritudinis deponat, qualitatis quæ sensu deprehendatur, expertibus similis euadit. Par igitur est ipsum neq; ad deiectionem, neque vt astringẽtia, ad fluentis ventris cohibitionem esse accommodum, sed tardè permeare, & difficulter deiici, ac pertransire; quandoquidem medici cibos eius generis sic appellant, qui nullam exuperantem habent qualitatem, quæ aluum ad excernendũ incitet, aut ipsum excernere prohibeat. Illæ quidem qualitates alimẽtis insunt, non tanquã alimentis, sed tanquam medicamentis. Quæ verò nullã eiusmodi qualitatem habent manifestã, à medicis quidem iure qualitatis expertia appellantur, secundum autem differentiã, quę in humiditate, & *siccitate, crassitie*, ac lentore spectatur accidit ipsis, vt aut tardè aut celeriter transeant, aut medio modo inter hæc duo se habeãt, humidis quidem ac lubricis, vt celeriter; duris autem & siccis, veluti lupino tardè transeant; quæ verò in memoratis differẽtiis medium inter hæc locum obtinent, nec celeritatẽ insignem, nec tarditatem in deiiciendo efficiunt. Hæc ergo quemadmodum de omnibus communiter, ita & hæc nosse itẽ oportet, quòd omnia scilicet quæ consistentiã sunt humidiora, exiguum corpori præbent alimentum, quod celeriter in halitus exhauritur, ac digeritur, vt rursus alio non multo sit opus, contrà dura & terrestria, permanens, copiosum, & quod ægrè digeratur, corpori dant alimentum, quòd si glutinis quoq; nonnihil habeant, multò hæc omnia euidentius efficient. Constat itẽ hæc non facilè concoqui, ceu vtique nec facilè in sanguinem verti, nec solidis animalis partibus assimilari, quod si ita est, nec celeriter nutrient, quũ tamẽ victa fuerint, alimentũ corpori dant copiosum.

CAPVT XXIV.

De Fœno Græco.

SEmen hoc non fœnum græcum modo, sed & bouis cornu: à nonnullis autem capræ cornu appellatur; inter manifestò autem calefaciẽtia censetur, eundemque hominibus in cibo vsum præstat quem lupini. Prius enim sumunt ipsum cum garo, alui subducendæ gratia, estq; huic rei multò, quàm lupini accommodatius, quum nihil ex propria substantia habeat, quod transitum remoretur. Manditur autem & cum aceto, & garo sicut lupini. Multi præterea & fœnum græcũ & lupinos, ex vino, garo & oleo sumunt; alij etiam panem addunt, eóque opsonio sunt contenti, quod quidem ventrem minus subducit, caput tamen (ceu nonnullis fœnum græcum ex garo facere solet) non ferit, neque stomachum subuertit, nam hoc quoque fœnum græcum in quibusdam efficit. Ad eundem autem modum quidam phaselis, & eruiliis in cibo vtuntur, de quibus mox communẽ omnium eiusmodi sermonem ascribam. Vescuntur autem nonnulli fœno græco priùs quàm ipsius planta semen produxerit, aceto, ac garo intingentes; quidam autem oleum affundẽtes, eo opsonij vice cum pane vtuntur; sunt qui cum aceto quoque & garo ipsum mandãt. Caput autem hoc quoque, sumptum copiosius ferit;

A ἁλσὶ μετρίοις ἡδυνόμενος, οὐχ ὥσπερ ἥ τε κριθὴ, καὶ ἄλλα τὰ πολυειδῶς σκευαζόμενα. ἔστι δὲ σκληρὸς, καὶ γεώδης τὴν οὐσίαν. ὥστ᾽ ἀνάγκη δύσπεπτον αὐτὸν εἶναι, καὶ παχὺν γεννᾶν χυμὸν, ἐξ οὗ μὴ καλῶς ἐν ταῖς φλεψὶ κατεργασθέντος, ὁ καλούμενος ἰδίως ὠμὸς ἀθροίζεται χυμός. ἐπεὶ δὲ τὴν σκευασίαν ἀποτιθέμενος ἅπαν ὅσον εἶχε πικρὸν, ὅμοιος γίγνεται τοῖς ἀποίοις, ὡς πρὸς αἴσθησιν. εὔλογον οὖν ἐστιν, μήτ᾽ εἰς διαχώρησιν ἐπιτήδειον ὑπάρχειν αὐτὸν, μήτ᾽ εἰς ἐπίσχεσιν ῥεούσης γαστρὸς, ὡς τὰ στύφοντα, βραδύπορον δὲ, καὶ δυσυποβίβαστον, καὶ δυσδιέξοδον εἰκότως γίγνεσθαι. καλοῦσι γὰρ οὕτως οἱ ἰατροὶ τὰ τοιαῦτα
B τῶν ἐδεσμάτων, ὅσα μηδεμίαν ἐξέχουσαν ἔχει ποιότητα τὴν προξενοῦσαν εἰς ἔκκρισιν τὴν κοιλίαν, ἢ κωλύειν ἐκκρίνειν δυναμένων. ἐνεῖναι μὲν οὖν, οὐχ ὡς τροφαὶ αὐταῖς ὑπάρχουσιν, ἀλλ᾽ ὡς φάρμακα. ὅσα δὲ καὶ οὐδεμίαν ἔχει σαφῆ τοιαύτην ποιότητα, καλεῖται μὲν εὐλόγως ὑπὸ τῶν ἰατρῶν ἄποια, κατὰ δὲ τὴν ἐν ὑγρότητι καὶ γλισχρότητι διαφορὰν, ἢ ταχυπόροις αὐτοῖς, ἢ βραδυπόροις, ἢ μέσοις τούτων εἶναι συμβέβηκεν, τοῖς μὲν ὑγροῖς καὶ ὀλισθηροῖς, ταχυπόροις, τοῖς σκληροῖς δὲ καὶ ξηροῖς, ὥσπερ ὁ θέρμος, ἔμπαλιν. ὅσα δὲ μεταξὺ τούτων ἐστὶ, κατὰ τὰς εἰρημένας διαφορὰς, οὔτε τάχος ἐπίσημον, οὔτε
C βραδύτητα διαχωρήσεως ἐργάζεται. καθάπερ οὖν ταῦτα περὶ πάντων ἐπίστασθαι προσήκει κοινῇ, κατὰ τὸν αὐτὸν τρόπον, καὶ τάδε· τὰ μὲν ὑγρότερα ταῖς συστάσεσιν ἅπαντα βραχεῖαν τροφὴν δίδωσι τῷ σώματι, καὶ ταχέως ἐξατμιζομένην τε καὶ διαφορουμένην, ὡς ἑτέρας αὖθις οὐ διὰ μακροῦ δεῖσθαι. τὰ δὲ σκληρὰ καὶ γεώδη, μονίμην τε καὶ πολλὴν, καὶ δυσδιαφόρητον. εἰ δὲ καὶ κολλῶδες ἔχει τι, πολὺ δὴ μᾶλλον ἅπαντα ταῦτα ἐναργῶς ἀποτελεῖ. πρόδηλον δ᾽ ὅτι καὶ πεφθῆναι τοῖς τοιούτοις οὐκ εὐπετές, ὥσπερ γ᾽ οὐδ᾽ εἰς αἷμα μεταβαλεῖν, οὐδ᾽ ἐξομοιωθῆναι τοῖς στερεοῖς τοῦ ζώου μο-
D ρίοις. εἰ δὲ τοῦτο, μηδὲ θρέψειν ταχέως, ἀλλ᾽ ὅταν γε κρατηθῇ, τροφὴν πολλὴν δίδωσι τῷ σώματι.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΚΔ'.

Περὶ τήλεως.

ΟΥ μόνον τῆλιν, ἀλλὰ καὶ βούκερας, ἔνιοι δὲ αἰγόκερας ὀνομάζουσι τὸ σπέρμα τοῦτο. τῶν θερμαινόντων δ᾽ ἐστὶν φανερῶς, τὴν αὐτὴν χρείαν παρέχον εἰς ἐδωδὴν τοῖς ἀνθρώποις, ἥνπερ οἱ θέρμοι. προλαμβάνουσι
E γὰρ αὐτὸ διὰ γάρου, γαστρὸς ὑπαγωγῆς ἕνεκα, καὶ πολύ γε θέρμων εἰς τοῦτ᾽ ἐστιν ἐπιτηδειότερον, οὐδὲν ἐξ οἰκείας οὐσίας ἔχον δυσδιέξοδον. ἐσθίεται δὲ καὶ δι᾽ ὄξους, καὶ γάρου, καθάπερ οἱ θέρμοι, καὶ δι᾽ οἴνου δὲ, καὶ γάρου, καὶ ἐλαίου. πολλοὶ καὶ τῆλιν ἐσθίουσι, καὶ θέρμους, ἔνιοι δὲ καὶ σὺν ἄρτῳ, καὶ γίγνεται τοῦτ᾽ αὐτοῖς ὄψον αὔταρκες, ἧττον μὲν ὑπάγον τὴν γαστέρα, μήτε δὲ κεφαλῆς ἁπτόμενον, ὥσπερ γε ἡ διὰ τοῦ γάρου τῆλις ἐνίων ἅπτεται, μήτε τὸν στόμαχον ἀνατρέπον. ἐργάζεται γὰρ ἐπί τινων ἡ τῆλις τοῦτο. τῷ δ᾽ αὐτῷ τρόπῳ πρὸς ἐδωδὴν ἔνιοι χρῶνται φασήλοις
F τε καὶ ὤχροις, ἐφ᾽ ὧν αὐτίκα τὸν κοινὸν ἁπάντων τῶν τοιούτων προσγράψω λόγον. ἐσθίεται δὲ τῆλις ὑπό τινων, καὶ πρὶν ἐκκαρπίσαι τὸ φυτὸν αὐτῆς, ἀποβαπτομένων αὐτὴν εἰς ὄξος καὶ γάρος. ἔνιοι δὲ καὶ τοὔλαιον ἐπιχέοντες, ὄψῳ χρῶνται σὺν ἄρτῳ προσφερόμενοι. τινὲς δὲ καὶ μετ᾽ ὄξους, καὶ γάρου. κεφαλῆς δὲ ἅπτεται, καὶ ἥδε πλεῖον ληφθεῖσα;

καὶ μᾶλλον εἰ καὶ χωρὶς ἄρτου προσενέγκοιτό τις αὐτήν. ἐνίοις δὲ καὶ τὸν στόμαχον ἀνατρέπει. χυλὸς δὲ ἑψηθείσης τῆς τήλεως μετὰ μέλιτος λαμβανόμενος ἐπιτήδειός ἐστιν, ὑπάγειν ἅπαντας τοὺς ἐν τοῖς ἐντέροις μοχθηροὺς χυμούς, τῇ μὲν γλισχρότητι τὸ προσηνὲς ἔχων, τῇ δὲ θερμότητι τὸ παρηγορικόν. ἔτι δὲ καὶ ῥυπτικῆς μετέχει δυνάμεως, ἐπὶ τὴν ἔκκρισιν παρορμᾷ τὸ ἔντερον. ὀλίγον δ' εἶναι χρὴ τὸ μιγνύμενον αὐτῷ μέλι, μὴ πλεονάσῃ τὸ δακνῶδες. ἐπὶ δὲ τῶν κατὰ τὸν θώρακα χρονιζόντων ἀλγημάτων ἄνευ πυρετοῦ, συνεψεῖν μὲν αὐτῇ χρὴ λιπαροὺς φοίνικας, ἐκθλίψαντας δὲ τὸν χυλὸν, εἶτα μέλιτι μίξαντας δαψιλεῖ, κἄπειτα ἑψήσαντας αὖθις ἐπ' ἀνθράκων ἄχρι πάχους συμμέτρου, χρῆσθαι πρὸ πολλοῦ τῶν σιτίων.

A quod faciet impensiùs, si quis ipsum fine pane sumpserit: quibusdam item stomachum subuertit. Succus autem elixi fœni græci cum melle sumptus, ad omnes prauos humores, qui in intestinis habentur, subducendos est accommodus, suo quidem lentore leniens, calore autem dolorem mitigans; quòd autem abstersoriæ facultatis quoque sit particeps, intestina etiam ad excretionem instigat; sed parcius mel ei est admiscendum, ne mordacitas exuperet. In diuturnis verò thoracis citra febrem affectibus pingues cum eo palmulas elixare quidem oportet, vbi autem succum ipsum expressum copioso melli miscueris, ac rursum super carbones ad mediocrem crassitiem coxeris,
B tum demum longè ante cibum vti.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΚΕ'.

Περὶ φασήλων, καὶ ὤχρων.

Καὶ ταῦτα τὰ σπέρματα, καθάπερ καὶ τὴν τῆλιν ὕδατι προαποβρέχοντες οἱ ἄνθρωποι μέχρι τοῦ φῦσαι ῥίζαν, ἐσθίουσι πρὸ τῆς ἄλλης τροφῆς, ὑπαγωγῆς ἕνεκα γαστρὸς, ἐναποβάπτοντες γάρῳ. τρόφιμον δ' ἔχει τὸν χυμὸν, ὅταν ἀναδοθῇ, πεφθέντα μᾶλλον τήλεως. καί τινα νεανίσκον οἶδα κατὰ τὴν Ἀλεξάνδρειαν ἰατρικὴν τέχνην ἐξασκοῦντα, καθ' ἑκάστην ἡμέραν ὄψῳ χρώμενον ἐτῶν τεττάρων, μόνοις τούτοις, τῆλιν λέγω, καὶ φασήλοις, καὶ ὤχροις, καὶ θέρμοις. ἥπτετο δέ ποτε, καὶ τῶν ἐκ τῆς Μέμφιδος ἐλαιῶν, καὶ λαχάνων, καὶ καρπῶν ὀλίγων, ὅσοι χωρὶς ἑψήσεως ἐσθίονται. προὔκειτο γὰρ αὐτῷ μηδὲ πυρὰν ἀνάπτειν. ὑγίαινε τοίνυν ἐν ἅπασιν ἐκείνοις τοῖς ἔτεσι, καὶ τὴν τοῦ σώματος ἕξιν κατ' οὐδέν τι χείρονα τῆς ἐξ ἀρχῆς ἔσχεν. ἤσθιεν δ' αὐτοὺς μετὰ γάρου δηλονότι, τῷ γάρῳ ποτὲ μὲν ἔλαιον ἐπεμβάλλων μόνον, ποτὲ δὲ καὶ οἶνον, ἔστι δ' ὅτε καὶ ὄξος, ἐνίοτε δὲ καὶ μὲν ἅλας μόνον, ὥσπερ καὶ τοὺς θέρμους. περὶ μὲν οὖν διαίτης ὑγιεινῆς, εἴρηται μέν τοι κἀν τῇ τῶν ὑγιεινῶν πραγματείᾳ κατὰ διέξοδον, εἰρήσεται δὲ καὶ κατὰ τόνδε τὸν λόγον αὖθις ἐν βραχέσι κεφαλαίοις. νυνὶ δὲ περὶ τῶν ὤχρων τε, καὶ φασήλων οἷς εἶπον, ἔτι καὶ τοῦτο προσκείσθω. μέσα πως ἐστὶν ἐδέσματα ταῦτα, εὐχύμων τε καὶ κακοχύμων, εὐπέπτων τε καὶ δυσπέπτων, βραδυπόρων τε καὶ ταχυπόρων, φυσωδῶν τε καὶ ἀφύσων, ὀλιγοτρόφων τε καὶ πολυτρόφων. οὐδὲ γὰρ οὐδὲ ποιότητα δραστήριον ἔχει, καθάπερ ἔνια τῶν δριμεῖς, ἢ στρυφνοὺς, ἢ ἁλυκοὺς, ἢ πικροὺς, ἢ γλυκεῖς ἐχόντων χυμούς.

CAPVT XXV.

De Phaselis, & eruiliis.

HÆc quoque semina homines, quomodo & fœnũ græcum, priùs in aqua, quoad radicem produxerint, macerantes, ventris subducendi gratia mandunt ante alios cibos, garo intingentes. Succum autem quum coctus est, atque in corpus
C distributus, habent copiosioris alimenti, quàm fœnum grecum. Atque in Alexandria iuuenem quendam noui arti medicę deditum, qui per annos quatuor singulis diebus, solis his pro opsonio vtebatur, phaselos dico, fœnum græcum, eruiliam & lupinos, attigit autem interdum & oliuas ex Memphide, & olera, & paucos fructus, eos qui citra coctionem manduntur; propositum enim ei erat ignem nunquam accendere; omnibus certè illis annis sanus fuit, nec vlla in re habitu corporis fuit deteriore quàm ab initio. Mandebat autem fructus huiuscemodi cum garo scilicet oleũ aliquando solum ei adiiciens, nonnunquam etiam vinum, aliàs acetum, interdum verò salem tantùm, sicut & lupinos. At de salubris quidem victus ratione in libris De tuenda sanitate copiosè tractauimus, tractabimus autem rursus, & in hoc opere summatim. Nunc autem iis, quæ de eruiliis ac phaselis dicta sunt, id quoque addatur, hæc edulia medium quodammodo locum obtinere inter ea, quæ succum bonum, & prauum generant, inter concoctu facilia, & difficilia, tardè & celeriter transeuntia, flatulenta & flatus expertia, parum & multum nutrientia; nullam enim efficacem habent qualitatem in-
E star quorundam, quæ acres, aut austeros, *aut acerbos*, aut salsos, aut amaros, aut dulces habent sapores.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Κϛ'.

Περὶ λαθύρων.

Παραπλήσιοι μὲν εἰσὶ τὴν οὐσίαν οἱ λάθυροι τοῖς ὤχροις τε, καὶ φασήλοις. χρῶνται δ' αὖ καὶ τούτοις πλεῖστοι, οἱ κατὰ τὴν ἡμετέραν Ἀσίαν ἀγροικοί, καὶ μάλιστα κατὰ τὴν Μυσίαν τε, καὶ Φρυγίαν, οὐ μόνον, ὥσπερ ὤχροις τε καὶ φασήλοις, οἱ κατὰ τὴν Ἀλεξάνδρειάν τε, καὶ πολλὰς ἄλλας πόλεις, ἀλλὰ καὶ σκευάζοντες ὁμοίως τῇ φακοπτισάνῃ. χυλὸν δὲ ἔχουσι τῇ μὲν δυνάμει παραπλήσιον τοῖς ὤχροις τε καὶ φασήλοις, παχύτερον δὲ τῇ συστάσει, καὶ διὰ τοῦτό γ' αὐτὸ τροφιμώτεροί πως ἐκείνων εἰσίν.

CAPVT XXVI.

De Cicerculis.

CIcerculæ substantia quidem eruiliis, & phaselis suntassimiles. Vtuntur autem his plurimùm in nostra Asia rustici, & potissimum in Mysia, & Phrygia, non modò quemadmodum in Alexandria & aliis plerisque vrbibus, eruiliis & phaselis,
F sed etiam vt phacoptisanam parantes. Succum autem habent phaselis, & eruiliis facultatibus quidem consimilem, sed consistentia crassiorem; ob eamque ipsam causam plus aliquanto, quàm illa nutriunt.

A

CAPVT XXVII.

De Aracis.

POstremam nominis aracorum syllabam scriptam per c in Aristophanis holcadibus inuenimus, vbi inquit; *Aracos, triticum, ptisanam, alicam, zeiam, lolium, similaginem.* Semen hoc cicerculæ semini est assimile, fueruntque nonnulli, qui putarunt ipsum non esse generis à cicercula diuersi, quandoquidem & vsus ipsius omnis, & facultatis cicerculæ facultati est assimilis, nisi quòd araci B sunt duriores, minusque facilè elixantur; quæ causa etiam est, cur cicerculis concoctu sint difficiliores. Apud nos autem syluestre quoddam rotundum, ac durum, eruóque exilius, in fructibus cerealibus repertum, arachum nominant, non per c sed per ch vltimam syllabam proferentes, & ipsum detergent, vti & semen securidacæ, seligentes.

CAPVT XXVIII.

De Dolichis.

C DOlichorum nomen à Diocle quidem scriptum est, vnà cum aliorum quoque seminum nos alentium nominibus; scriptum autem etiam est in libro Hippocratis De ratione victus, cuius etiam libri antea abundè memini. Existimo autem ipsos sic appellare semen plantæ hortensis, quam nunc vulgo numero multitudinis bifariam nominant, quidam enim siliquas, alij phaseolos nuncupant vocem ipsam quatuor syllabis proferentes, eóque modo nomen diuersum ab eo, quod tribus syllabis pronunciatur, phaseli scilicet, efficientes. Sunt qui phaselum eundem cum cicercula esse di-D cant: alij ipsius speciem. Quòd tamen ad dolichos attinet, coniectare quis possit eos nominari plantas has hortenses vel ex iis, quæ Theophrastus in octauo de plantarum historia scripsit ad hunc modum: *Et aliis quidem caulis est erectus, vt tritico, hordeo & omninò frumentaceis, atque æstiuis, aliis autem tendens in latus potius, vt ciceri, eruo, lenti, aliis humi procidens, vt eruiliæ, piso, cicerculæ; dolichus verò si ligna longa affixeris, ascendet & frugifer fiet, alioqui vitiosus atque sterilis reddetur.* Ex eo autem quod ligna longa iubet affigi, affirmátque nisi id fiat steriles ipsos reddi, posset quis coniectare ipsum verba facere E de iis quos nunc phaseolos seu siliquas appellant; ipse autem siliquas ea appellat quæ semen eorum leguminum, cuiusmodi est lens, eruum, pisum, faba, ac lupinus, continent. Quemadmodum enim frumentacea semina spicis, ita memorata iam siliquis continentur; atque ipsos quidem dolichos siliquæ continent; ob eamque opinor causam fructum totum vulgò nunc siliquas nominant, quo modo totos frumentaceos fructus spicas. Non me autem fugit, alia quoque multa esse quibus homines multùm vtuntur, quæ generis totius nomen sibi assumpserint, vt calamus quo scribimus, & atramentum. In libro autem De ratione victus Hip-F pocrates scriptum sic reliquit: *Pisa minus quidem inflant, sed magis per aluum secedunt, eruilia autem & dolichi his quidem secedunt celeriùs, verùm minus sunt flatulenti, & nutriunt vberiùs.* Quum enim Hippocrates his verbis pisa fabis comparet, quarum priùs, vt cibi flatulenti meminerat, deinde eruilias

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΚΖ'.

Περὶ ἀράκων.

ΤΗν ὑστάτην συλλαβὴν τοῦ τῶν ἀράκων ὀνόματος διὰ τοῦ κ', γεγραμμένην εὑρίσκομεν ἐν ταῖς Ἀριστοφάνους ὁλκάσιν, ἔνθα φησίν. ἀράκους, πυρούς, πτισάνην, χόνδρον, ζειάς, αἴρας, σεμίδαλιν. παραπλήσιον δ' ἐστὶ τὸ σπέρμα τῷ τῶν λαθύρων, καί τινές γ' οὐχ ἕτερον εἶναι γένος ἐκείνων νομίζουσιν αὐτό. καὶ γὰρ καὶ ἡ χρῆσις ἅπασα, καὶ ἡ δύναμις αὐτῶν, παραπλησία τῇ τῶν λαθύρων ἐστίν, πλὴν ὅσον σκληρότεροί τε, καὶ δυσεψητότεροι, καὶ διὰ τοῦτο, καὶ δυσπεπτότεροι τῶν λαθύρων εἰσὶν οἱ ἄρακοι. παρ' ἡμῖν δὲ ἄγριόν τι, καὶ στρογγύλον, καὶ σκληρόν, ὀρόβου μικρότερον ἐν τοῖς δημητρίοις καρποῖς εὑρισκόμενον, ὀνομάζουσιν ἄραχον, οὐ διὰ τοῦ κ'. τὴν ἐσχάτην συλλαβήν, ἀλλὰ διὰ τοῦ χ'. φθεγγόμενοι, καὶ ῥύπτουσιν αὐτὸ ἐκλέγοντες, ὥσπερ καὶ τὸν πελεκῖνον.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΚΗ'.

Περὶ δολίχων.

ΤΟ τῶν δολίχων ὄνομα γέγραπται μέν, καὶ παρὰ τῷ Διοκλεῖ μετὰ τῶν ἄλλων, ὅσα τῶν τρεφόντων ἡμᾶς σπερμάτων εἰσὶν ὀνόματα. γέγραπται δὲ κἀν τῷ περὶ διαίτης Ἱπποκράτους, ὑπὲρ οὗ καὶ πρόσθεν ἤδη διῆλθον. ἡγοῦμαι δ' αὐτοὺς οὕτως ὀνομάζειν τὸ σπέρμα τοῦ κηπευομένου φυτοῦ, καλουμένου δὲ νῦν ὑπὸ τῶν πολλῶν κατὰ τὸν πληθυντικὸν ἀριθμὸν διττῶς. ἔνιοι μὲν γὰρ λοβούς, ἔνιοι δὲ φασιόλους ὀνομάζουσιν αὐτούς, διὰ τεττάρων συλλαβῶν τὴν φωνὴν προφερόμενοι, καὶ διὰ τοῦτο ποιοῦντες ἕτερον ὄνομα, τοῦ διὰ τριῶν συλλαβῶν λεγομένου φασήλου. D τινὲς δὲ τὸν αὐτὸν εἶναι λέγουσι τὸν φάσηλον τῷ λαθύρῳ, τινὲς δὲ εἶδος αὐτοῦ, τούς γε μὴν δολίχους τεκμαίροιτο ἄν τις ὀνομάζεσθαι τὰ κηπευόμενα ταῦτα φυτά, κἀξ ὧν Θεόφραστος περὶ αὐτῶν εἶπεν ἐν τῷ ὀγδόῳ περὶ φυτῶν ἱστορίας. ἔχει δὲ ἡ λέξις ὧδε. καὶ τὰ μέν ἐστιν ὀρθόκαυλα, καθάπερ πυρὸς καὶ κριθή, καὶ ὅλως τὰ σιτώδη, καὶ τὰ θερινά. τὰ δὲ πλαγιόκαυλα, οἷον ἐρέβινθος, ὄροβος, φακός. τὰ δὲ ἐπιγειόκαυλα, καθάπερ ὦχρος, πίσος, λάθυρος. ὁ δὲ δόλιχος ἐὰν παρακαταπήξῃ τις ξύλα μακρά, ἀναβαίνει καὶ γίνεται κάρπιμος, εἰ δὲ μή, φαῦλος καὶ ἐρημώδης. ἐκ δὲ τοῦ παραπηγνύναι κελεύειν ξύλα μακρά, καὶ μὴ γινομένου τούτου, φά-E σκειν ἐρημώδεις αὐτοὺς ἀποτελεῖσθαι, τεκμήραιτ' ἄν τις τὸν λόγον αὐτοῦ, περὶ τῶν νῦν καλουμένων φασιόλων τε καὶ λοβῶν εἶναι. αὐτὸς δὲ λοβοὺς ὀνομάζει, τὰ περιέχοντα τὸ σπέρμα τῶν τοιούτων ὀσπρίων ὁποῖόν ἐστι, φακὸς καὶ ὄροβος, πισός, καὶ κύαμος, καὶ θέρμος. ὥσπερ γὰρ τὰ σιτηρὰ σπέρματα περιέχουσιν οἱ ἀστάχυες, οὕτω τὰ νῦν εἰρημένα οἱ λοβοί, καὶ τούς γε δολίχους, καὶ αὐτοὺς οἱ λοβοὶ περιέχουσι, καὶ κατὰ τοῦτο, οἶμαι, τὸν ὅλον καρπὸν ὑπὸ τῶν νῦν ἀνθρώπων ὀνομάζεσθαι λοβούς, ὥσπερ ἀστάχυας ὅλους σιτηροὺς καρπούς. ἴσμεν δὲ καὶ ἄλλα πολλὰ τῶν ἐν πολλῇ χρήσει παρὰ τοῖς ἀνθρώποις ὄντων, ὅλου τοῦ γένους τοὔνομα σφετερι-F σάμενα, καθάπερ τὸν κάλαμον ᾧ γράφομεν, καὶ τὸ μέλαν. ἐν τῷ περὶ διαίτης Ἱπποκράτει οὕτως γέγραπται. οἱ δὲ πισοὶ φυσῶσι μὲν ἧττον, διαχωροῦσι δὲ μᾶλλον, ὦχροι δὲ καὶ δόλιχοι, διαχωρητικώτεροι τούτων, ἧσσον δὲ φυσώδεις, τροφιμώτεροι δέ. παραβάλλων γὰρ ἐν ταύτῃ τῇ ῥήσει τοὺς πισοὺς τοῖς κυάμοις, ὑπὲρ ὧν ὡς φυσώδους ἐδέσματος προειρήκει, τοὺς δ'

ὤχρους καὶ δολίχους ἐφεξῆς γράφων, ἐνδείκνυται τὴν ὁμογένειαν τοῖς προειρημένοις σπέρμασιν εἶναι τὸν δόλιχον, καὶ μάλιστα τοῖς ὤχροις, ἀλλ' ἐκ τοῦ μηδόλως αὐτὸν μνημονεῦσαι λαθύρων καὶ φασήλων ὑποψία τίς ἐστιν, ὡς ἐκείνων τῶν σπερμάτων ἕν ἐνδεχόμενον εἴη κεκλῆσθαι δόλιχον. εἰ δὲ καὶ τοὺς φασήλους τις ἐν τῷ γένει τῶν λαθύρων περιλαμβάνει, τούς γε λαθύρους μὴ δύνασθαι λεχθῆναι δολίχους, ἐν τῇ προειρημένῃ ῥήσει, διαφυγεῖν οὐχ οἷόν τε. καὶ Διοκλῆς δ' ἐν τῷ ὀσπρίων καταλόγῳ κυάμους πρῶτον εἰπὼν, εἶτα πισοὺς, ἐφεξῆς γράφει κατὰ λέξιν οὕτως. δόλιχοι δὲ τρέφουσι μὲν οὐχ ἧττον τῶν πισῶν, ἄφυσοι δ' εἰσὶν παραπλησίως· πρὸς ἡδονὴν δὲ καὶ διαχώρησιν χείρους. ἀλλὰ καὶ αὖθις, ἐφεξῆς ὤχρων μὲν καὶ φακῶν, ἐρεβίνθων τε καὶ ὀρόβων μνημονεύσας, παραλιπὼν δὲ τὸ τῶν λαθύρων ὄνομα τὴν αὐτὴν ἀμφιβολίαν παρέχει. καί τις δύναται λέγειν, ἓν εἶναι γένος ταῦτα πάντα, λαθύρους, ὤχρους, φασήλους, ὀνόμασι πλείοσι κεκλημένα· τάχα μὲν ὡς κίων, καὶ στῦλος δὲ κατά τινας ἐμφαινομένας αὐτοῖς διαφοράς. ἀλλὰ τό γε τοὺς δολίχους οὐχ ἧττόν τε τῶν πισῶν τρέφειν, ἀφύσους τε εἶναι παραπλησίως ἐκείνοις, ἐνδεικτικόν ἐστι τοῦ κεκληκέναι τὸν Διοκλέα, τοὺς νῦν ὀνομαζομένους φασιόλους οὕτως, οἱ γάρ τοι λάθυροι οὐκ εἰσὶν ἀφυσότεροι πισοῦ, καθάπερ οὐδὲ ὦχροι, οὐδὲ φάσηλοι, εἴθ' ἓν γένος ἐστὶν, ὡς ἔφην, εἴτε καὶ διαφοραί τινες ἑνὸς γένους ταῦτα. Φιλότιμος δὲ καὶ Πραξαγόρας, οὐδενὸς τῶν τοιούτων ἐδεσμάτων ἐμνημόνευσαν, ὅτι μὴ κυάμων τε καὶ πισῶν μόνων, ὥστε παρά γε τούτων οὐδὲν ἔχομεν εὐπορῆσαι, περὶ τοῦ τὸ τῶν δολίχων ὀνόματος ἐφ' ὅτῳ πράγματι τέτακται. καὶ τοίνυν καλείτω μὲν ἕκαστος, ὡς ἂν ἐθέλῃ, τοὺς νῦν ὑπὸ τῶν πολλῶν ὀνομαζομένους φασιόλους τε καὶ λοβοὺς, ἴστω δὲ τὴν δύναμιν αὐτῶν οὖσαν, οἵαν Διοκλῆς εἶπε περὶ τῶν δολίχων. ἐγγὺς δὲ τῆς γνώμης αὐτοῦ, καὶ ὁ ἐν τῷ περὶ διαίτης Ἱπποκράτης γράψας, ἥκει τοὺς ὤχρους, καὶ τοὺς δολίχους διαχωρητικωτέρους μὲν εἶναι τῶν πισῶν λέγων, ἧττον δὲ φυσώδεις, καὶ τροφίμους εἶναι αὐτοὺς μαρτυρεῖ, καὶ γὰρ οὕτως ἔχει, πλὴν ὅτι σὺν τοῖς λοβοῖς, ὅλους ἐσθίουσιν ἔτι χλωροὺς ὄντας αὐτοὺς, οἱ ἄνθρωποι δι' ἐλαίου, καὶ γάρου τοὐπίπαν· ἔνιοι δὲ καὶ οἶνον ἐπιβάλλουσιν. εἰς ἀπόθεσιν δὲ οὐ χρῶνται, καθάπερ τοῖς πισοῖς. ὑγρότεροι γὰρ ὄντες τὴν φύσιν, εἰώθασι διαφθείρεσθαι. τῷ βουλομένῳ δ' ἀσφαλῶς ἀποτίθεσθαι καὶ τούτους, ὥσπερ ὁ ἐμὸς πατὴρ ἐποίει, ξηραντέον ἐστὶν ἀκριβῶς αὐτούς. οὕτως γὰρ ἄσηπτοί τε, καὶ ἀδιάφθοροι μένουσιν ὅλου χειμῶνος, τὴν αὐτὴν χρείαν τοῖς πισοῖς παρεχόμενοι. τῶν φίλων δέ τις ἐν Ῥώμῃ διατρίβων, ἔλεγεν ἐν Καρίᾳ κατὰ τὴν ἑαυτοῦ πατρίδα καλουμένην Κέραμον, σπείρεσθαι τοῖς ἄλλοις ὀσπρίοις ὡσαύτως τοὺς δολίχους ἐν ταῖς ἀρούραις, ἔχοντας τὸ σχῆμα παραμηκέστερον λαθύρων.

A & dolichos ascribat, in eo significat dolichon eiusdem esse generis cum prædictis seminibus, & potissimùm cum eruiliis. Verùm quum nullam prorsus cicerculæ, aut phaseli mentionem fecerit, suspicari quodammodo possumus, illorum seminum quoddam licere appellare dolichon. Quod si quis phaselos quoque in cicercularum genere reponat, negare saltem non poterit quin cicerculæ in prædicta oratione dolichi appellari queant. Nam & Diocles in leguminum catalogo vt fabas primas recensuit, mox pisa, deinceps ad verbum sic scribit. *Dolichi verò non minùs quàm pisa nutriunt; præterea flatu similiter carent; quod verò ad suauitatem pertinet, ac deiectionem, vincuntur.* B Verùm is quoque deinceps eruiliæ quidem & lentis, & ciceris, & orobi mentionem faciens, cicerculæ autem nomen prætermittens, eandem præbet dubitationem. Dicere tamen quis possit, omnia hæc, eruilias, cicercula, phaselos, vnum esse genus, verùm pluribus nominibus appellari, fortasse vt stylum & columnam propter quasdam differentias quæ in ipsis apparent. Verumtamen quòd dolichi non minùs pisis nutriant, tum quòd æquè ac pisa flatu careant, indicio esse debet, Dioclem dolichos appellasse, quos nunc phaseolos nominant; C siquidem cicercula non magis quàm pisa flatu caret, quemadmodum nec eruilia, nec phaselus, siue hæc (vt dixi) vnum genus, siue vnius generis sint differentiæ. Philotimus autem & Praxagoras nullius ciborum huiusmodi meminerunt, nisi fabarum dumtaxat & pisorum, quamobrem nihil ex illis, quidnam dolichorum nomine significetur, possumus colligere. Itaque vocet quisque, quo libeat nomine quos nunc vulgò phaselos & siliquas appellant, dum sciat ea talem obtinere facultatem cuiusmodi Diocles dolichis attribuit. Ad cuius sententiam Hippocrates D in libro De ratione victus propè accedit, quum inquit, eruilias, & dolichos faciliùs deiici, quàm pisa, ac minus inflare; præterea alere ipsos testatur, nam ita res habet, nisi quòd integros & etiamnum virides vnà cum suis siliquis ex oleo & garo vt plurimùm homines mandunt; nonnulli autem vinum etiam adiiciunt. Sed eos vt pisa, non reponunt propter humiditatem copiosiorem, cuius occasione solent corrumpi; quod si quis eos quoque securè velit reponere, sicuti pater meus factitabat, siccare ipsos penitus oportet; sic enim hyeme tota manent imputres & incorrupti, eundem nobis E vsum quem pisa præstantes. Quidam meorum amicorum Romæ agens mihi narrauit, in Caria in patria sua quam Ceramum appellabat, in agris dolichos non aliter quàm alia legumina seri, figurámque eos habere cicerculis longiorem.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΚΘ'.

Περὶ ὀρόβων.

ΟἹ βόες ἐσθίουσι τοὺς ὀρόβους παρ' ἡμᾶς τε, καὶ τἆλλα πολλὰ τῶν ἐθνῶν, ὕδατι προγλυκανθέντας· οἱ δὲ ἄνθρωποι τελέως ἀπέχονται τοῦ σπέρματος τούτου, καὶ γὰρ ἀηδέστατόν ἐστι, καὶ κακόχυμον. ἐν λιμῷ δέ ποτε μεγάλῳ καθὰ καὶ Ἱπποκράτης ἔγραψεν, ἐξ ἀνάγκης βιαίας, ἐπ' αὐτὸ παραγίνονται. προσπαρασκευάζοντες δ' ἡμεῖς, ὥσπερ τοὺς θερ-

CAPVT XXIX.

De Eruo.

F Boues tum apud nos, tum apud alias plerasque gentes eruum prius in aqua dulcoratum pascuntur; homines verò ab hoc semine prorsus abstinent, est enim insuauissimum & praui succi; in magna tamen fame (quemadmodum Hippocrates quoque scripsit) necessitate coacti, ad ipsum nonnunquam accedunt. Nos verò ad eundem modum quo

quo lupinos præparantes, eruis cum melle vtimur ceu medicamentis crassos thoracis ac pulmonis humores expurgantibus. Porrò inter erua alba minus sunt medicamentosa iis quæ ad flauitiem aut pallorem recedunt. Quæ verò cocta bis fuerint, & in aqua identidem dulcorata, insuauitatem quidem deponunt, sed vnà etiam cum ea abstergendi & incidendi facultatem; vt sola in eis relinquatur terrestris substantia, quæ substantia alimentum fit, quod citra insignem amarorem desiccandi vim habet.

CAPVT XXX.

De Sesamo, & Erysimo.

SEsami semen pingue est, ideóque repositum celerrimè fit oleosum; quamobrem eos qui ipso vescuntur, celeriter implet stomachúmque subuertit ac tardè concoquitur pinguéque corpori præbet alimentum. Liquet ergo, quòd ventriculi partibus vigorem ac robur addere nequit, quemadmodum, neque aliud quoduis pingue. Est autem crassi succi, ideóque non properè peruadit. Ipso autem solo non admodum vescuntur, sed cum melle crudo, quas vulgò sesamidas vocant, effingentes. Panibus etiam inspergitur. Porrò quemadmodum milio panicum (quod etiam *μελίνην* diximus appellari) assimile quidem quodammodo est, verùm vndequaque deterius, ad eundem modum, & sesamo erysimum corporis substantia quodam pacto est affine, sed in cibo est insuauius, corporique alimentum parcius exhibet, prædictóque omninò est deterius. Cæterùm vtrumque temperamento est calidum, ob eámque causam sitim etiam excitat.

CAPVT XXXI.

De Papaueris semine.

SAtiui papaueris semen panibus vtiliter, ceu condimentum, inspergitur non secus, ac sesamum; verùm album nigro præstat. Refrigerandi autem habet facultatem, ideóque somniferum etiam est; quòd si sumptum liberalius fuerit cataphoram inducet, difficiléque concoquetur. Inhibet præterea quæ ex thorace, ac pulmone tussi expuuntur. Confert verò iis, qui catarrhis fluxu tenui à capite defluentibus infestantur. Corpori autem nullum memorabile præstat alimentum.

CAPVT XXXII.

De Lini semine, quod etiam composito nomine Linospermon dicitur.

NOnnulli frixo quidem ipso, vt opsonio, cum garo, non secus, ac factitio sale vtuntur; vtuntur autem, & melli permiscentes; quidam panibus quoque ipsum aspergunt. Stomacho autem noxium est, & coctu difficile, exiguúmque alimentum corpori exhibet. Quòd verò ad ventris deiectionem pertinet, ipsum nec probaueris, nec vituperaris; exiguam tamen mouendæ vrinæ habet facultatem, quæ magis apparet, quum frixum sumitur; tunc autem aluum quoque magis sistit. Rustici autem homines eo vtuntur sæpenumero frixo tusóque, mel admiscentes.

A μοις, χρώμεθα μετὰ μέλιτος τοῖς ὀρόβοις, ὡς φαρμάκοις τῶν κατὰ θώρακα, καὶ πνεύμονα παχέων ὑγρῶν ἐκκαθαρτικοῖς. ἧττον δ' εἰσὶ φαρμακώδεις ἐν αὐτοῖς οἱ λευκοί, τῶν πρὸς τὸ ξανθὸν, ἢ ὠχρὸν ἀφισταμένων. οἱ δ' ἀφεψηθέντες δὶς, ἀπογλυκανθέντες τε δι' ὕδατος πολλάκις, ἀποτίθενται μὲν τὴν ἀηδίαν, ἀποτίθενται δὲ σὺν αὐτῇ, καὶ τὴν ῥυπτικήν τε, καὶ τμητικὴν δύναμιν, ὥστε καταλιπέσθαι τὸ γεῶδες αὐτῶν τῆς οὐσίας, ὃ χωρὶς πικρότητος ἐπιφανοῦς ἔδεσμα ξηραντικὸν γίγνεται.

B

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Λ΄.

Περὶ σησάμου, καὶ ἐρυσίμου.

ΛΙπαρόν ἐστι τὸ τῶν σησάμων σπέρμα, διὸ καὶ τάχιστα κείμενον ἐλαιηρὸν γίνεται, διὰ τοῦτο οὖν ἐμπίμπλησί τε τοὺς ἐσθίοντας αὐτὸ ταχέως, ἀνατρέπει τε τὸν στόμαχον, καὶ βραδέως πέττεται, καὶ τροφὴν δίδωσι τῷ σώματι λιπαράν. εὔδηλον οὖν ὅτι τόνον, καὶ ῥώμην ἐντιθέναι τοῖς κατὰ τὴν γαστέρα μορίοις οὐ δύναται, καθάπερ οὐδὲ ἄλλο τι τῶν λιπαρῶν. ἔστι δὲ παχύχυμον, καὶ διὰ τοῦτο οὐδὲ διεξέρχεται ταχέως. C ἐσθίουσι δὲ αὐτὸ μόνον μὲν οὐ πάνυ τι, σὺν μέλιτι δὲ ἀπέφθῳ, τὰς καλουμένας ὑπὸ τῶν πολλῶν σησαμίδας ἀναπλάττοντες. ἐπιπάττουσι δὲ καὶ τοῖς ἄρτοις αὐτό. ὥσπερ δὲ κέγχροις ὁ ἔλυμος, ὃν καὶ μελίνην ἔφαμεν ὀνομάζεσθαι, παραπλήσιον μέν πώς ἐστιν, χεῖρον δὲ πάντη, κατὰ τὸν αὐτὸν τρόπον, ἐρύσιμον σησάμῳ κατὰ τὴν τοῦ σώματος οὐσίαν ὁμογενές πως ὄν, ἀηδέστερον δ' ἐστὶ βρωθῆναι, καὶ τροφὴν ἥττονα δίδωσι τῷ σώματι, καὶ πάντη χεῖρον ὑπάρχει. θερμὰ δέ ἐστι ταῖς κράσεσιν ἄμφω, καὶ διὰ τοῦτο, καὶ διψώδη.

D

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΛΑ΄.

Περὶ μήκωνος σπέρματος.

ΤΗς ἡμέρου μήκωνος σπέρμα χρήσιμόν ἐστιν ἐπιπαττόμενον ἄρτοις, ὡς ἥδυσμα, καθάπερ καὶ τὰ σήσαμα. βέλτιον δ' ἐστὶ τὸ λευκότερον σπέρμα τοῦ μελαντέρου, δύναμιν δ' ἔχει ψυκτικήν, καὶ διὰ τοῦτο, καὶ ὑπνωτικόν ἐστιν. εἰ δὲ καὶ πλέον ληφθείη, καὶ καταφορικὸν, καὶ δύσπεπτον, ἔτι τε τῶν ἐκ θώρακος, καὶ πνεύμονος ἀναβηττομένων ἐπισχετικόν. ὠφελεῖ μέντοι τοὺς ἐκ κεφαλῆς καταρροιζομένους λεπτῷ ῥεύματι.
E τροφὴν δὲ οὐκ ἀξιόλογον παρέχει τῷ σώματι.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΛΒ΄.

Περὶ λίνου σπέρματος, ὃ καὶ συνθέτως ὀνομάζουσι λινόσπερμον.

ΧΡῶνται μὲν αὐτῷ, καὶ φρύγοντες ἔνιοι, καθάπερ τοῖς σκευαστοῖς ἁλσὶν, ὡς ὄψῳ μετὰ γάρου. χρῶνται δὲ καὶ μέλιτι φυρῶντες. ἐπιπάττουσι δὲ ἔνιοι, καὶ τοῖς ἄρτοις αὐτό, κακοστόμαχον δὲ καὶ δύσπεπτον ὑπάρχον, καὶ τροφὴν ὀλίγην
F τῷ σώματι παρέχον. εἰς δὲ διαχώρησιν γαστρὸς, οὔτ' ἂν ἐπαινέσαις, οὔτ' ἂν ψέξαις αὐτό, μετέχει γε μὴν βραχέος τι, καὶ τῆς οὐρητικῆς δυνάμεως, ὃ μᾶλλον γίνεται φανερὸν, ἐπειδὰν φρυγὲν ἐσθίεται. τηνικαῦτα δ' ἵστησί πως μᾶλλον τὴν γαστέρα. χρῶνται δ' οἱ κατὰ τοὺς ἀγροὺς ἄνθρωποι πολλάκις αὐτῷ, μετὰ τὸ φρύξαι καὶ λεάνσαι, μέλι μιγνύντες.

A

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΛΓ'.

Περὶ ὀρμίνου.

Καὶ τούτῳ χρῶνται φρύγοντες, εἶτα λεαίνοντες, ὡς ἄλευρον γενέσθαι, μιγνύουσι δ' αὐτῷ καὶ μέλιτος. ὀλίγον δ' ἔχει τὸ τρόφιμον ἐν ἑαυτῷ, μεταξὺ τὴν φύσιν ὑπάρχον ἐρυσίμου τε καὶ κυμίνου.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΛΔ'.

Περὶ κανναβέως σπέρματος.

Οὐχ ὥσπερ αὐτὸ τὸ φυτὸν τῆς κανναβέως ἔοικέ πως τῷ ἄγνῳ, καὶ τὸ σπέρμα τῷ σπέρματι παραπλήσιόν πως ἐστὶ τὴν δύναμιν, ἀλλ' ἀποκεχώρηκε πάμπολυ, δύσπεπτόν τε καὶ κακοστόμαχον ὄν, καὶ κεφαλαλγές, καὶ κακόχυμον. ὅμως δ' οὖν καὶ τοῦτό τινες ἐσθίουσι, φρύγοντες ἅμα τοῖς ἄλλοις τραγήμασιν. ὀνομάζω δηλονότι τραγήματα τὰ περὶ τὸ δεῖπνον ἐσθιόμενα, τῆς ἐπὶ τὸ πίνειν ἡδονῆς ἕνεκα. θερμαίνει δ' ἱκανῶς, καὶ διὰ τοῦτο, καὶ κεφαλῆς ἅπτεται βραχεῖ πλέον ληφθέν, ἀτμὸν ἀναπέμπον ἐπ' αὐτὴν θερμόν τε ἅμα, καὶ φαρμακώδη.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΛΕ'.

Περὶ ἄγνου σπέρματος.

Καὶ καθ' αὑτὸ τοῦτο φρυγόμενον ἐσθίεται, πεπιστευμένον ἐπέχειν τὰς ἐπ' ἀφροδισίοις ὁρμὰς γινομένας. τροφὴν δ' ὀλίγην δίδωσι τῷ σώματι, καὶ ταύτην ξηραίνουσαν μὲν καὶ ψύχουσαν, ἄφυσον δ' ἱκανῶς, καὶ κατὰ πάντ' οὖν ταῦτα τοῖς ἁγνεύειν ἀφροδισίων βουλομένοις, ἐπιτήδειόν ἐστι, διὸ καὶ τοὔνομα τῷ φυτῷ τεθεῖσθαι τοῦτό φασιν, κεφαλῆς δ' οὐχ ἅπτεται, καθάπερ ἡ κάνναβις.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Λς'.

Περὶ ἀφάκης, καὶ βικίου.

Τὸ σχῆμα τῶν σπερμάτων τούτων οὐ στρογγύλον ἐστίν, ὥσπερ τὸ τῶν κυάμων, ἀλλ' ὑπόπλατυ μᾶλλον ὁμοίως τοῖς φακοῖς. ἀποτίθενται δὲ οἱ γεωργοὶ καὶ ταῦτα, σὺν αὐτοῖς τοῖς λοβοῖς, ἅμα τοῖς φυτοῖς ὅλοις, ἕνεκα τῆς τῶν ἀλόγων θρεμμάτων τροφῆς. ἐν λιμῷ γε μὴν οἶδα, καὶ τούτων ἐνίους φαγόντας, καὶ μάλιστα τοῦ ἦρος, ἔτι χλωρῶν ὄντων, ὥσπερ ἐρέβινθόν τε, καὶ κύαμον ἐσθίουσι συνήθως. ἔστι δ' οὐκ ἀηδῆ μόνον, ἀλλὰ καὶ δύσπεπτα, καὶ σταλτικὰ γαστρός, εὔδηλον οὖν ὅτι τὰ τοιάδε τὴν φύσιν ὄντα, τὴν ἀναδιδομένην τροφὴν ἐξ ἑαυτῶν, οὔτ' εὔχυμον ἔχει, καὶ παχεῖαν εἰς αἵματος μελαγχολικοῦ γένεσιν ἐπιτήδειον, ὥσπερ καὶ πρόσθεν εἴρηται περὶ τῆς φακῆς. ἀλλ' ἐκείνῃ μὲν πολλὰ ἀγαθὰ πάρεστι· τούτοις δὲ οὐδὲν τῶν ἐκείνοις ἀγαθῶν ὑπάρχει. τό γε μὴν ὄνομα τοῦ βικίου παρ' ἡμῖν μὲν συνήθες ἐστι, καὶ μόνως γε οὕτως ὀνομάζεται. παρὰ δὲ τοῖς Ἀττικοῖς, ἄρακος, ἢ κύαμος ἐκαλεῖτο.

CAPVT XXXIII.

De Ormino.

Hoc quoque frixo vtuntur, deinde eatenus læuigant, vt farina euadat, mel quoque ei admiscent. Parum in seipso habet alimenti, vt quod mediæ inter erysimum, & cuminum sit naturæ.

B

CAPVT XXXIV.

De Cannabis semine.

Non quemadmodum planta ipsa cannabis vitici quodammodo est similis, ita semen semini facultate est simile, sed plurimùm ab eo diffidet, vt quod concoctu sit difficile, stomachóque, ac capiti noceat, prauíque sit succi. Sunt tamen, qui eo quoque frixo cum aliis tragematibus vescantur: tragemata autem voco ea, quæ post cœnam, voluptatis inter bibendum excitandæ gratia, manduntur. Multum autem calefacit, ideóque sumptum paulò largius, caput ferit, vaporem C sursum ad ipsum mittens calidum simul, ac medicamentosum.

CAPVT XXXV.

De Viticis semine.

Id semen etiam ipsum per se frixum manditur, creditúrque appetitus venereos inhibere, alimentum autem corpori præbet exiguum, idque siccans, ac refrigerans; flatus autem valdè dissipat: quorum omnium occasione iis, qui castos se ser- D uare volunt, est accommodum, vnde & nomen dicunt ipsi plantæ fuisse impositum. Cæterùm caput non ferit, quomodo cannabis.

CAPVT XXXVI.

De Aphace, & Vicia.

Horum seminum figura non est rotunda, veluti fabarum, sed aliquanto latior, quo modo lentium. Hæc quoque cum ipsis siliquis, atque integra planta rustici reponunt, vt brutis E pecudibus sint pabulo; per famem tamen quosdam noui, qui hæc quoque comederint, potissimùm vere, quum etiamnum virent, quemadmodum fabas, & cicera esitare consueuerunt. Sunt autem non insuauia modò, sed concoctu etiam difficilia, aluumque inhibent. Perspicuum ergo est, quòd quum natura sint eiusmodi, alimentum, quod ex ipsis distribuitur, habent haudquaquam boni succi, & crassum, ad succum melancholicum gignendum idoneum, ceu priùs de lente diximus; verùm illi quidem multa bona insunt, his autem nihil bonorum illius F adest. Cæterùm viciæ nomen apud nos quidem est tritum, eóque solo nominatur; Attici verò ἄρακον aut fabam appellabant.

CAP.

A

CAPVT XXXVII.

De ſeminibus alienigenis, quæ in quoque genere permixta reperiuntur.

IN tritico quidem frequens lolium ſæpe inuenitur; in hordeis verò naſcitur quidem, ſed paucum; quam autem ægilopem appellant, ea in hordeis frequens inuenitur, quum prima generatio, vel incrementum ipſis non rectè ſucceſſerit. Porrò pater meus, ætate iam declinante, agriculturæ ſtudioſus factus, triticum, ac hordeum aliquando ſeminauit, omnibus diuerſi generis ſeminibus, quæ ipſis erant admixta, diligenter ſelectis, quò certò cognoſceret, num ex ipſorum mutatione lolium, & ægilops naſcerentur, an propriam hæc quoque ſemina naturam haberent. Quum autem fortè vnà cum puris ſeminibus in tritico quidem frequens lolium, in hordeo autem parum, ſed magnam ægilopis vim enatam conſpiceret, in aliis quoque ſeminibus itidem experiri eſt aggreſſus. Reperit igitur in lente quoque ex mutatione ipſius durum rotundumque aracum, & ſecurinum, ſemina non eſculenta enata, præterea aparinem, quæ non modò non eſculenta eſt, ſed plantæ lentis, dum aſſurgit, vndique implexa ipſam ſtrangulat, ac ſuffocat, & detrahit non aliter, quàm eruangina eruum. Atque hæc quidem praua admodum ſunt ſemina. Nigrum autem triticum nuncupatum, ex tritici quoque mutatione generatur, ſed prauitate quam plurimum à lolio relinquitur. Deprehendit autem alia quoque ſemina ſimiliter immutari; proinde iis, qui ſeminibus iis ſalubriter vti vellent, præcepit omne quod prauum eſſet ſeligerent: neque id pro nihilo ducerent, vt piſtores, qui populo publicè inſeruiunt. Etenim quum anni conſtitutio praua aliquando fuiſſet, lolium affatim tritico innaſci contigit; quod quum neque agricolæ accommodatis ad eam rem cribris exactè purgaſſent, neque piſtores, quòd paucus eſſet tritici prouentus, ſtatim quidem multis caput dolere cœpit: ineunte verò æſtate in cute multorum, qui comederant, vlcera aut aliud quoddam ſymptoma, quod ſuccorum prauitatem indicaret eſt ſubnatum. Non igitur oportet nos in purgandis ſeminibus, quæ ad eſum comparantur, eſſe negligentes, perſuaſos etiam ſi noxam, quæ quotidie fit, ob exiguitatem ſenſu non percipimus, quod tamen longo tempore ex ipſa aceruatur, tandem erupturum.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΛΖ'.

Περὶ τῶν ἐν ἑκάστῳ γένει σπερμάτων ἐμφερομένων, ἑτερογενῶν τε καὶ μικτῶν.

ΕΝ μὲν τοῖς πυροῖς αἶραι πολλάκις εὑρίσκονται πολλαί· κατὰ δὲ τὰς κριθὰς γίγνονται μὲν, ἀλλ' ὀλίγαι, πολὺς δὲ ὁ καλούμενος αἰγίλωψ ἐν αὐταῖς, ὅταν δυστυχήσωσι κατὰ τὴν πρώτην αὔξησιν, ἢ γένεσιν. ὁ δ' ἐμὸς πατὴρ ἐν παρακμῇ τῆς ἡλικίας φιλογεωργὸς γενόμενος, ἔσπειρέ ποτε, καὶ πυροὺς, καὶ κριθὰς, ἀκριβῶς ἐκλέξας αὐτῶν ἅπαν ὅσον ἑτερογενὲς ἐμέμικτο σπέρμα, χάριν τοῦ γνῶναι σαφῶς εἴτε κατὰ μεταβολὴν B αὐτῶν, ἡ γένεσις ταῖς αἴραις τε, καὶ ταῖς αἰγίλωψι, ἢ φύσιν ἰδίαν ἔχει, καὶ ταῦτα τὰ σπέρματα. γεννηθέντων δ' ἅμα τοῖς καθαροῖς σπέρμασιν, αἰρῶν μὲν πολλῶν κατὰ τύχην ἐν τοῖς πυροῖς, ὀλίγων δ' ἐν ταῖς κριθαῖς, ἀλλ' αἰγίλωπος δαψιλοῦς, ἐπεχείρει καὶ τῇ τῶν ἄλλων σπερμάτων βασάνῳ τὸν αὐτὸν τρόπον. εὗρεν οὖν καὶ τοῖς φακοῖς ἐκ μεταβολῆς αὐτῶν, γενομένους ἀράκους τε τοὺς σκληρούς τε, καὶ στρογγύλους, καὶ πελεκίνους, ἄβρωτα σπέρματα, τὴν δὲ ἀπαρίνην οὐ μόνον ἄβρωτον, ἀλλὰ κἂν τῷ φύεσθαι περιπλεκομένην τοῖς φυτοῖς τῶν φακῶν, ἄγχουσαν τε καὶ πνίγουσαν αὐτὰ, καὶ κατασπῶσαν, ὥσπερ ἡ ὀροβάγχη τοὺς ὀρόβους. ταῦτα μὲν οὖν μοχθηρὰ πάνυ σπέρματα. τὸ με- C λάμπυρον δὲ καλούμενον ἐκ μεταβολῆς μὲν καὶ αὐτὸ γίνεται τῶν πυρῶν, ἀλλ' ἀπολείπεται πάμπολυ τῆς ἐν ταῖς αἴραις κακίας. εὗρε δὲ καὶ κατ' ἄλλα σπέρματα, τοιαύτας τινὰς μεταβολὰς γιγνομένας, ὅθεν ἐκέλευσεν τοὺς χρωμένους αὐτοῖς, ἐκλέγειν ἅπαν τὸ μοχθηρὸν, ὅταν εἰς χρῆσιν ὑγιεινὴν ἄγηται τὰ σπέρματα, καὶ μὴ καταφρονεῖν, ὥσπερ οἱ τοῖς δήμοις ὑπηρετούμενοι σιτοποιοί. μοχθηρᾶς μέντοι ποτὲ γενομένης ἀγωγῆς ἔτους, αἶραι πάμπολλαι κατὰ τοὺς πυροὺς ἐγεννήθησαν, ἃς οὐκ ἀκριβῶς, οὔτε τῶν γεωργῶν ἐκκαθαράντων τοῖς εἰς ταῦτα ἐπιτηδείοις κοσκίνοις, ὀλίγος γὰρ ὁ σύμπας ἐγεωργεῖτο πυρὸς, οὔτε τῶν σιτοποιῶν διὰ τὴν αἰτίαν, ἐν μὲν τῷ παραχρῆμα κεφαλαλγεῖς ἐγένοντο πολλοί· τοῦ θέρους δ' ἐκβάλλοντος D ἕλκη κατὰ τὸ δέρμα τῶν φαγόντων οὐκ ὀλίγοις, ἤ τι σύμπτωμα ἕτερον ἐγεγόνει κακοχυμίας ἐνδεικτικόν· οὐκ οὖν ἀμελεῖν προσήκει τοῦ καθαρὰ ποιεῖν τὰ πρὸς ἐδωδὴν παρασκευαζόμενα σπέρματα, γινώσκοντας, εἰ καὶ τῆς καθ' ἑκάστην ἡμέραν βλάβης οὐκ αἰσθανόμεθα διὰ βραχύτητα, τό γ' οὖν ἀθροιζόμενον ἐξ αὐτῆς χρόνῳ πλείονι φανερὸν γενήσεταί ποτε.



ΓΑΛΗΝΟΥ ΠΕΡΙ ΤΡΟΦΩΝ ΔΥΝΑΜΕΩΣ ΒΙΒΛΙΟΝ Β.

GALENI DE ALIMENTORVM FACVLTATIBVS LIBER SECVNDVS.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΤΩΝ ΕΝ ΤΩι ΔΕΥΤΕΡΩι.

Περὶ τῶν καρπῶν τῶν ἀπό τε τῶν δένδρων, καὶ τῶν λαχάνων, καὶ περὶ τῶν λαχάνων ἐδωδίμων γράφει.

ARGVMENTVM LIBRI SECVNDI.

De fructibus agit qui vel ex arboribus, vel ex oleribus proueniunt; de ipsis quoque oleribus quæ ad alendum corpus sumuntur.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Α'.

Τί ἐν τῷ ἔμπροσθεν γράμματι διῆλθε, τί ἐν τῷ ἐφεξῆς εἰρήσεται· καὶ περὶ τῆς τοῦ τε καρποῦ, καὶ τοῦ σπέρματος διαφορᾶς.



A ΕΠΕΙΔΗ τρεφόμεθα μὲν ἀπό τε φυτῶν, καὶ ζώων, ἤρξαντο δὲ ἀπὸ τῶν δημητρίων ὀνομαζομένων σπερμάτων, οἱ πρὸ ἐμοῦ πάντες ἐν τῷ περὶ τῶν ἐδεσμάτων, διότι χρησιμώτατον ἐν αὐτοῖς ἦν ὃ τῶν ἄρτων ἔδεσμα, διὰ τοῦτο κἀγὼ περί τε πυρῶν, καὶ κριθῶν, καὶ τιφῶν, ὀλυρῶν τε, καὶ πρὸς τούτοις τῶν ὀνομαζομένων ὀσπρίων, καὶ χεδρόπων ἐν τῷ πρώτῳ λόγῳ διελθὼν ἐσκοπούμην. εἶτ' ἐπὶ τὰς ἄλλας ἐν τῷδε τῷ λόγῳ μεταβῆναι προσήκει τροφάς, ὅσας ἀπὸ φυτῶν ἔχομεν, εἶτα B πρὸς τὰς ἀπὸ τῶν ζώων, ὅσαι χρησιμώτεραι τοῖς ἀνθρώποις εἰσίν, καὶ γὰρ καὶ τοῦτο λόγον ἔχειν ἐδόκει. καί τινες οὐ διὰ πάντων τῶν ὁμογενῶν διεξελθόντες, οὐδὲ τὰς ἀπὸ τῶν φυτῶν ἁπάσας, ἐφεξῆς τοῖς δημητρίοις σπέρμασι διδάξαντες, ὑπὲρ ἐκείνων ἀεὶ πρότερον ἐποιήσαντο τὸν λόγον, ὅσα χρησιμώτερα τοῖς ἀνθρώποις ἐστί. φαίνεται γοῦν τά τε χοίρεια κρέα, καὶ τὰ τῶν ἐρίφων τε, καὶ αἰγῶν, καὶ μόσχων, καὶ βοῶν, καὶ προβάτων, οὐδὲν δ' ἧττον αὐτῶν ὅσα θηρεύουσιν ἐν τοῖς ὄρεσιν οἱ κυνηγέται, πολλὴν χρείαν τοῖς ἀνθρώ-

CAPVT PRIMVM.

Quid actum superiore libro, quid deinceps agendum, ac de differentia seminis & fructus.



A QVum à plantis & animalibus sumamus alimenta, qui autem ante me fuerunt omnes, in iis quæ de alimentis scripserunt, à cerealibus, nuncupatis seminibus initium sumpserint, propterea quòd panum esus inter ipsa est vtilissimus; ob eam causam ego quoque de tritico, hordeo, tipha, olyra, ad hæc de iis quæ legumina, ac chedropa appellant, primo libro tractaui. Decet autem hoc libro ad alia alimenta quæ à plantis, deinceps transire, post autem ad ea quæ ab B animalibus sumuntur, quæcunque hominibus sunt vtiliora; nam id æquum mihi esse videtur; fuerunt etiam nonnulli qui haudquaquam omnibus congeneribus prius explicatis, neque alimentis omnibus quæ à plantis sumuntur, post cerealia semina subditis, de illis priùs semper tractarunt, quæ maiorem hominibus afferunt vtilitatem. Suilla certè & hœdina, & caprina, & vitulina, & bubula, & ouilla, & his nihilominus, quæ venatores in montibus venantur, magnum vsum præstare hominibus cernuntur,

cernuntur, quemadmodum certè & volucria pleraque, & aquatilia: verùm quum reputassem genera omnia vno libro comprehendi non posse, nihil magnopere interesse sum arbitratus, ex iis alimentis quæ prædictis supersunt, in secundo quidem volumine ea quæ à plantis, in tertio autem ea quæ ab animalibus sumuntur persequi. Licebit enim cuiuis, qui opusculum in quo alimentorum facultates, quibus maximè vti velit, sunt traditæ, ad manus habebit, nunc primum, nunc secundum tertiúmve librum euoluere. Vt igitur sermo omnis de plantis primis duobus libris absoluatur, ad ea quæ dictis ante supersunt aggrediens, hinc auspicabor. Omnia edulia quæ primo libro fuerunt memorata, plantarum erant semina; nunc verò à fructibus exordiens, in primis à seminibus eos distinguam, eóque magis, quòd plerique crediderunt nihil interesse siue semen dicas, siue fructum. Quæ igitur semina modò retulimus, exiguum quiddam à fructibus discrepant, ab iis verò quæ nunc memorabimus, non mediocriter dissident. Etenim fici fructus, sunt ipsæ ficus, quæ verò in ipso est cenchramis, semen est fici; sicut & vua totius vitis est fructus, solus autem acinus vitis est semen; pari modo & pyri & mali fructus est pyrum ac malum, semen autem tria aut quatuor grana quæ in ipsis mediis habentur. Quid iam de cucurbitis & cucumeribus, quinam ipsorum pepones sunt aut non sunt, qui melopepones, aut quid reliqua eiusmodi omnia commemorem? quamplurimum enim totus fructus à semine discrepat. Cæterùm in fabis, lupinis, dolichis, lente, & aliis id genus seminibus, quæ siliquis obuoluuntur, quod quidem ex siliqua semineque est compositum, est fructus; plurima tamen substantiæ pars seminibus inest. Porrò aliorum propemodum omnium quæ primo libro memorauimus, semen solùm manditur; solius autem dolichi, dum adhuc virescit, fructus integer comeditur; vbi enim exaruerunt siliquæ quæ semina ipsa continent, hominibus sunt inutiles; fabarum autem viridium siliqua non est esculenta, quemadmodum neque ciceris, neque aliorum quæ Theophrastus vocare solet siliquata. Iure igitur dixi vulgò siliquas nominari, quos nonnulli phaseolos nuncupant, quòd sola ipsorum siliqua sit esculenta; ve ùm de horum quidem facultate priùs diximus; veluti etiam quòd veterum nonnullos existimo, phaseolorum nomine dolichos comprehendisse. Cæterùm plantarum fructus ab arboribus sumuntur, & oleribus hortensibus, inter quæ quidam medicorum pepones, melopepones, & cucurbitas recensent, à quibus hoc libro docere incipiam.

A ποις περιεχόμενα, καθάπερ γε καὶ τῶν πτηνῶν πολλὰ, καὶ τῶν ἐνύδρων. εἶτ' ἐννοήσας ἕκαστον γένος ἑνὶ βιβλίῳ περιληφθῆναι ἀδύνατον ὂν, οὐ μέγα τὸ διαφέρειν ὑπέλαβον, τῶν ὑπολειπομένων ἐδεσμάτων ἐπὶ τοῖς προειρημένοις, ἐν μὲν δευτέρῳ γράμματι τὰς ἀπὸ τῶν φυτῶν τροφὰς διελθεῖν, ἐν δὲ τῷ τρίτῳ τὰς ἀπὸ τῶν ζώων. ἐξέσται γὰρ τῷ βουλομένῳ, προχειριζόμενον τὸ βιβλίον, ἐν ᾧ γέγραπται τῶν τροφῶν ἡ δύναμις, αἷς μάλιστα χρῆσθαι βούλεται, ποτὲ μὲν ἐπὶ τὸ πρῶτον ἔρχεσθαι, ποτὲ δὲ ἐπὶ τὸ δεύτερον, ἢ τρίτον. ὅπως οὖν ὁ περὶ τῶν φυτῶν λόγος ἅπας ἐν τοῖς δύο πρώτοις ᾖ τετελεσμένος, ἐπὶ
B τὰ καταλοιπα τῶν προειρημένων ἀφίξομαι, τὴν ἀρχὴν τῶν λόγων τήνδε θέμενος. τὰ μὲν ἐν τῷ α' λόγῳ σιτία, σπέρματα φυτῶν ἦν ἅπαντα. νυνὶ δὲ ἀπὸ καρπῶν ἄρξομαι, διαιρεῖσας πρότερον αὐτῶν τὰ σπέρματα, καὶ μάλιστα ὅτι πολλοῖς ἔδοξε διαφέρειν οὐδὲν, ἢ καρπὸν εἰπεῖν, ἢ σπέρμα. τὰ μὲν οὖν ἤδη λελεγμένα σπέρματα βραχύ τι καρπῶν διαφέρει. τῶν δὲ νῦν εἰρησομένων, οὐκ ὀλίγον ἀφέστηκε. καρπὸς μὲν γὰρ ἐστι συκῆς, τὰ σῦκα. ἡ δ' ἐν αὐτῷ κεγχραμὶς, σπέρμα συκῆς. ὥσπερ καὶ τῆς ῥαγὸς ὅλης οὔσης ἀμπέλου καρπὸς, μόνον ἐστὶ τὸ γίγαρτον ἀμπέλου σπέρμα, κατὰ ταὐτὰ δὲ ἀπίου, καὶ μηλέας ὁ μὲν καρπὸς
C ἄπιόν τε, καὶ μῆλόν ἐστι· τὸ δὲ σπέρμα, τρεῖς ἢ τέτταρες ἐν μέσοις αὐτῶν κόκκοι. τί δεῖ λέγειν ἔτι κολοκυνθῶν τε, καὶ σικύων, ὅσοι γε πέπονες αὐτῶν εἰσι, καὶ ὅσοι μὴ, καὶ ὅσοι μηλοπέπονες, τῶν τ' ἄλλων ἁπάντων ὅσα τοιαῦτα; πάμπολυ γὰρ ὁ σύμπας καρπὸς τοῦ σπέρματος διαφέρει. κυάμου δὲ καὶ θέρμου, καὶ δολίχου, καὶ φακῆς, ὅσα τ' ἄλλα τῶν σπερμάτων ἀμφίεσμα λοβὸν ἔχει, τὸ μὲν ἐξ ἀμφοῖν συγκείμενον καρπός ἐστιν, ἡ πλείστη δὲ μοῖρα τῆς οὐσίας ἐν τοῖς σπέρμασιν. ἐσθίεται δὲ τῶν μὲν ἄλλων σχεδὸν ἁπάντων ὅσα δεδήλωται ἐν τῷ α' λόγῳ, μόνον τὸ σπέρμα. δολίχων δὲ μόνον ὁ καρπὸς ὅλος, ἕως ἂν ὦσιν οἱ καρποὶ χλωροὶ ἔτι. ξηρανθέντων
D γὰρ ἄχρηστοι τοῖς ἀνθρώποις, οἱ περιέχοντες τὰ σπέρματα γίνονται λοβοὶ, κυάμων δ' οὐκ ἔστιν χλωρῶν ὁ λοβὸς ἐδώδιμος, ὥσπερ οὐδὲ τῶν ἐρεβίνθων, οὐδὲ τῶν ἄλλων, ὅσα καλεῖν εἴωθεν ἔλλοβα ὁ Θεόφραστος. εἰκότως οὖν ἔφην ὀνομάζεσθαι ὑπὸ πολλῶν λοβοὺς, οὓς ἔνιοι φασήλους καλοῦσιν, ἐπεὶ μόνον αὐτῶν ὁ λοβὸς ἐδώδιμός ἐστιν. ἀλλὰ περὶ μὲν τῆς τούτων δυνάμεως εἴρηται πρόσθεν, ὥσπερ γε καὶ ὅτι τὸ τῶν δολίχων ὄνομα κατὰ τούτων ἡγοῦμαι φέρειν ἐνίους τῶν παλαιῶν. οἱ δὲ καρποὶ τῶν φυτῶν ἀπό τε τῶν δένδρων εἰσὶ, καὶ τῶν κηπευομένων λαχάνων, ἐν οἷς καταλέγουσιν ἔνιοι τῶν ἰατρῶν, τούς τε πέπονας, καὶ τοὺς
E μηλοπέπονας, καὶ τὰς κολοκύνθας, ἀφ' ὧν καὶ πρῶτον ἄρξομαι τῆς ἐν τῷδε τῷ γράμματι διδασκαλίας.

CAPVT II.

De fructibus qui fugaces appellantur.

Horam anni Græci id tempus appellant, in cuius medio caniculam exoriri contingit; tempus autem id dierum est quadraginta. Hoc quidem tempore omnes horarij, quos vocant, fructus constant, nonnulli iam declinantes, alij incipientes, alij in suo vigore, aut vltra vigorem, aut citra consistentes. Vocant autem ipsos horarios, non quòd id solùm temporis sint, sed (vt mea fert opinio) quò ipsos ab iis qui ad reponendum sunt idonei, distinguant, quandoquidem & triticum, & hordeũ, & omnia quę primo libro explicui, anniuersariam atque æstiuam habent generationẽ,

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Β'.

Περὶ τῶν ὡραίων ὀνομαζομένων καρπῶν.

Ὥραν ἔτους ὀνομάζουσιν οἱ Ἕλληνες ἐκεῖνον τὸν καιρὸν, ἐν ᾧ μεσοῦντι τὴν τοῦ κυνὸς ἐπιτολὴν γίγνεσθαι συμβαίνει. χρόνος δ' ἐστὶν οὗτος ἡμερῶν τεσσαράκοντα. κατὰ τοῦτον οὖν τὸν χρόνον, ἅπαντές εἰσιν οἱ ὡραῖοι καλούμενοι καρποὶ,
F τινὲς μὲν ἤδη παρακμάζοντες, ἔνιοι δὲ ἀρχόμενοι, τινὲς δὲ ἀκμάζοντες, ἢ μετὰ τὴν ἀκμὴν, ἢ πρὸ αὐτῆς. ὡραίους δὲ αὐτοὺς ὀνομάζουσιν, οὐχ ὅτι μόνον κατὰ τὸν εἰρημένον γίγνονται χρόνον, ἀλλ' ὡς εἶμαι διαιρεῖν βουλόμενοι τῶν εἰς ἀπόθεσιν ἐπιτηδείων. ἐπεί τοι καὶ πυροὶ, καὶ κριθαὶ, καὶ πάνθ' ὅσα κατὰ τὸ πρῶτον γράμμα δεδήλωται, ἐπέτειόν τε καὶ θερινὴν ἔχει τὴν γένεσιν,

ἀλλ' οὐ διαφθείρεται ταχέως, ὥσπερ αἱ κολοκύνθαι, καὶ τὰ συκάμινα, πέπονές τε καὶ μηλοπέπονες, καὶ περσικά, καὶ ἄλλα ὅσα τοιαῦτα. καὶ γὰρ εἰ ξηραίνοντες αὐτά τινες ἀποτίθενται, φυλάττοντες εἰς τὸν χειμῶνα, καταβάλλει καὶ οὕτως τὴν ἀρχαίαν φύσιν ἅπασαν πρὸς τὸ ἐναντίον. ἔνιοι γοῦν τῶν κολοκυνθῶν κενοῦντες τὸ σπέρμα, κἄπειτα τὴν οἷον σάρκα ξηραίνοντες, ἀποτίθενται μὲν εἰς τὸν χειμῶνα, χρῶνται δὲ αὐτοῖς πάντες μᾶλλον, ἤ τινι τῶν ἐδωδίμων. οὐ μὴν ἐπί τε πυρῶν καὶ κριθῶν, ὅσα τ' ἄλλα δημήτρια σπέρματα, πρὸς τοὐναντίον ἡ φύσις ἐν ταῖς ἀποθέσεσιν ἐξίσταται. μένει γὰρ ἁπλῶς τοιαῦτα ταῖς οὐσίαις, ὁποῖα κατὰ τὸ θέρος εὐθὺς ἐξ ἀρχῆς ἦν τελειωθέντα. πρόδηλόν τε, ὅτι τὰ μὲν ξηρὰν ἔχοντα τὴν πῆξιν τοῦ σώματος, ὥσπερ μόνιμον ἔχει τὴν ἕξιν, οὕτω καὶ στερεάν, καὶ γεώδη, καὶ διὰ τοῦτο τρόφιμον. ὅσα δ' ὑγρὰ ταῖς συστάσεσίν ἐστι, διαφθείρεταί τε, καὶ τροφὴν ὀλίγην τε, καὶ ῥᾳδίως ἐκκρινομένην ἐκ τοῦ σώματος ἔχει. διὰ δὲ τὴν αὐτὴν αἰτίαν, καὶ κατὰ τὴν γαστέρα διαχωρεῖται τὰ τοιαῦτα μᾶλλον τῶν στερεῶν, καὶ μάλιστα ὅταν ἔχει λιτρῶδές τι, καὶ ῥυπτικόν, ὥσπερ ἐπιδείξομεν ἔνια ὡραίων, ἀξιόλογον ἔχοντα τὴν τοιαύτην δύναμιν, ἃ καὶ κακοχυμότερα λέγομεν εἶναι τῶν οὐδεμίαν ἐχόντων αἰσθητὴν ποιότητα χυμοῦ, καθάπερ οὐδὲ τὸ κάλλιστον ὕδωρ ἔχει. πάντ' οὖν τὰ τοιαῦτα, καὶ πολὺ μᾶλλον ὅσα πρὶν ἀκριβῶς πεπανθῆναι προσφερόμεθα, φυσώδη μέν ἐστιν, ὑποχωρεῖ δὲ θᾶττον, ὥσπερ καὶ ἀναδίδοται θᾶττον, ὅσα χυμὸν ἔχει λεπτόν. ἔστι δὲ καὶ κακόχυμα ταῦτα πάντα, καὶ μόνος ἄν τις αὐτοῖς εἰς ὠφέλειαν χρήσαιτο ταλαιπωρηθεὶς ὁδοιπορίᾳ μακροτέρᾳ, καὶ πνίγει σφοδρῷ. τηνικαῦτα γὰρ ὀνίνησι, τέγγοντα μὲν τὸν αὐχμὸν τοῦ σώματος, ψύχοντα δὲ μετρίως, ἤν γέ τις αὐτὰ ψυχρὰ λαμβάνῃ. τὸ μὲν οὖν ὑγραίνειν διὰ παντὸς ἔχει, τὸ δ' ἐμψύχειν οὐχ ἕξει, προσενεχθέντα θερμὰ τοῖς, ὥσπερ εἴρηται διακειμένοις. οὐ γὰρ εἰς τοσοῦτον ψυχρὰ ταῖς οἰκείαις κράσεσίν ἐστιν, ὥστε κἂν θερμὰ προσενεχθῇ, ψύχειν τὴν γαστέρα. δεῖται τοίνυν ἐπικτήτου ψύξεως, ἐναντιουμένης τῇ θερμότητι τῇ κατὰ γαστέρα τε, καὶ τὸ ἧπαρ μορίων, εἰς πρώτοις ὁμιλεῖ. πάντων οὖν προεγνωσμένων κοινῇ, περὶ πάντων τῶν τοιούτων ἐδεσμάτων, ἐπὶ τὰς ἰδίας ἑκάστου δυνάμεις ἤδη μεταβησόμεθα.

A sed non citò corrumpuntur, quo modo cucurbitæ, mora, pepones, melopepones, persica, & alia id genus; quæ si quis in hyemem seruare volens, exiccata reposuerit, eo modo veterem naturam in contrarium immutabit. Nonnulli certè è cucurbitis semen vacuantes, deinde ipsarum velut carnem siccantes, in hyemem quidem reponunt, vtuntur autem omnes ipsa magis, quàm alio quouis fructuum esculentorum. Non tamen tritici,[19] neque aliorum eiusmodi cerealium seminum, quum sunt reposita, natura in contrarium cedit; manent enim suis substantiis talia qualia erant, quum iam inde ab initio æstate fuerunt perfecta; illud autem per-
B spicuum est quòd quę corpus habent compactum, quemadmodum habitum ipsius habent perdurantem, ita solidum ac terreum, & ob id multum nutrientem; quæ verò consistentiâ sunt humida, corrumpuntur, exiguumque habent alimentum, & quod facilè è corpore excernatur, quæ causa etiam est cur eiusmodi promptius quàm solida per aluum deiiciantur, & potissimum quum nitrosum quippiam ipsis inest ac abstersorium, sicuti quædam ex fugacibus hanc ipsam facultatem habere ostendimus memorabilem: quæ deterioris etiam succi esse perhibemus iis quæ nullam saporis qua-
C litatem habent sensibilem, quomodo aqua optima nullam habet. Hæc igitur omnia, & iis multò magis quæ ante exactam maturitatem mandimus, flatulenta quidem sunt, verùm subducuntur celeriùs; quemadmodum etiam quæ succum habent tenuę, citius distribuuntur. Sunt autem omnia hæc praui succi; solusque is vtiliter ipsis vtetur qui æstu vehementiore & longiore itinere sese confecerit; tunc enim iuuant corporis squallorem humectantia, & si frigida sumantur, moderatè refrigerantia. Ac humectandi quidem semper habent facultatem, refrigerandi verò haudquaquam habebunt, si calida,
D sic vt dixi, affectis fuerint esitata, non enim proprio temperamento adeò sunt frigida, vt etiam si calida sumpta fuerint ventriculum refrigerent; quare adscititia egent refrigeratione, quæ partium quæ tum ad ventriculum, tum ad hepar pertinent (quibus primis occurrunt) calori aduersetur. His itaque de omnibus eiusmodi eduliis prius in vniuersum constitutis, nunc ad proprias cuiusque facultates transibimus.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Γ'.

Περὶ κολοκύνθης.

Ὠμὴ μὲν ἀηδής ἐστι, καὶ κακοστόμαχος, καὶ ἄπεπτος ἐσχάτως· ὥστε καὶ εἴ βιάσαιτό τις αὐτὴν, ἀπορῶν ἑτέρου σιτίου προσενέγκασθαι κολοκύνθην, ὥσπερ ἤδη τις ἐτόλμησεν, βάρους ἐγκειμένου ψυχροῦ κατὰ τὴν κοιλίαν αἰσθήσεται, τόν τε στόμαχον ἀνατραπήσεται, καὶ πρὸς ἔμετον ὁρμήσει, τὸ μόνον αὐτὸν ἐλευθερῶσαι δυνάμενον τῶν κατεχόντων συμπτωμάτων. καὶ ταύτην γ' οὖν, καὶ ἄλλα πολλὰ τῶν ὡραίων, ἅπαντες ἄνθρωποι μετὰ τὴν ἕψησιν ἢ τοί γ' εὐθέως, ἢ τηγανίσαντες, ἢ ὀπτήσαντες, εἰώθασι προσφέρεσθαι. καί σοι διὰ παντὸς ἐν τῇ μνήμῃ φυλαττέσθω ὁ λόγος, κοινὸς ἐπὶ πᾶσι τοῖς δεομένοις ἀλλοιώσεως τυχεῖν τῆς διὰ πυρός. ἡ δὲ κολοκύνθη περὶ ἧς ὁ λόγος ἦν, ἑψηθεῖσα, σαφῆ ποιότητα χυμοῦ οὐδεμίαν ἔχει. πλὴν εἴ τις λέγει τινά, καὶ τοῦτον εἶναι χυμόν, ὃς οὔτε δριμύς, οὔτε ἁλυκός ἐστι χυμός, οὔτε στρυφνός, οὔτε πικρός,

CAPVT III.

E *De Cucurbita.*

Cruda quidem insuauis est stomachúmque lædit & concoctu est difficillima, adeò vt si quis alterius cibi inopia cucurbitam mandere coactus fuerit (vt quidam iam est ausus) pondus frigidum ventriculo incumbere sentiat, stomachumque habeat euersum, atque ad vomitum prouocetur, quo solo à prementibus symptomatibus poterit vindicari. Hanc igitur & alia fugacium pleraque, aut postquam elixa fuerint, aut statim certè, aut in sartagine frixa, aut assa, omnes homines
F edere consueuerunt. Atque sermonem hunc perpetuò memoria teneto: est enim omnibus communis, quæ per ignem alterare est necesse. Cucurbita autem (de qua dicere institueram) elixa nullam euidentem saporis habet qualitatem: nisi quis dicat quendam etiam hunc esse saporem qui neq; acris est, neque salsus, neque acerbus, neq; amarus,

neque

neque aliud quidquam eiusmodi manifestè repræsentat, veluti nec ipsa aqua. Verùm huiusmodi omnia communi nomine vocare consueuerunt qualitatis expertia, vocentúrque nobis sic, clarioris doctrinæ gratia. Quum ergo talis sit cucurbita, non immeritò multos apparandi modos admittit, vt quæ in medio sit omnis excessus, ob idque ad quemuis excessum ex æquo duci queat; quandoquidem nihil eorum quæ congenitum quempiam habent excessum, in contrariam excessui parandi rationem facilè ducitur. Proinde cucurbita quantum in se est, humidum frigidúmque, & ob id exiguum corpori præbet alimentum, vt paulò ante de iis omnibus quæ succum habent aqueum ac tenuem præcepimus. Facilè autem subsidet cum ob suæ substantiæ lubricitatem, tum ob communem omnium ciborum humidorum rationem; qui scilicet citra astrictionem sunt humidi. Ad hæc coquitur non ægrè, si modò prius corrupta non fuerit; id verò illi accidit, quum parata vitiosè fuerit, aut succus prauus in ventriculo fuerit aceruatus; interdum autem quod in ipso tardauerit quod aliis quoque omnibus fugacibus quæ humido sunt temperamento, solet accidere; corrumpuntur enim in ventriculo, ni celeriter occupent subsidere. Quemadmodum igitur cucurbita, quantum in se ipsa est, succum qui in totum corpus alendi gratia distribuitur, habet qualitatis ad sensum expertem; ita quum alicui eorum quæ vehementem habent facultatem mixta fuerit, facilè illi assimilatur; vt si cum sinapi sumpta fuerit, succus qui ex vtroque in corpus distribuetur, acris cum manifesta caliditate erit: eadem ratione si cum salso quopiam mansa fuerit (vt quidam in patinis cum salsamento struunt) succum in corpore salsum generabit; est autem sic apparata, cibus suauissimus, si salsamentum ex ponticis illis fuerit quæ mala appellant. Quòd si cum malis cydoniis elixa conditáque vt decet, fuerit, succum austerum in distributione habebit præpollentem. Assa autem vel frixa in sartagine quàm plurimum quidem de propria humiditate deponit, reliquum autem ipsius nullam insignem obtinet facultatem; vti nec cum in iure simplici parata fuerit. Cæterùm ob aqueam qualitatem sibi innatam meritò gaudet origano; omnia enim eiusmodi succis acribus, vel acidis, vel austeris, vel salsis admisceri postulant, si modò in cibo suauia sunt futura, & iis qui vsi fuerint, nauseam non sunt paritura.

A οὔτ' ἄλλο τοιοῦτον σαφῶς ἐμφαίνων οὐδὲν, ὥσπερ οὐδὲ τὸ ὕδωρ. ἀλλὰ τά γε τοιαῦτα, καλεῖν εἰσιν εἰθισμένοι κοινῇ πάντες ἄποια, καὶ ἡμῖν οὕτως καλείσθω σαφοῦς ἕνεκα διδασκαλίας. τοιαύτη γ' οὖν οὖσα καὶ ἡ κολοκύνθη, πολλοὺς εἰκότως ἐπιδέχεται τρόπους σκευασίας, ὡς ἂν ἐν τῷ μέσῳ καθεστῶσα πασῶν τῶν ὑπερβολῶν, καὶ διὰ τοῦτο ὁμότιμως τε, καὶ ἐξ ἴσου πρὸς αὐτὰς ἄγεσθαι δυναμένη. τῶν γὰρ ἐχόντων ἡντιναοῦν ὑπερβολὴν σύμφυτον, οὐδὲν εἰς τὴν ἐναντίαν αὐτῇ ῥᾳδίως ἄγεται κατασκευασίαν. αὕτη μὲν οὖν ὅσον ἐφ' ἑαυτῇ, τροφὴν τῷ σώματι δίδωσιν ὑγρὰν, καὶ ψυ- B χρὰν, καὶ διὰ τοῦτο, καὶ βραχεῖαν, ὡς ὀλίγον ἔμπροσθεν εἴρηται περὶ πάντων, ὅσα τοὺς χυμοὺς ὑδατώδεις τε, καὶ λεπτοὺς ἔχει. ῥᾳδίως δὲ ὑπέρχεται κατὰ τὴν γαστέρα, τῷ τε ὀλισθηρῷ τῆς οὐσίας, καὶ τῷ κοινῷ λόγῳ πάντων τῶν ὑγρῶν σιτίων, ὅσα δηλονότι χωρὶς στύψεώς ἐστι τοιαῦτα. πέττεται δὲ οὐ κακῶς, ὅταν γε μὴ φθάσῃ διαφθαρῆναι. πάσχει δὲ τοῦτο διά τε μοχθηρὰν σκευασίαν, κἀπειδὰν ἐν τῇ γαστρὶ μοχθηρὸς ἠθροισμένος ᾖ χυμὸς, ἔσθ' ὅτε δὲ καὶ διὰ τὸ βραδῦναι κατ' αὐτὴν, ὅπερ κἂν τοῖς ἄλλοις ὡραίοις ἐδέσμασιν ἅπασιν, ὅσα ταῖς κράσεσιν ὑγρὰ, συμβαίνειν φιλεῖ. διαφθεί- C ρεται γὰρ ἐν τῇ γαστρὶ μὴ φθάσαντα ταχέως ὑπελθεῖν. ὥσπερ οὖν ὅσον ἐφ' ἑαυτῇ τὸν εἰς τροφὴν ἀναδιδόμενον ὅλῳ τῷ σώματι χυμὸν, ἄποιον ἔχει πρὸς αἴσθησιν ἡ κολοκύνθη, κατὰ τὸν αὐτὸν τρόπον, ἐπειδὰν μιχθείη τινὶ τῶν ἰσχυρὰν ἐχόντων δύναμιν, ὁμοιοῦται ῥᾳδίως αὐτῷ· μετὰ νάπυος μὲν εἰ ληφθείη, δριμέα ἐργαζομένη τὸν ἐξ ἀμφοῖν ἀναδιδόμενον χυμὸν ἅμα σαφεῖ θερμότητι, κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν λόγον εἰ καὶ μετά τινος ἁλυκοῦ προσενεχθείη, καθάπερ ἐν λοπάδι μετὰ ταρίχου αὐτὴν ἔνιοι σκευάζουσιν, ἁλυκὸν ἐν τῷ σώματι γεννήσει χυμόν. ἥδιστον δ' ἐστὶν ἔδεσμα τὸ οὕτως σκευασθὲν, εἰ τὸ τά- D ριχον εἴη τῶν ποντικῶν ἐκείνων, ἃ καλοῦσι μῆλα. ἅμα δὲ μήλοις κυδωνίοις ἑψηθεῖσα, καὶ προσηκόντως ἀρτυθεῖσα τὸν αὐστηρὸν ἕξει χυμὸν, ἐπικρατοῦντα κατὰ τὴν ἀνάδοσιν. ἡ δ' ὀπτηθεῖσα καὶ τηγανισθεῖσα, τῆς μὲν οἰκείας ὑγρότητος ἀποτίθεται πάμπολυ, τὸ δ' ὑπόλοιπον αὐτῆς οὐδεμίαν ἰσχυρὰν ἐπικτᾶται δύναμιν, ὥσπερ οὐδ' ὅταν ἐν ἁπλῷ ζωμῷ σκευασθῇ. χαίρει δ' εἰκότως ὀριγάνῳ διὰ τὴν ὑδατώδη ποιότητα σύμφυτον ὑπάρχουσαν αὐτῇ· πάντα γὰρ ὅσα τοιαῦτα, δριμέσιν ἢ ὀξέσιν, ἢ αὐστηροῖς, ἢ ἁλυκοῖς ἀναμίγνυσθαι δεῖται χυμοῖς, εἰ μέλλει μήτ' ἀηδῶς ληφθήσεσθαι, E μήτε ναυτιώδεις ἐργάζεσθαι τοὺς λαμβάνοντας,

CAPVT IV.

De Peponibus.

VNiuersa peponum natura frigidior est cum humiditate copiosa; habent autē facultatem quandam abstergendi, cuius beneficio vrinā cient, & deorsum expeditiùs quàm cucurbita melopeponésque permeāt. Quòd porrò abstergeant, intelliges, si sordidam cutem ipsis fricueris. Quamobrē si quis ephelin, aut lentes in facie habeat, aut alphos extimos & in superficie, hos quoque detergent; semen tamen potentiùs quàm ipsorum velut caro deterget, adeò vt vel aduersus renes calculo infestatos conueniat. Succum autem in corpore gignit vitiosum, idque potissimū, quum probè concoctus non fuerit; quo casu choleræ morbo obnoxios efficere cōsueuit, nam & priusquam corruptus fuerit,

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Δ'.

Περὶ πεπόνων.

Ἡ Μὲν ὅλη φύσις αὐτῶν ἐστι ψυχροτέρα σὺν ὑγρότητι δαψιλεῖ· ῥυπτικὸν δὲ ἔχουσί τι, διὸ καὶ κινοῦσιν οὖρα, καὶ διεξέρχεται κάτω τῶν τε κολοκυνθῶν, καὶ μηλοπεπόνων μᾶλλον. ὅτι δὲ ῥύπτουσιν, ἔνεστί σοι μαθεῖν, ἀνατρίψαντι ῥυπαρὸν χρῶτα. διὸ κἂν ἔφηλίν τις ἔχῃ, κἂν F φακοὺς ἐν τῷ προσώπῳ, κἂν ἀλφοὺς ἐπιπολῆς, ἀπορρύπτουσι καὶ τούτους. τῆς δ' αὖ σαρκὸς αὐτῶν τὸ σπέρμα ῥύπτει μᾶλλον, ὥς τε καὶ πρὸς τοὺς λιθιῶντας ἁρμόττειν νεφρούς, μοχθηρὸν δ' ἐργάζεται χυμὸν ἐν τῷ σώματι, καὶ μᾶλλον ὅταν μὴ καλῶς πεφθῇ. τηνικαῦτα δὲ καὶ χολερικοὺς ἀποτελεῖν εἴωθεν. καὶ γὰρ καὶ πρὶν διαφθαρῆναι,

πρὸς ἔμετον ἐπιτήδειός ἐστι, καὶ πλέον γε βρωθεὶς, ἐὰν μή τις αὐτῷ τι τῶν εὐχύμων ἐπιφάγῃ ἐδεσμάτων, κινήσει πάντως ἔμετον. πρόδηλον δ' ὅτι κἀπὶ τούτου τοῦ καρποῦ, τὴν προσηγορίαν οἱ ἄνθρωποι πεποιήκασι, καθάπερ ἐπὶ τοῦ γραφικοῦ μέλανος. ἡ γάρ τοι πέπων φωνὴ, τὸ ἤδη πέπανον ἐνδείκνυται, τουτέστι τὸ πεπεμμένον, ὅπερ ὑπάρχει, καὶ τοῖς ἄλλοις ὅσα πεπαίνεται. καὶ γὰρ ὁ βότρυς δύναται λέγεσθαι πέπων, ὅταν ἀκριβῶς γένηται πέπειρος· ὥσπερ γε καὶ ὁ μηδέπω τοιοῦτος, οὐ πέπων ἂν ὀνομάζηται, ὠμός τε καὶ ἄωρος ὤν· αἵ τε ὀπῶραι πᾶσαι κατὰ τὸν αὐτὸν λόγον, οἵ τε ἄπιοι, καὶ κολοκύνθαι καλοῦνται συνήθως πέπειροι· καθάπερ ὁ μηλοπέπων, ἐν ἑαυτῷ περιλαβὼν τὸ πέπονα ἔχει. ὅθεν ἔνιοι τῶν ἰατρῶν οὐδὲ ἁπλῶς ἠξίωσαν ὀνομάζειν τοὺς πέπονας, ἀλλ' ὅλον τοῦτό φασι χρῆναι λέγεσθαι σικυοπέπων. ἡμεῖς δ' ἐν τῷ παρόντι λόγῳ τῶν τοιούτων οὐ φροντίζομεν, ὡς ἂν οὐδὲν εἰς ἰατρικὴν συντελούντων. ἄμεινον γὰρ μακρῷ τὸ σαφῶς ἑρμηνεύειν ἐστὶ, τοῦ μετὰ περιεργίας τοιαύτης ἀσαφῆ τὴν διδασκαλίαν ἐργάζεσθαι. σαφηνείας δὲ μάλιστα τυχεῖν ἐστι, τὰ συνηθέστατα τοῖς πολλοῖς ὀνόματα ἐκλέγοντα, μετὰ τοῦ φυλάττειν αὐτοῖς τὰ σημαινόμενα.

A ad vomitum quoque est idoneus; largiúsque sumptus (nisi quis post ipsum aliquid eorum, quę probi sunt succi, supermandat) omninò vomitum excitabit. Illud porrò perspicuum est, homines in hoc quoque fructu appellationem fecisse, quomodo in atramento, quo scribitur, quod *μέλαν* appellāt, nam vox hæc *πέπων*, velut *τὸ πέπανον*, hoc est maturum, significat: quod aliis quoque, quæ maturescunt conuenit. Nam & racemus, quum exactè est maturus, dici potest *πέπων*, quemadmodum certè, & quum nondum maturuit, non potest nominari *πέπων*, nimirum qui crudus est, & immaturus. Ad eundem modum, & fructus omnes autumnales, & pyra, &
B cucurbitæ *πέπειροι*. i. matura vocari consueuerunt, quemadmodum & melopepon, qui in seipso *πέπονα*. i. maturum continet, vnde medici quidam non simpliciter nominare voluerunt peponas, sed totum id *σικυοπέπονα*. i. cucumerem maturum, aut peponem cucumeralem nominari oportere contenderunt. Nos verò in præsenti sermone de eiusmodi non laboramus, vt quæ ad medicinam nihil conferant; multò enim satius est rem dilucidè interpretari, quàm huiusmodi anxia disquisitione doctrinam obscurare. Tum porrò clarissimè explicabimus, quum vocabula vulgò maximè vsitata
C eligentes, ipsorum significationes seruauerimus.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ε'.

Περὶ μηλοπεπόνων.

ΟΙ μηλοπέπονες ἧττόν τε τῶν πεπόνων εἰσὶν ὑγροὶ, καὶ ἧττον κακόχυμοι, καὶ ἧττον οὐρητικοὶ, καὶ ἧττον ὑπέρχονται κάτω. τὸ δ' εἰς ἔμετον ἐξορμᾶν ὁμοίως τοῖς πέποσιν οὐκ ἔχουσιν, ὥσπερ οὐδὲ τὸ διαφθείρεσθαι ταχέως ἐν τῇ κοιλίᾳ παραπλησίως τοῖς πέποσιν, ὅταν ἐν αὐτῇ ἢ τις χυμὸς ἠθροισμένος μοχθηρὸς, ἢ καί τις ἄλλη διαφθορᾶς αἰτία καταλάβῃ. πολὺ δὲ ἀπολειπόμενοι τῶν εὐστομάχων ὀπωρῶν, οὐκ ἔχουσι τὸ τῶν πεπόνων κακοστόμαχον. οὐδὲ γὰρ οὐδ' εἰς ἔμετον ὁρμῶσιν ὡσαύτως ἐκείνοις. τῶν δὲ πεπόνων οὐκ ἐσθίοντες οἱ ἄνθρωποι τὸ τῆς σαρκὸς ἔνδον ἐν ᾧ τὸ σπέρμα, τὸ τῶν μηλοπεπόνων ἐσθίουσι. καὶ τοῦτ' αὐτοῖς συντελεῖ πρὸς διαχώρησιν. οἱ δὲ τὴν ἔξω σάρκα μόνον ἐσθίοντες αὐτῶν, ἧττον τῶν πεπόνων διαχωροῦσιν αὐτήν.

CAPVT V.

De Melopeponibus.

MElopepones minus, quàm pepones, sunt humidi, nec adeò praui sunt succi, minus item vrinas mouent, tardiúsque deorsum descendunt. Ad vomitum præterea excitandum, non tantum quantum pepones, habent momenti, sicut nec celeriter adeò, vt illi in ventriculo corrumpuntur,
D quum prauus humor in eo collectus fuerit, aut alia quæpiam corruptionis causa ipsum prehenderit. Cæterùm tametsi in iuuando stomacho autumnalibus fructibus longè sunt inferiores, haudquaquam tamen ei, vt pepones sunt noxij, neque enim vomitum, vt illi excitant. Huc accedit quòd in peponibus homines à carne intima, in qua semen habetur abstinent; in melopeponibus autem mandunt, idque ipsis ad deiectionem confert. Qui verò eorum quasi carne tantùm vescuntur, non tam citò eam, ac peponum excernunt.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ς'.

Περὶ σικύων.

ΟΥρητικὸν μὲν ἔχουσί τι καὶ αὐτοὶ, καθάπερ οἱ πέπονες, ἀλλ' ἧττον ἐκείνων, τῷ καὶ τὴν οὐσίαν αὐτῶν ἧττον ὑγρὰν εἶναι. διὰ τοῦτο οὐδὲ διαφθείρονται ῥᾳδίως ἐν τῇ γαστρὶ, παραπλησίως τοῖς πέποσι. πέττουσι δ' αὐτοὺς ἔνιοι, καθάπερ καὶ ἄλλα πολλὰ τῶν πολλοῖς ἀπεπτουμένων, οἰκειότητι τῆς πρὸς αὐτὸν φύσεως, ἣν ἔν τε τοῖς περὶ κράσεων ὑπομνήμασι, καὶ μάλιστ' ἔτι κατὰ τὴν περὶ τῶν φαρμάκων, δεικνύντες ὅλαις ταῖς οὐσίαις ταῖς ἰδιότησιν, οἰκείας εἶναι τροφὰς ἑκάστῳ γένει τῶν ζώων, ὄνοις μὲν καὶ ἵπποις ἄχυρον, καὶ χόρτον, καὶ κριθὰς, ὅσα τ' ἄλλα τοιαῦτα, λέοντι δὲ σάρκας ζώων ὠμὰς, ἀνθρώπῳ δ' ἑφθάς τε ταύτας πάσας, καὶ ἄρτους ἐκ τῶν σιτηρῶν σπερμάτων κατειργασμένους, ὥσπερ εἴρηται. καὶ μὴν καὶ τὸν ἐλλέβορον οἱ ὄρτυγες, ὥσπερ καὶ οἱ ψᾶρες τὸ κώνειον ἐσθίοντες,

E

CAPVT VI.

De Cucumeribus.

VRinam quidem & ipsi, quomodo pepones cient, sed minus quam illi, quòd ipsorum substantia minùs sit humida; ideóque non facilè, vt illi in ventriculo corrumpantur. Inuenias autem, qui ipsos (ceu alia multa, quæ homines plerique coquere nequeunt) concoquant, ob naturæ scilicet cum eis familiaritatem, quam nos tum in commentariis De temperamentis, tum autem in libris De medicamentorum facul-
F tatibus, copiosissimè exposuimus, demonstrantes à totius substantiæ proprietate, suum cuique animantium generi cibum esse familiarem. Asinis quidem, & equis paleam, fœnum, hordeum, ac id genus alia; leoni autem crudas animalium carnes: homini tum has omnes coctas; tum panes ex frumentaceis seminibus, vt diximus confectos, atqui & helleboro coturnices, & cicuta sturni

citra

citra noxam vescuntur; ceu vtique eruo boues. Quæ igitur cuique coctu facilia, aut difficilia sint alimenta, aut ex substantiæ proprietate, aut aliquo symptomate, per experientiam sunt discernenda. Quid autem sibi velit, quod dico, ex aliquo symptomate, primo libro id exposui; quandoquidem, quibus biliosus humor, aut omninò prauum excrementum quoduis in ventriculo sæpe congeritur, in iis quæ natura coctu sunt facilia, celeriter corrumpuntur, veluti hominibus quibusdam qui calorem natiuum habent non humidum, neque bene temperatum, sed squallidum, atque igneum, hi enim quæ alij facillimè concoquunt, facilè alterata ea corrumpunt, ructusque eis accidunt omninò nidorulenti. Cæterùm illud perpetuò memoria teneto, quòd etiamsi quis eorum quiduis, quæ aliis concoctu sunt difficilia, coxerit, succus tamen qui ex eo in corpus distribuitur, eandem retinet naturam. Nam fieri non potest, vt succus, qui ex pepone distribuitur, crassus, ac terreus fiat, etiam si iis coctus pulcherrimè fuerit; quemadmodum, nec qui ex lente, aut bubula distribuitur, euadat vnquam aquosus, ac humidus, quem sanè, & consistentia tenuem appellant. Id autem plurimum habet momenti non modò ad sanitatis custodiam, sed etiam ad morbi declinationem, vt alibi demonstratum nobis est, & nunc rursus summatim procedente sermone repetemus. Ergo qui cucumeres bellè concoquunt, quum eo ipso fisi affatim iis se impleuerint, iis tandem longo temporis tractu accidit, vt succus frigidus, ac mediocriter crassus in venis coaceruetur, qui in ea coctione, quæ fit in venis, haud facilè mutationem in probum sanguinem recipiat. Ob eam igitur causam omnibus praui succi eduliis censeo abstinendum, etiam si ea quibusdam concoctu sint facilia; nobis enim non aduertentibus prauus succus ex ipsis post longum tempus in venis colligitur, qui postea exiguam ad putredinem occasionem nactus, febres malignas accendit.

CAPVT VII.

De Fructibus qui ex arboribus colliguntur.

PYra sanè & Poma, & Ficus, Persica, Punica, & id genus alia, fructus sunt arborum, quibus homines vtiliter vescuntur: quum & alij præter hos sint, quibus homines non vescuntur, de quibus in præsentia dicere non est institutum. In vniuersum autem ac communi ratione, de fructibus quibus homines vescuntur, scire oportet, humidos quidem tenue, humidúmque ex se distributum alimentum corpori præbere, quam rem omninò consequitur, vt eiusmodi alimentum celeriter corpus totum permeet, ac peruadat, excernatúrque tum per cutim, tum per vrinas. Proinde omnia eiusmodi cibaria medici ritè affirmant pauci esse alimenti. Contra autem habet in solidis fructibus consistentia, ex ipsis enim alimentum copiosius corpori apponitur, tardiúsque permeat, maximè quum succum in seipsis habent crassum, aut lentum, aut adstringentem.

A οὐδὲν βλάπτονται, καθάπερ οὐδὲ τοὺς ὀρόβους οἱ βόες. τὰς μὲν οὖν εὐπέπτους, καὶ δυσπέπτους ἑκάστῳ τροφὰς, ἤτοι κατὰ τὴν ἰδιότητα τῆς οὐσίας, ἢ κατά τι σύμπτωμα τῇ πείρᾳ κριτέον. ὁποῖον δέ τι λέγω τὸ κατά τι σύμπτωμα, διὰ τοῦ πρώτου βιβλίου δεδήλωται. τοῖς γὰρ ἤτοι χολώδη χυμὸν ἔχουσιν, ἢ ὅλως περίττωμα μοχθηρὸν ὁποιονοῦν ἀθροίζουσι πολλάκις ἐν τῇ γαστρὶ, διαφθείρεται ταχέως, ὅσα τὴν φύσιν εὔπεπτον ἔχει, καθάπερ ἐνίοις τῶν ἀνθρώπων, ἐστὶ τὸ σύμφυτον θερμὸν, οὔθ' ὑγρὸν, οὔτ' εὔκρατον, ἀλλ' αὐχμῶδές τε, καὶ πυρῶδες ἔχουσι. καὶ γὰρ καὶ τούτοις διαφθείρεται ῥᾳδίως ἀλλοιούμενα, τὰ μάλιστα ἐπὶ τῶν B ἄλλων εὔπεπτα. καὶ γίνεται τούτοις ἡ ἐρυγὴ κνισσώδης τουπίπαν. ἀλλ' ἐκείνου μέμνησο διὰ παντὸς, ὡς κἂν πέψῃ τις ὁτιοῦν τῶν δυσπέπτων τοῖς πολλοῖς, ὅ γε ἐξ αὐτοῦ χυμὸς ἀναδιδόμενος εἰς τὸ σῶμα τὴν αὐτοῦ ἔχει φύσιν. οὐ γὰρ οἷόν τε τὸν ἐκ τοῦ πέπονος χυμὸν, παχὺν καὶ γεώδη γενέσθαι, κἂν κάλλιστα πεφθῇ, καθάπερ οὐδὲ τὸν ἐκ τῆς φακῆς, ἢ τῶν βοείων κρεῶν, ὑδατώδη τε καὶ ὑγρὸν, ὃν περ καὶ λεπτὸν τῇ συστάσει καλοῦσιν. ἐν τούτῳ δή ἐστιν μάλιστα τὸ χρήσιμον εἰς ὑγείας τε φυλακὴν, καὶ νόσων τήρησιν, ὡς ἑτέρωθί τε δέδεικται, καὶ νῦν εἰρήσεται, καὶ C πάλιν ἐν κεφαλαίοις βραχέσι, προϊόντος τοῦ λόγου. τοῖς οὖν τοὺς σικύους καλῶς πέττουσι, ὅταν αὐτῷ τούτῳ θαρσήσαντες ἄδην αὐτῶν ἐμφορήσωνται, χρόνῳ πολλῷ ψυχρὸν, καὶ μετρίως παχὺν ἀθροίζεσθαι συμβαίνει κατὰ τὰς φλέβας χυμὸν, οὐκ εὐπετῶς ἐπιδέξασθαι δυνάμενον τὴν εἰς αἷμα χρηστὸν ἀλλοίωσιν ἐν τῇ κατὰ τὰς φλέβας πέψει. πάντων δὴ, διὰ τοῦτο ἀπέχεσθαι συμβουλεύω τῶν κακοχύμων ἐδεσμάτων, κἂν εὔπεπτά τισιν εἴη. λανθάνει γὰρ ἐν χρόνῳ πλείονι μοχθηρὸς ἐν ταῖς φλεψὶ χυμὸς ἐξ αὐτῶν ἀθροιζόμενος, ὃς ἐπειδὰν ἀφορμῆς ὀλίγης εἰς σῆψιν ἐπι- D λάβηται πυρετοὺς κακοήθεις ἐργάζεται.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ζ'.

Περὶ τῶν ἀπὸ δένδρων καρπῶν.

ΑΠιοι δηλονότι, καὶ μῆλα, καὶ σῦκα, καὶ περσικά τε, καὶ ῥοιαὶ, καὶ τἆλλ' ὅσα τοιαῦτα, καρποὶ δένδρων ὄντα, χρήσιμα τοῖς ἀνθρώποις εἰς ἐδωδήν ἐστιν, ὄντων καὶ ἄλλων καρπῶν, οὓς οὐκ ἐσθίουσιν ἄνθρωποι, περὶ ὧν οὐ πρόκειται λέγειν ἐν τῷ παρόντι. καθόλου δή σε περὶ E τῶν ἐδωδίμων ἀνθρώποις καρπῶν ἐπίστασθαι χρὴ λόγῳ κοινῷ, τοὺς μὲν ὑγροὺς, καὶ λεπτὴν, καὶ ὑγρὰν ἐργάζεσθαι τὴν ἐξ αὐτῶν διδομένην τῷ σώματι τροφὴν, ᾧ πάντως ἕπεται πόριμόν τε, καὶ διεξερχομένην ἅπαν τὸ σῶμα ταχέως, ἐκκενουμένην τε, καὶ δι' οὔρων, καὶ κατὰ τὸ δέρμα τὴν τοιαύτην εἶναι. κατὰ τοῦτ' οὖν ὀλιγότροφα πάντα τὰ τοιαῦτα ἐδέσματα λέγεται προσηκόντως ὑπὸ τῶν ἰατρῶν· ἔμπαλιν δὲ τῶν στερεῶν ταῖς συστάσεσι καρπῶν, ἥ τ' εἰς τὸ σῶμα πρόσθεσις ἐν τροφῆς χρείᾳ πλείων ἐστὶν, αἵ τε διέ- F ξοδοι βραδύτεραι, καὶ μάλιστα ὅταν ἔχωσι χυμὸν ἐν ἑαυτοῖς, ἢ παχὺν, ἢ γλίσχρον, ἢ στυπτικόν.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Η'.

Περὶ σύκων.

Τὸ μὲν κοινὸν, οὐ μόνον ὀπώραις ἁπάσαις, ἀλλὰ καὶ τοῖς ὡραίοις ὀνομαζομένοις καρποῖς, ἔχει καὶ τὰ σῦκα, φυγεῖν οὐ δυνηθέντα τὴν κακοχυμίαν οὐδ' αὐτὰ, καίτοι τῶν ἄλλων ἁπάντων ὡραίων ἧττον αὐτῆς μετέχοντα. πρόσεστι δ' αὐτοῖς ἀγαθὰ, τό τε κατὰ γαστέρα πορίμοις εἶναι, καὶ τὸ διεξέρχεσθαι ῥᾳδίως ὅλον τὸ σῶμα. καὶ γάρ τοι καὶ ῥυπτικὴν ἀξιόλογον ἔχει, καθ' ὃ καὶ ψαμμώδη πολλὰ τοῖς νεφριτικοῖς ἐπὶ ταῖς ἐδωδαῖς αὐτῶν ἐκκρίνεται. τροφὴν δὲ τῶν ἁπασῶν τῶν ὀπωρῶν ὀλίγην τῷ σώματι διδουσῶν, ἧττον ἁπασῶν τοῦτο τὰ σῦκα πέπονθεν, οὐ μὴν ἐσφιγμένην τε, καὶ ἰσχυρὰν ἐργάζεται τὴν σάρκα, καθάπερ ἄρτος τε, καὶ κρέας χοίρειον, ἀλλ' ὑπόσομφον, ὥσπερ κύαμος. ἐμπίπλησι γε μὴν φύσης καὶ ταῦτα τὴν γαστέρα, καὶ ἦν ἂν ἱκανῶς ταύτῃ λυπηρὰ, μὴ προσλαβόντα τὸ διαχωρεῖσθαι ταχέως, ἐπικτησάμενα δὲ τοῦτο, τῷ τάχει τῆς διεξόδου, τὴν φῦσαν ὀλιγοχρόνιον ἐργάζονται, καὶ κατὰ τοῦτο τῆς ἄλλης ὀπώρας ἧττον εἴωθεν βλάπτειν, οὐ σμικρὰ δὲ ὑπεροχὴ τῶν πεπείρων ἐστὶ, πρὸς τὰ μὴ τοιαῦτα, καὶ κατὰ τοὺς ἄλλους μὲν ἅπαντας ἐμφαινομένη καρποὺς, οὐ μὴν τοσοῦτόν γε διαφέρουσι. τὸ γάρ τοι πέπειρον ἀκριβῶς σῦκον ἐγγὺς τοῦ μηδόλως βλάπτειν ἥκει, παραπλήσιον ἤδη ταῖς ἰσχάσιν, πολλὰ μὲν ἐχούσαις τὰ χρήσιμα, μοχθηρὸν δ' ἐστὶ τοῖς πλεονάζουσιν ἐν αὐταῖς. οὐ πάνυ γὰρ αἷμα γεννῶσι χρηστὸν, ὅθεν αὐταῖς καὶ τὸ τῶν φθειρῶν πλῆθος ἕπεται. δύναμιν δ' ἔχει λεπτυντικήν τε, καὶ τμητικὴν, δι' ἣν καὶ τὴν γαστέρα πρὸς ἔκκρισιν ἐξορμῶσιν, καὶ νεφροὺς ἐκκαθαίρουσιν. ἥπατι δὲ καὶ σπληνὶ φλεγμαίνουσι μὲν εἰσὶ βλαβεραὶ, καθάπερ καὶ τὰ σῦκα, τῷ κοινῷ λόγῳ τῶν γλυκέων ἁπάντων ἐδεσμάτων, καὶ πομάτων, οὐ κατ' ἰδίαν τινὰ δύναμιν ἐξαίρετον. ἐμπεφραγμένοις δὲ καὶ σκιρρουμένοις αὐταὶ μὲν καθ' ἑαυτὰς, οὐδὲν οὔτ' εἰς ὄφελος, οὔτ' εἰς βλάβην ἐργάζονται, μεμιγμέναι δὲ τοῖς τέμνουσι, καὶ λεπτύνουσι, καὶ ῥύπτουσι φαρμάκοις, οὐ σμικρὸν ὄφελός ἐστιν, καὶ διὰ τοῦτο ταύτας διδόασι μετὰ θύμου, ἢ πεπέρεως, ἢ ζιγγιβέρεως, ἢ γλήχωνος, ἢ θύμβρας, ἢ καλαμίνθης, ἢ ὀριγάνου, ἢ ὑσσώπου, πρὸ πολλοῦ γε τῆς τροφῆς, ἔνιοι τῶν ἰατρῶν ἐπὶ τῶν εἰρημένων ἐν ἥπατι, καὶ σπληνὶ διαθέσεων. ὡσαύτως δὲ κἂν μετά τινος τῶν ἄλλων, ὅσα δριμεῖαν, ἢ ὅλως λεπτυντικήν τε, καὶ τμητικὴν ἔχει δύναμιν ἡ προσφορὰ γίνεται τῶν ἰσχάδων, ὠφέλιμός ἐστιν, οὐ μόνον τοῖς οὕτω πάσχουσιν, ἀλλὰ καὶ τοῖς ὑγιαίνουσιν. ἀνεῳγμένας γὰρ εἶναι τὰς καθ' ἧπαρ διεξόδους τῆς τροφῆς, οὐ τοῖς κάμνουσι μόνοις, ἀλλὰ καὶ τοῖς ὑγιαίνουσιν ἀσφαλέστατον. οὕτως οὖν καὶ τὰ σῦκα μετά τε τῶν λεπτυνόντων ἁλῶν σκευάζοντες, καὶ ὄξους, καὶ γάρου, προσφέρονται πολλοὶ, τῇ πείρᾳ τὸ χρήσιμον εὑρηκότες. εἰκὸς δὲ καὶ τῶν ἰατρῶν τινος ὑποτιθεμένου, προσάγειν οὕτως ἐνίους αὐτῶν, καὶ εἰς πολλοὺς ἐκταθῆναι τὴν γνῶσιν. ὅσοι δὲ μετά τινος τῶν παχυνόντων ἐδεσμάτων ἐσθίουσι τὰ σῦκα, καὶ τὰς ἰσχάδας, οὐ σμικρὰ βλάπτονται.

CAPVT VIII.

De Ficubus.

Quod omnibus quidem non modò autumnalibus fructibus, sed & iis, quos fugaces appellant est commune, id ficus quoque habent: non enim potuerunt succi prauitatem effugere, tametsi minùs, quàm cæteri fugaces omnes, ipsius sunt participes. Verùm hæc ipsis insunt bona, quòd ventrem promptè permeent, & quòd facilè totum corpus peruadant; nam & abstergendi quoque insignem habent facultatem, (B) quo fit vt post ipsarum esum nephritici multas arenulas excernant. Præterea quum omnes autumnales fructus exiguum corpori præbeant alimentum, id omnium minimum ficubus vsu venit; carnem tamen non compactam, neque firmam generant, ceu panis & suilla, sed sublaxam, ac subinanem vt fabæ. Flatibus hæ quoque ventrem implent, essentque eo nomine admodum dolorificæ, ni etiam celerem descensum essent adeptæ, cuius beneficio celeriter peruadentibus, flatus quem excitant, non diu manet; atque in eo minus cæteris fructibus autumnalibus lædere consueuerunt. (C) Cæterùm maturæ ficus immaturas non mediocriter antecellunt, quod & in aliis quidẽ omnibus fructibus cernitur, non tantum tamen in eis est discrimen; nam quæ ficus prorsus sunt maturæ, nihil propemodum omninò lædunt, quomodo nec caricæ, quæ multiplicem quidem habent vtilitatem, si quis tamen largiùs esitauerit, ab eis offendetur, quandoquidem sanguinem non admodum probum gignunt; quo fit vt ex ipsarum vsu pediculorum multitudo proueniat. Habent etiam tenuandi facultatem, & incidendi, qua ventrem quoque ad excretionem irritant renésque expurgant. Iecori autem lienique inflammatione obsessis sunt noxiæ, (D) quemadmodum & ficus non peculiari quadam, & eximia facultate, sed communi ratione dulcium omnium ciborum ac potuum, obstructis autem illis, aut scirrho affectis, ipsæ ex sese non magnopere commodant, aut officiunt; sed medicamentis incidentibus, ac extenuantibus, & abstergentibus mixtæ, non mediocriter iuuant. Proinde nonnulli medicorum in dictis lienis & hepatis affectibus exhibent ipsas longè ante cibum cum thymo, aut pipere, aut zingibere, aut pulegio, aut satureia, aut calaminthe, aut origano, aut hyssopo. Ad eundem autem modum, si caricæ cum alio quopiam eorum, (E) quæ facultatem habent acrem, aut omninò incidendi, ac extenuandi, assumantur, iuuabũt non solùm sic affectos, sed etiam sanos: siquidem iecoris meatus, per quos fertur alimentum, apertos esse, non ægrotis modò, sed sanis etiam est tutissimum. Ad eum igitur modum vulgò ficubus cum sale attenuante, aceto & garo præparatis vescuntur, quòd ipsas vtiles esse experientia didicerint. Verisimile autem est ipsorum nonnullos, medici cuiusdam consilio impulsos, ad hoc modo edendas ipsas accessisse, deinde eam notitiam ad vulgus emanasse. (F) Qui verò cum cibo aliquo crassi succi caricas, ficusve mandunt, non mediocriter offenduntur.

CAP.

A

CAPVT IX.

De vuis.

FIcus & vuæ quemadmodum inter fructus autumnales principatum obtinent, ita fugacibus omnibus magis nutriunt, minimúmque praui succi habent, præsertim quum exactam maturitatem fuerint adeptæ. Porrò quòd ipsæ nutriant, maximo argumento sunt ij, qui vinearum fructus custodiunt, qui quum duos menses solis vuis, ac ficubus, quorum custodiæ præsunt, vescantur (nisi fortè panis quidpiam cum illis addant) corpulenti tamen admodum fiunt: at caro, quæ ipsis gignitur, haudquam est firma, ac densa quemadmodum ea quæ ex carnibus fit, sed laxa est, ac flaccida; ob id celeriter etiam, quum vesci ipsis desierint, constringitur ac considet. Verùm vuæ minus alunt, quàm ficus, maximúmque id ipsis inest commodum, quòd velociter subsideant. Quocirca si quando hæserint, grauiter lædunt, quum id maturis ficubus non insit; hæ enim etiam si non perbelle excernantur, modò probè in ventriculo coctæ fuerint, alimentum corpori dant innoxium: quorum neutrum vuis adest, neque enim retentæ bellè coquuntur; & dum in iecur, ac venas distribuuntur, succum crudum generant, qui non facilè in probum sanguinem mutetur, nam acinorum substantia composita est ex ipsarum velut carne & humore qui per carnem est dispersus, ex quo fit vinum, præterea ex seminibus, atque ex membranoso tegumento, quod omnia hæc extrinsecus circumambit. Cæterùm seminum quidem substantia sicca est, & quodammodo adstringens; omniáque intestina peruadit, nihil quod sensu deprehendi queat à sese mutata, non secus, ac in ficubus grana; hæc enim in vtroque fructu proportione inter se respondent, quum vtrumque totius plantæ sit semen, permeétque non alteratum, non in chylum versum, nulla denique in re mutatum. Est & proportio quædam in tegumentis vtrumque fructum continentibus, quæ ipsis eum vsum præstant, quem cutis animalibus, exiguam autem tegumentum id recipit in ventriculo mutationem, quo fit vt quidam, quum ipsum & omne id quod intus habetur suxerint, vnà cum seminibus expuant; quæ & ipsa nonnulli conantur expuere, potissimum, quum acini grandes fuerint, nam in exilibus id factu est difficile. Liquet porrò quòd aluus magis laxetur, si sola acinorum caro cum succo fuerit deglutita sine seminibus, ac membrana extrinsecus ambiente, laxatur autem impensiùs, quum solus ipse succus expressus (mustum vulgò appellant) fuerit deglutitus; qui ventrem ni velociter pertranseat, flatibus nonnihil implet. Ex hoc sanè alimenti nonnihil corpori accedit, copiosius tamen ex carnea substantia, eóque accidit vuas quasdam nutrire magis, quàm deiici; contra, aliàs promptius deiici, quàm nutrire. Ergo quibus exiguus est succus magis nutriunt, quibus verò est vberior, minus quidem nutriunt, sed promptius subsident. Vocant autem vuas eiusmodi generosas, in quibus acini humidam quidem substantiam habent exiguam, solidiorem autem non paucam, quam ceu carnem acini esse diximus. Atque iis vtuntur eas variis modis autumno reponentes; etenim in mustum ipsas coniiciunt; impletasque iis nouas ollas in vinaceis recondunt.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Θ΄.

Περὶ σταφυλῶν.

ΣΥκα καὶ σταφυλαὶ τῆς ὀπώρας, ὥσπερ κεφάλαιόν εἰσι, καὶ τρέφουσι μᾶλλον ἁπάντων τῶν ὡραίων ταῦτα, καὶ ἥκιστα κακόχυμα, καὶ μάλιστα ὅταν ἀκριβῶς ᾖ πέπειρα. τοῦ μὲν οὖν τρέφειν αὐτὰ, μέγιστον σημεῖον, οἱ φυλάττοντες τὸν καρπὸν τῶν ἀμπέλων, ἐσθίοντες μὲν ἐν δύο μησὶν οἷς φυλάττουσιν, μόνα διαπαντὸς τὰ σῦκα μετὰ τῶν σταφυλῶν, ἤ
B που καὶ βραχύ τι παρεντιθέντες ἄρτου, πιαινόμενοι δὲ ἱκανῶς. οὐ μὴν ἰσχυρά γε, καὶ πυκνὴ ἡ σάρξ ἐστιν ἡ ἐξ αὐτῶν γινομένη, καθάπερ ἡ ἐκ τῶν κρεῶν, ἀλλὰ καὶ χαύνη, καὶ πλαδαρὰ, διὸ καὶ ταχέως περιστέλλεται παυσαμένης τῆς ἐδωδῆς. ἧττον δὲ τῶν σύκων αἱ σταφυλαὶ τρέφουσιν, καὶ μέγιστον ἀγαθὸν αὐταῖς ὑπάρχει τὸ ταχέως ὑπέρχεσθαι. διὸ κἂν ἐπισχεθῶσί ποτε, βλάπτουσιν ἰσχυρῶς, οὐκ ἐχόντων τοῦτο τῶν πεπείρων σύκων. εἰ γὰρ καὶ μὴ διαχωρηθεῖεν ἀξιολόγως, πεφθεῖεν δ᾽ ἐν τῇ γαστρὶ καλῶς, ἀβλαβῆ δίδωσι τροφὴν τῷ σώματι· ταῖς σταφυλαῖς δὲ οὐδέτερον
C ὑπάρχει τούτων, οὔτε γὰρ πέττονται καλῶς, ὅταν ἐπισχεθῶσιν, καὶ κατὰ τὴν εἰς ἧπάρ τε, καὶ φλέβας ἀνάδοσιν, ὠμὸν γεννῶσι χυμὸν, οὐ ῥᾳδίως εἰς αἷμα μεταβαλλόμενον. ἡ γάρ τοι τῶν ῥαγῶν οὐσία, σύνθετός ἐστιν ἔκ τε τῆς οἷον σαρκὸς αὐτῶν, καὶ τῆς παρεσπαρμένης κατ᾽ αὐτὴν ὑγρότητος, ἐξ ἧς ὁ οἶνος γίγνεται, καὶ πρὸς τούτοις ἔτι γιγάρτων τε, καὶ τοῦ ταῦτα πάντα περιέχοντος ἔξωθεν ὑμενώδους σκεπάσματος. ἀλλ᾽ ἡ μὲν τῶν γιγάρτων οὐσία, ξηρὰ καὶ στύφουσά πώς ἐστι, διεξέρχεταί τε τὰ ἔντερα πάντα κατὰ μηδὲν ἑαυτῆς αἰσθητῶς ἀλλοιουμένη, παραπλησίως ταῖς ἐν τοῖς σύκοις
D κεγχραμίσιν. ἀνάλογον γὰρ ἑκάτερον ἑκατέρῳ τῶν καρπῶν ἐστὶ, σπέρμα μὲν ὑπάρχον ὅλου τοῦ φυτοῦ, διεξιὸν δὲ ἀναλλοίωτόν τε, καὶ ἀχύλωτον, καὶ ἀμετάβλητον. ἀναλογία δ᾽ ἐστὶ, καὶ τοῖς περιέχουσιν ἑκάτερον τὸν καρπὸν σκεπάσμασι, τοιαύτην χρείαν παρεχομένοις αὐτοῖς, οἵαν τοῖς ζώοις τὸ δέρμα, βραχεῖα δὲ καὶ ἡ τοῦδε μεταβολὴ γίνεται κατὰ τὴν γαστέρα, καί τινες ὡς ἄχρηστον ἀποπτύουσιν μυζήσαντες αὐτὸ, καὶ ἅμα τὸ ἔνδον ἅμα τοῖς γιγάρτοις. ἔνιοι δὲ καὶ ταῦτ᾽ ἐκπτύειν πειρῶνται, καὶ μάλιστα ὅταν αἱ ῥᾶγες ὦσι μεγάλαι. δύσχερον γὰρ ἐν ταῖς μικραῖς αὐτὸ πράττειν. εὔδηλον δὲ ὅτι μᾶλλον
E ἡ γαστὴρ ὑπέρχεται, μόνης τῆς σαρκὸς τῶν ῥαγῶν ἅμα τῷ χυλῷ καταποθείσης, ἄνευ τῶν γιγάρτων, καὶ τοῦ περικειμένου χιτῶνος ἔξωθεν, ἔτι δὲ μᾶλλον, ὅταν αὐτὸς μόνος ὁ χυλὸς ἐκθλιβεὶς καταποθῇ, καλοῦσι δ᾽ αὐτὸν οἱ ἄνθρωποι γλεῦκος, ἐμπιπλᾶσι τι φύσης τὴν κοιλίαν, εἰ μὴ διεξέλθοι ταχέως. γίγνεται μὲν οὖν τις κἀκ τούτου τροφὴ τῷ σώματι. πλείων δὲ ἐκ τῆς σαρκώδους οὐσίας, καὶ διὰ τοῦτο τινὲς μὲν σταφυλῶν τρέφουσι μᾶλλον, ἢ διαχωροῦνται, τινὲς δὲ διαχωροῦνται μᾶλλον, ἢ τρέφουσιν. ὧν μὲν οὖν ὁ χυλὸς ὀλίγος ᾖ, τρέφουσι μᾶλλον, ὧν δὲ πλείων, ἧττον μὲν τρέφουσιν, ὑπέρ-
F χονται δὲ μᾶλλον. ὀνομάζουσι δὲ εὐγενεῖς τὰς τοιαύτας σταφυλὰς, ἐν αἷς αἱ ῥᾶγες ὀλίγην μὲν ἔχουσι τὴν ὑγρὰν οὐσίαν, οὐκ ὀλίγην δὲ τὴν στερεωτέραν, ἣν ὥσπερ σάρκα τῆς ῥαγὸς ἔφθην εἰπεῖν. καὶ χρῶνταί γε κατὰ τὸν τῆς ὀπώρας καιρὸν ἀποτιθέμενοι πολυειδῶς. καὶ γὰρ εἰς γλεῦκος ἐμβάλλουσιν αὐτὰς, καὶ χύτρας καινὰς πληροῦντες, ἐναποτίθενται τοῖς στεμφύλοις.

καλῶ δὲ στέμφυλα, τὰ στερεὰ λείψανα τῆς σταφυλῆς, ἐπειδὰν ἐν τοῖς ληνοῖς ἐκθλιβῇ πᾶς ὁ χυλὸς αὐτῶν. ἃ καὶ αὐτὰ συντιθέασιν ἐν πίθοις οἱ ἄνθρωποι, σφίγγοντές τε καὶ πιλοῦντες ἰσχυρῶς, ὀνομάζοντές τε τρύγα αὐτὸ τοῦτο, ὅπερ ἐγὼ στέμφυλον ἐκάλεσα. τὴν δὲ τοῦ στεμφύλου προσηγορίαν ἐπιφέρουσιν αὐτῷ τῶν κλημάτων ἐκπεφυκότι ῥιζώματι τῶν ῥαγῶν. τοῦτον ἡμεῖς βότρυχον καλοῦμεν, ὅθεν ἐξήρτηνται αἱ ῥαγάδες. εἰς ταύτην οὖν τὴν τρύγα τὰς καινὰς χύτρας πλήρεις τῶν σταφυλῶν ἐντιθέασι, πώμασι στεγνοῦντες ἀκριβῶς, ὡς μηδαμόθεν διαπνεῖσθαι, καὶ καθὸ συμβάλλει γε τὸ πῶμα τῇ χύτρᾳ, πίττῃ ἐπαναλείφουσιν, ἁπάσας τὰς διαπνοὰς ἐμφράττοντες. εἶναι δὲ χρὴ καὶ τὴν χύτραν αὐτὴν ἐξ εὐώδους τε πηλοῦ, καὶ τελέως ὠπτημένου. τονωτικὴ μὲν οὖν ἐκλύτου γαστρὸς ἡ τοιαύτη σταφυλή, καὶ τοὺς ἀνορέκτους ἐπεγείρει πρὸς ἐδωδὴν σιτίων, οὐ μὴν ὑπάγεταί γε κατὰ γαστέρα, καὶ εἰ πλείων βρωθείη, κεφαλῆς ἅπτεται. ταύτης δ' ἔτι μᾶλλόν ἐστι κεφαλαλγὴς ἣν ἀποτίθενται κατὰ τὸ γλεῦκος. ἡ μέντοι κρεμασθεῖσα κεφαλὴν οὐδόλως βλάπτει, γαστέρα δὲ οὔτ' ἐπέχει, οὔτ' ἐπιτρέπειν εἰς διαχώρησιν πέφυκεν. ὡσαύτως δ' ἔχει καὶ πρὸς τὴν ὄρεξιν, οὔτ' ἐπεγείρουσα τὴν ἄρρωστον, οὔτ' ἐκλύουσα τὴν ῥῶσιν. εὐπεπτοτέρα δ' ἐστὶ τῶν ἄλλων σταφυλῶν, ἣν αἱ ἐν γλεύκει, καὶ στεμφύλοις ἔφην ἀποτίθεσθαι τοὺς ἀνθρώπους, ὅλον τὸν ἐξῆς ἐνιαυτόν, ἄχρι τοῦ δευτέρου τρυγητοῦ. αἱ κρεμασθεῖσαι δ' αὐτῶν, ὅταν ξηρανθῶσιν ἄχρηστοι γίνονται, τινὲς μὲν κατὰ τὸ ἔαρ εὐθέως, ἐν γοῦν τῷ θέρει πάντως. οὐ σμικρὰ δὲ διαφορὰ τῶν σταφυλῶν ἐστί, καὶ κατὰ τὸ γλυκείας, ἢ ὀξείας, ἢ αὐστηρὰς εἶναι, ἢ μηδεμίαν ἐχούσας σφοδρὰν ποιότητα, καλοῦσι δ' αὐτὰς οἰνώδεις. αἱ μὲν οὖν γλυκεῖαι, θερμότερον ἔχουσι τὸν χυλόν, διὸ καὶ διψώδεις εἰσίν, αἱ δ' αὐστηραί, καὶ ὀξεῖαι ψυχρότεραι. αἱ δ' οἰνώδεις ἐν τῷ μέσῳ θερμοῦ καὶ ψυχροῦ. γαστέρα δ' ὑπάγουσιν αἱ γλυκεῖαι, καὶ μάλιστα ὅταν εἰσὶν ὑγραί, μοχθηραὶ δ' οὐκ εἰς τοῦτο μόνον, ἀλλὰ καὶ πρὸς τὴν ἐν γαστρὶ πέψιν ἀνάδοσίν τε καὶ θρέψιν, αἵ τ' ὀξεῖαι, καὶ αὐστηραὶ σταφυλαί. αἱ μὲν οὖν ὀξεῖαι, κἂν ἀκριβῶς ἐπὶ τῆς ἀμπέλου πεπανθεῖσαι κρεμασθῶσιν, οὐδ' οὕτως γίγνονται γλυκεῖαι. τῶν δ' αὐστηρῶν ἔνιαι μεταβάλλουσιν εἰς τὸ γλυκύτερον, ἐπὶ πλέον κρεμασθεῖσαι. ταῖς στρυφναῖς δέ, καθάπερ καὶ ταῖς ὀξείαις, οὐδ' ἂν ἐπὶ πλεῖον κρεμασθῶσι, τὴν εἰς γλυκύτητα μεταβολὴν ἔστι τε ἔχειν, διὸ καὶ φυλάττεσθαι τὴν ἐδωδὴν αὐτῶν ἀεὶ προσήκει. πασῶν μὲν οὖν ἀσφαλεστάτη χρῆσίς ἐστιν, ὅταν σαρκώδεις ὦσιν αἱ σταφυλαὶ φύσει, πέπειραί τε τὸ δ' αὐτῶν ὡς ἐσθίῃ συμμέτρως, εἴτ' οὖν ἐπὶ τῶν ἀμπέλων ἐπὶ πλεῖον πεπανθῶσιν, εἴτε καὶ τὸ λοιπὸν ἐκ τοῦ κρεμᾶσθαι προσλαβουσῶν. ἐφεξῆς δὲ τῶν κρεμασθεισῶν τὰς ἄνευ ποιότητος αὐστηρᾶς, ἢ ὀξείας, ἕνεκεν ὑπαγωγῆς γαστρὸς ἐγχωρεῖ δαψιλῶς ἐσθίειν, ἔνιοι δὲ καὶ γλεῦκος πίνουσι τῆς αὐτῆς χρείας ἕνεκα, καὶ μάλιστα τὸ γλυκύτατον, ὑπακτικώτατον γὰρ τοῦτο, τὸ δ' ἐξ αὐστηρῶν, ἢ ὀξειῶν σταφυλῶν, φαυλότατον εἰς πάντα. ἐγὼ μὲν οὖν τοῖς ὀνόμασιν οὕτως ἐχρησάμην, ὡς οἱ νῦν ἄνθρωποι χρῶνται, βέλτιον ἡγούμενος εἶναι διδάξαι σαφῶς τὰ πράγματα τοῦ παλαιῶς ἀττικίζειν. οἷς δὲ τοῦτο τιμιώτερόν ἐστι τῆς σαφοῦς διδασκαλίας, βρύτια μὲν ὀνομάζουσι τὰ τῶν στερεῶν σταφυλῶν στερεὰ μόρια, τοῦ γλεύκους ἐκθλιβέντος. στέμφυλα δὲ τὰ τῶν ἐλαιῶν, ὅταν ἐκθλιβῇ τοὔλαιον. τό γε μὴν ὑφιστάμενον τοῖς οἴνοις παχύ, οἱ πολλοὶ τῶν ἀττικιζόντων ὀνομάζουσι τρύγα.

A Voco autem vinaceos, solidas vuæ reliquias, quum in torculari succus ipsius omnis prorsus expressus fuerit; quas etiam homines in doliis componunt, stipantes ipsas validè, ac constringentes: appellantque idipsum fæcem, quod ego vinaceos appellaui, nomine autem vinaceorum, vuarum radicem, quæ ex palmite enascitur, appellant, quam nos pedicalum nominamus, vnde acini ipsi pendent; in hanc igitur fæcem ollas nouas vuis refertas condunt, operculis exactè obturantes, ne alicunde difflentur, & quà operculum cum olla committitur, pice illinunt, perspiratus omnes obstruentes. Ipsam autem ollam B esse oportet ex luto suaueolente, & perfectè assato. Huiusce modi certè vua ventriculum dissolutum roborans, hominibus cibum fastidientibus appetentiam excitat, non tamen per aluum subsidet; & si sumpta largius fuerit caput ferit, quæ in musto conditur, magis adhuc, quam hæc caput infestat, pensilis verò nihil prorsus caput lædit, ventrem autem, nec sistit, nec ad deiectionem irritat; eodem autem modo se habet & ad appetentiam vt quæ, nec imbecillam excitat, nec fortem dissoluit. Porrò aliarum vuarum ea concoctu est facillima, quam dixi homines in C musto, & vinaceis in totum sequentem annum vsque ad secundam vindemiam reponere; quæ autem ex ipsis suspenduntur, quum inaruerint, sunt inutiles, aliæ quidem statim ipso vere, aliæ verò omninò saltem æstate. Non parua autem est inter vuas differentia, quòd aliæ sint dulces, aliæ acidæ, aliæ austeræ, aliæ denique quæ nullam vehementem habeant qualitatem; vocant autem ipsas vinosas. Cæterùm quæ dulces sunt, succum habent calidiorem, & ob id sitim excitant. Austeræ verò & acidæ frigidiorem, vinosæ autem locum inter calidum, ac frigidum medium obtinent; dulces item aluum subdu- D cunt, & maximè si sint humidæ; acidæ austeræque non huic modò rei, verùm etiam coctioni in ventriculo, distributioni, ac nutritioni, sunt noxiæ; acidæ certè, etiamsi exactam in ipsa vite maturitatem adeptæ, suspendantur, ne sic quidem dulcescunt, austerarum autem quædam, si suspensæ diutiùs fuerint, dulciores redduntur, acerbæ verò, vt acidæ etiam si suspensæ fuerint diutiùs, mutationem in dulcius nunquam poterunt assequi; quocirca ipsarum esus perpetuò est cauendus. Omnium quidem certè vsus (si quis moderatè sumat) est tutissimus, quum vuæ na- E tura fuerint carnosæ, ac maturæ, siue in vite summam maturitatem obtinuerunt, siue quod maturitati deerat, ex consequenti suspensione sint adeptæ, post pensiles autem eas quæ nullam austeram vel acidam qualitatem præ se ferant; affatim ventris deiiciendi gratia licet ingerere. Quidam autem in eundem vsum, mustum quoque idque dulcissimum bibunt, id enim maximè subducit; quod verò ab vuis austeris, aut acidis est expressum, ad omnia est pessimum. Equidem nominibus sic sum vsus, quemadmodum homines huius sæculi vtuntur, satius esse F ratus, res dilucidè docere, quàm vetere lingua Atticorum vti. Quibus verò antiquius id, doctrinæ perspicuitate fuerit, vuarum partes solidas, quæ musto expresso supersunt, βρύτια appellant; στέμφυλα autem oliuarum, quum oleum fuerit expressum, quod verò crassum in vuis subsidet, vulgus Atticorum τρύγα, nominat, proinde

proinde nulla apud eos in vocibus est homonymia, vt apud alios homines, qui βρύτια etiam τρύγα nuncupant. Quin & tertia quædam huius nominis τρυγὸς, est significatio, Græcis huius sæculi vsitata; nam vinaceorum dilutum τρύγα vocitant, quod rursus ab Atticis δευτερία, à nostratibus στεμφυλίτης, lora appellatur. Coniectis namque in parua dolia vinaceis tantum aquæ superaffundunt, quoad omnia permadeant; quod vbi satis factum videtur, in dolij fundo foramen aperiunt, vt dilutum effluat: idque pro vino bibunt. Perspicuum autem est quòd pro vinaceorum copia aquam, experientia docti affundunt; quò videlicet lora, neque aquosior fit, neque meracior; deinde rursum aliam aquam, parciorem tamen priori, vinaceis affundunt ita, vt id quoque in potu sit tolerabile; quod quidam Attici propriè, non vt prius δευτερίαν nominari volunt. Vtraque lora capiti dolorem affert, nisi quis dilutiores ipsas bibat, sed prior magis caput ferit. Commodum autem huic potui id inest; quòd ocyus per vrinas reddatur; qua in re magnum est pro varia vuarum (ex quibus sunt vinacei) specie discrimen. Quandoquidem, si dulces fuerint, potus multò erit suauior, citiusque per vrinas reddetur; sin verò acerbæ, aut acidæ fuerint, insuauior longè, ac minus ciens vrinas. Id autem dilutum valentius fit, ac multo vinosius, quum vinaceus, ad ver, aut æstatem fuerit asseruatus. Hyeme verò si quis vtatur, vt caput minùs ferit, sic & per vrinas minus secedit.

CAPVT X.

De vuis passis.

VVæ passæ cum aliis vuis eandem habent rationem, quam caricæ cum ficubus; multæ enim fiunt dulces, acerbæ autem omninò paucæ; plurimæ verò ex dulci, & austera qualitate sunt mixtæ; quanquam dulces nonnihil quoque austeræ qualitatis habent; & austeræ, dulcedinis. Cæterùm, vt dulces temperamento sunt calidiore, ita austeræ frigidiore. Ad hoc austeræ stomachum roborant, & ventrem constipant, & his multò magis acerbæ; mediam autem quodammodo inter ipsas constitutionem dulces obtinent, vt quæ nec stomachum dissoluant, nec alum subducant, dulcibus tamen vt vis quædam semper inest contemperandi, ita & mediocriter detergendi; quibus duabus facultatibus exiguas mordicationes, quæ os ventriculi infestant (quod & stomachum appellamus) obtundunt. Perspicuum enim est, quòd mordicationes maiores valentiora postulant remedia: passas autem præstantiores sunt, quæ tum pingues sunt, tum corticem habent tenuem. Nonnulli autem & rectè, sanè è dulcibus grandibúsque (quales sunt Scybelitides) priusquam mandant, semina eximunt; quæ & ipsæ inueteratæ, cutim duram, crassamque habent: easque priùs in aqua coguntur macerare, & semen ipsum facilius sic eximitur. Aliæ quædam sunt his contrariæ, solidæ & crassæ, quæ nullum prorsus semen habent: crescunt hæ in Cilicia, colore subflauo; In Pamphilia autem Scybeliticæ, & colore nigræ, quæ vt dixi sunt maximæ; minimæ autem in Cilicia, fuluæ pro-

A ὥστ᾽ οὐδ᾽ ὁμωνυμία τίς ἐστιν παρ᾽ αὐτοῖς, ὥσπερ παρὰ τοῖς ἄλλοις ἀνθρώποις, ὅσοι καὶ τὰ βρύτια τρύγα καλοῦσι. καὶ μὴν καὶ τρίτον τι σημαινόμενόν ἐστι, τοῦ τῆς τρυγὸς ὀνόματος ἐν ἔθει τοῖς νῦν Ἕλλησι. τὸ γάρ τοι τῶν βρυτίων ἀπόβρεγμα τρύγα καλοῦσιν, ὅπερ αὖ πάλιν οἱ Ἀττικίζοντες ὀνομάζουσι δευτερίαν· στεμφυλίτης δ᾽ οὗτος παρ᾽ ἡμῖν καλεῖται. ἐμβάλλοντες γὰρ εἰς πιθάκνας μικρὰς τὰ βρύτια, περιεπιχέουσιν ὕδωρ, ὡς διαβρόχους ἁπάσας γενήσεσθαι, κἀπειδὰν ἱκανῶς τοῦτο πεπρᾶχθαι δοκῇ, τὸ παρὰ τὸν πυθμένα τρῆμα τοῦ πιθάκνης ἀνοιγνύουσιν, ὡς ἐκρεῖν τὸ ἀπόβρεγμα, καὶ πίνουσιν ἀντὶ οἴνου τοῦτο. πρόδηλον δὲ ὅτι κατὰ τὴν τῶν βρυτίων ποσότητα, καὶ τὸ ὕδωρ ἐπιχέουσιν ἐξ ἐμπειρίας, ὡς μήθ᾽ ὑδαρῆ πάνυ, μήτε ἄκρατον γενέσθαι τὴν δευτερίαν. εἶτα πάλιν ἕτερον ὕδωρ ἐπιχέουσι τοῖς βρυτίοις, ἔλαττον τοῦ προτέρου, ὥστε καὶ τοῦτο γενέσθαι σύμμετρον εἰς πόσιν, ὅπερ ἀξιοῦσιν ἔνιοι τῶν Ἀττικιζόντων ὀνομάζεσθαι δευτερίαν ἰδίως, οὐχ ὡς τὸ πρότερον. ἔστι δὲ κεφαλαλγὲς μὲν ἑκάτερον, εἰ μή τις ὑδατωδέστερον αὐτὸ πίνοι. μᾶλλον δὲ τὸ πρότερον ἅπτεται τῆς κεφαλῆς. ἀγαθὸν δ᾽ ἐνυπάρχει τῷ τοιούτῳ πόματι τὸ ταχέως οὐρεῖσθαι, διαφορᾶς οὐκ ὀλίγης ἐν αὐτῷ γινομένης, παρὰ τὸ τῶν σταφυλῶν εἶδος, ἐξ ὧν ἐστι τὰ βρύτια. γλυκειῶν μὲν γὰρ οὐσῶν αὐτῶν, ἥδιόν τε πολλῷ γίνεται τὸ πόμα, καὶ θᾶττον οὐρεῖται. στρυφνῶν δὲ καὶ ὀξειῶν ἀηδέστερόν τε μακρῷ, καὶ ἧττον οὐρητικόν· ἰσχυρότερον δὲ τὸ ἀπόβρεγμα τοῦτο γίνεται, καὶ μᾶλλον οἰνῶδες, ὅταν εἰς τὸ ἔαρ, ἢ καὶ τὸ θέρος ἡ τρὺξ φυλαχθῇ. κατὰ δὲ τὸν χειμῶνα χρωμένων, ὥσπερ ἧττον ἅπτεται κεφαλῆς, ὡσαύτως καὶ ἧττον οὐρεῖται.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ι'.

Περὶ σταφίδων.

D Τὸν αὐτὸν λόγον ἔχουσιν αἱ σταφίδες πρὸς τὰς σταφυλάς, ὅνπερ αἱ ἰσχάδες πρὸς τὰ σῦκα. γίγνονται μὲν γὰρ γλυκεῖαι πολλαί, στρυφναὶ δὲ παντάπασιν ὀλίγαι, μικταὶ δὲ ἔκ τε αὐστηρᾶς, καὶ γλυκείας ποιότητος αἱ πλεῖσται. μέτεστί γε μὴν καὶ ταῖς γλυκείαις ἀμυδρᾶς ποιότητος αὐστηρᾶς, καὶ ταῖς αὐστηραῖς τῆς γλυκείας. αἱ μὲν οὖν αὐστηραὶ ψυχρότεραι τὴν κρᾶσίν εἰσιν, ὥσπερ αἱ γλυκεῖαι θερμότεραι. καὶ τὸν μὲν στόμαχον ῥωννύουσι, καὶ τὴν γαστέρα στέγνουσιν αἱ αὐστηραί, καὶ δηλονότι μᾶλλον αὐτῶν αἱ στρυφναί, μέσην δέ πως κατάστασιν ἐν αὐταῖς αἱ γλυκεῖαι ποιοῦσιν, μήτ᾽ ἐκλύουσαι σαφῶς τὸν στόμαχον, μήθ᾽ ὑπάγουσαι τὴν γαστέρα· τό γε μὴν ἐπικεραστικὸν ὑπάρχει ταῖς γλυκείαις ἀεί, καθάπερ καὶ τὸ μετρίως ῥυπτικόν, ὥστ᾽ ἐξ ἀμφοτέρων τῶν δυνάμεων τὰς μικρὰς κατὰ τὸ στόμα τῆς κοιλίας, ὅπερ καὶ στόμαχον ὀνομάζομεν, ἀμβλύνουσιν δήξεις. ὡς αἵ γε μείζους τῶν δήξεων, εὔδηλον ὅτι δυναμικωτέρων χρῄζουσι βοηθημάτων. ἀμείνους δ᾽ ἐν ταῖς σταφίσιν αἱ λιπαραί τε, καὶ τὸ φλοιὸν ἔχουσαι λεπτόν· ἔνιοι δὲ καλῶς ποιοῦντες ἐκ τῶν γλυκειῶν τῶν μεγάλων, οἷαί περ εἰσὶν αἱ Σκυβελίτιδες, καὶ πρὶν ἐσθίειν, ἐξαιροῦσι τὰ γίγαρτα. χρονισθεῖσαι γοῦν καὶ αὗται σκληρὸν ἔχουσι, καὶ παχὺ τὸ δέρμα, καὶ χρὴ προδιαβρέχειν αὐτὰς ἐν ὕδατι. καὶ γάρ τοι καὶ τὸ γίγαρτον ἑτοιμότερον οὕτως ἐξαιρεῖται. ἔμπαλιν δὲ ταύταις ἕτεραί τινές εἰσι στερεαὶ καὶ παχεῖαι, γίγαρτον ὅλως οὐδὲν ἔχουσαι. γίνονται δ᾽ αὗται μὲν ἐν Κιλικίᾳ, τὴν χροιὰν ὑπόξανθοι. κατὰ δὲ τὴν Παμφυλίαν, αἵ τε Σκυβελίτιδες, καὶ μέλαιναι τὸ χρῶμα. μέγισται μὲν οὖν, ὡς ἔφην, αὗται· μικρόταται δ᾽ αἱ κιρραὶ ἐν

Κιλικίᾳ. γίνονται δὲ καὶ ἄλλαι ἐν Κιλικίᾳ μέλαιναι σταφίδων μέσων τὸ μέγεθος, ὥσπερ κατ᾽ ἄλλα πολλὰ τῶν ἐθνῶν, καὶ μάλιστα ἐν τῇ Λιβύῃ. κατὰ δὲ τὴν Ἀσίαν ποικίλον εἶδος ἀσταφίδων μέσων τὸ μέγεθος γίνονται. καὶ γὰρ ὑπόξανθοι, καὶ μέλαιναι, καὶ γλυκεῖαι, καὶ ὑπαύστηροι φαίνονται. κατὰ μέν τοι τὰς ψυχρὰς χώρας, οὐδὲ σταφυλαὶ τελέως πεπαίνονται, μή τι γε τῶν ἀσταφίδων τινές, ὅθεν ἐπεμβάλλουσι τοῖς οἴνοις ῥητίνην, ὅπως μὴ ταχέως ὀξυνθῶσιν. ἡ μὲν οὖν κατὰ χροιὰν διαφορὰ τῶν σταφίδων, ὡς πρὸς τὴν δύναμιν αὐτῶν οὐδὲν συντελεῖ, καθάπερ οὐδὲ ἡ κατὰ μέγεθος. ἡ δὲ κατὰ τὴν γευστὴν ποιότητα τὸ σύμπαν δύναται, καὶ ταύτῃ μόνῃ προσέχων τὸν νοῦν, ἐπὶ τίνων δεῖ χρῆσθαι, καὶ καθ᾽ ὅν τινα καιρόν, εὑρήσεις, ὡς προείρηται. τροφὴ δὲ ἐκ τῶν ἀσταφίδων, ἀναδίδοται τῷ σώματι παραπλησία κατὰ τὴν ποιότητα ταῖς ἀσταφίσιν αὐταῖς. γλυκεῖα μὲν οὖν ἐκ τῶν γλυκειῶν, αὐστηρὰ δὲ ἐκ τῶν αὐστηρῶν, μικτὴ δὲ ἐκ τῶν ἀμφοτέρας ἐχουσῶν τὰς ποιότητας. τῇ δὲ ποσότητι, πλείων μὲν ἐκ τῶν λιπαρῶν τε καὶ γλυκειῶν, ἐλάττων δὲ ἐκ τῶν αὐστηρῶν τε καὶ ἀλιπῶν. εἰ δὲ τὸν ἴσον ὄγκον ἀσταφίδος λιπαρᾶς γλυκείας ἐκγεγιγαρτισμένης, παραβάλλοις ὄγκῳ ῥαγῶν ἴσῳ, μᾶλλον τροφιμωτέρας εὑρήσεις τὰς σταφίδας. ἧττον μὲν οὖν ἰσχάδων αἱ τοιαῦται τὸ ὑπακτικὸν ἔχουσι, καὶ τὸ ῥυπτικόν, εὐστομαχώτεραι δὲ εἰσὶ τῶν ἰσχάδων.

A ueniunt. Aliæ præter has in Cilicia nascuntur, colore nigro, magnitudine mediæ, quemadmodum & apud alias plerasque gentes, potissimùm in Lybia. In Asia autem variæ passarum species, mediocri magnitudine proueniunt, etenim quædam subflauæ, aliæ nigræ, aliæ dulces, & aliæ subausteræ cernuntur. Porrò in frigidis regionibus ne vuæ quidem ipsæ maturari exquisite queunt, nedum passarum quæpiam; quapropter resinam vinis immittunt, ne celeriter acescant. Porrò quemadmodum passarum differentia, quæ à colore sumitur, nihil ad passarum facultatem confert, ita nec magnitudo; sola autem qualitatis, quæ gustui inest, B differentia potest omnia; cui soli intentus, inuenies (vt ante diximus) & in quibus, & quo tempore vti conueniat. Alimentum ex passis tale qualitate in corpus distribuitur, qualis ipsarum natura fuerit; dulce ex dulcibus, austerum ex austeris, mixtum ex iis, quæ vtriusque qualitatis sunt participes; quantitate verò copiosius ex pinguibus ac dulcibus, parcius ex austeris & macris. Quòd si passarum, pinguium ac dulcium, à quibus semina fuerint exempta, parem molem cum pari vuarum mole contuleris, passas valentiùs nutrire deprehendes. Huiusmodi sanè vt minùs quam caricæ, subducant abstergántque, magis tamen quàm illæ sto- C machum iuuant.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΑ'.

Περὶ συκαμίνων, ἃ καὶ μόρα καλοῦσι.

Οὐ τοῖς ἀττικίζειν ἐν τῇ φωνῇ προῃρημένοις, γράφεται ταῦτα. τάχα γὰρ οὐδὲ ἀναγνῶναί τις αὐτὰ βουλήσεται καταφρονῶν ὑγιείας σώματος, ὥσπερ καὶ ψυχῆς, ἀλλ᾽ ἰατροῖς μὲν μάλιστα, μὴ πάνυ τι φροντίζουσιν ἀττικισμοῦ, ἤδη δὲ καὶ τοῖς ἄλλοις, ὅσοι ζῶσιν, ὡς λογικὰ ζῷα περὶ τῆς τιμῆς, καὶ δόξης, καὶ πλούτου, καὶ δυνάμεως πολιτικῆς, ἐπιμελεῖσθαι προτεθειμένοις σώματος καὶ ψυχῆς. οὗτοι γὰρ οἶδα, ὅτι τὴν μὲν Ἀθηναίων φωνήν, οὐδὲν ἡγοῦνται τιμιωτέραν τῆς τῶν ἄλλων ἀνθρώπων. ὑγιείαν δὲ σώματος ἀξιολογώτερόν τι εἶναι νομίζουσι πρᾶγμα, τῷ κατὰ φύσιν βιοῦν ἐσπουδακότι. τούτοις οὖν εἰδὼς ὠφελιμώτερον ἔσεσθαι τὸν λόγον τὸν ἀσφαλέστερον, ἃ γιγνώσκουσιν ὀνόματα γράψω, κἂν μὴ τοῖς παλαιοῖς Ἕλλησιν ᾖ συνήθη. τὸ μὲν οὖν τῶν μόρων ὄνομα γνώριμόν πως ἐστὶ τοῖς πολλοῖς, εἰ καὶ διὰ μηδὲν ἄλλο, ἀλλὰ γοῦν διὰ τὸ στοματικὸν φάρμακον, ὃ διὰ μόρων ὀνομάζεται, χυλὸν ἔχον αὐτῶν. ἐνίας δὲ τῶν ἐφεξῆς εἰρημένων ὀπωρῶν ἀγνοοῦσιν οἱ πολλοὶ τῶν ἀνθρώπων ὅπως ὠνόμαζον οἱ πρὸ ἑξακοσίων ἐτῶν Ἀθηναῖοι. τοὺς μὲν γὰρ νῦν, ὁρῶσιν οὐδέν τι διαφορώτερον τῶν ἄλλων Ἑλλήνων ἕκαστον τῶν καρπῶν ὀνομάζοντας, ἀλλὰ καὶ τὰ μόρα συκάμινα καλοῦντας οὐδὲν ἧττον, ἢ τὰ μόρα, καὶ τὰ περσικά, καὶ κάρυα, καὶ τὰ πρεκόκκια, καὶ τὰ ἄλλα ἁπλῶς, ὡς ἔθος ἐστὶ τοῖς ἄλλοις Ἕλλησιν. οὐδὲ γὰρ βλαβήσονταί τι τὰς παλαιοτάτας προσηγορίας ἀγνοοῦντες, ἂν γιγνώσκωσι τὰς δυνάμεις αὐτῶν. ἄμεινον γάρ ἐστιν ἐπίστασθαι τῶν ἐπὶ τὴν διαχώρησιν ὁρμώντων ἐδεσμάτων, ὕστερα μὲν χρῆναι τὰ βραδύπορα λαμβάνειν, ἁπάντων δὲ πρῶτα τὰ διεξερχόμενα μὲν ταχέως, διαφθειρόμενα δὲ εἰ χρονίσειεν ἐν τῇ γαστρί, τοῦ τὰς προσηγορίας αὐτῶν ἐγνωκέναι. οὐ μὴν οὐδ᾽ ἀγνοεῖν μοι δοκοῦσι παντάπασιν οἱ ἄνθρωποι τὴν τάξιν τῶν ἐσθιομένων

CAPVT XI.

De Sycaminis, quæ & Mora appellant.

NOn hæc Attici sermonis affectatoribus scribimus (fortasse enim ne legere quidem ipsa dignarentur, corporis simul & animi sanitatem pro nihilo ducentes) sed medicis quidem, qui de Atticismo non magnopere laborant, tum autem & aliis qui vt animalia ratione prædita, viuentes honorẽ, gloriam, diuitias, & authoritatẽ inter ciues, corporis D & animi valetudini postponunt. Certò enim scio hos linguam Atticorum nihilo pluris, quàm cæterorum hominum æstimare, corporis verò sanitatẽ præstantius quiddam ducere, ac dignius ei homini, qui viuere secundum naturam studuerit. Quum igitur intelligam sermonem simpliciorem iis esse vtiliorem, nominibus vtar, quæ ipsi intelligant, etiam si vetustis Græcis non sint consueta. Mororum igitur nomen vulgo est cognitum, si non alia de causa, saltem ob medicamentum ad oris affectus vtile, quod διὰ μόρων appellatur, quòd eorum succum recipiat. Quosdam autem ex fructibus autumnali- E bus, quos deinceps recensebimus, plerique homines ignorant, quo nomine ante annos sexcentos ab Atheniensibus fuerint appellati; animaduertunt enim huius tempestatis Athenienses, fructus omnes non alio nomine appellare, quàm quo reliqui Græci appellant; sed & mora ipsa sycamina nihilominùs, quàm mora nominare; item persica, nuces, præcocia, ac in summa, reliqua omnia pro aliorum Græcorum consuetudine: neque enim detrimenti quicquam ipsis ex vetustarum appellationum ignoratione accidet, si facultates ipsorum exploratas habuerint. Satius enim fuerit scire ex iis F cibis, qui ad excretionem incitant, posteriores quidem sumendos, qui tardè permeant; omnium autem primos, qui celeriter quidem peruadunt, corrumpuntur tamen, si in ventriculo morentur diutiùs, quàm ipsorum nomenclaturas nosse. Non tamen omninò ignorare homines mihi videntur, qui ordo in iis, quæ mandunt, sibi sit seruandus;

dus, quandoquidem ipsos videas in plurimis cibariis eum seruare. Priùs enim sumunt radiculas, oliuas, & fœnum græcum ex garo; post hæc, maluas, betam & alia id genus olera cum oleo & garo. Etenim si vel tantillum mentis habeant, diuturna experiẽtia docet eos facultates eorum quæ quotidie ad escam sibi præparant; quorũ verò multo interuallo vsus, atq; experientia incidit, ea soli homines solertes obseruant, ac memorię mandant. Sycamina igitur celerrimè pertranseunt, cibisque aliis pręeunt, si in ventriculum purum inciderint, & sumpta primis epulis fuerint: quòd si sumpta post alios cibos fuerint, aut etiam prauum succum in ventriculo offenderint, celerrimè vnà cum aliis cibis corrũpuntur nouo quodã corruptionis genere, & quod verbis explicari nequeat, vt in cucurbitis accidit, omnia enim hæc, si modò celeriter incorrupta subsederint, cibis fugacibus minus sunt noxia, sin minùs, corrumpuntur non aliter, quàm pepones, quamquam hi quoque si celeriter subducãtur, nullam magnam noxam afferunt. Tempus autẽ vtendi vt peponibus, ita & moris est, quum corpus ventriculi squallore æstuat, quo tempore necesse quodãmodo est hepati quoque idem accidere. Cucurbitę quidem & cucumeri tum maturo tum ante maturitatẽ, ad hæc & melopeponi, nulla adstringens qualitas inest, sycaminis verò & potissimum quum nõdum admodũ maturuerint, qualitas eiusmodi cõspicuè inest, immaturioribus autem inest simul & acida. Proinde nonnulli ab arbore ipsa detrahẽtes, ac siccantes reponunt, medicamentum ad dysenteriæ ac diuturnæ diarrhœæ curationem, vtile sibi futurum. At nunc nobis non est propositum medicamentorum facultates exponere. Rursus igitur ea repetamus, quæ sycamina ipsa, vt alimentum, possunt agere. Quòd quidem celeriter subducantur, dictum nobis priùs fuit, quod eis accidit fortè propter solam substantiæ humiditatem, ac lubricitatem, fortè etiam propter admixtam qualitatem quandam acriorem, quæ deiectioni excitandæ satis esse possit, quandoquidem qualitas adstringens, non modò ad subductionem nihil confert, verùm etiam suaptè natura ventrem constipat. Didicisti autem ex commentariis De simplicium medicamentorum facultatibus pleraque esse corpora, quę facultates habeant contrarias. Cõiector igitur mora exiguam in seipsis habere facultatem eiusmodi, qualis magna medicamentis purgantibus inest, cuius causa, non modò facilè secedunt, sed corrumpuntur etiam, si diu in ventre manserint. Quòd si corrupta (vt dixi) non fuerint, omninò quidem humectant, non tamen omninò refrigerant, nisi sumpta fuerint frigida. Alimentum autem corpori prębent minimum, quomodo pepones, non tamen, vt ij vomitum excitant, neque stomachum lædunt.

CAPVT XII.

De Cerasiis.

EX Cerasiis quædam sunt, quæ moris sunt similia, cuiusmodi sunt ea, quæ minimam habent adstrictionem, alia ruborum fructui, vt ea quę euidentius adstringunt, quædam autem sunt, quæ vel valentius iis adstringant. Proinde memoratæ cuiusque speciei facultatem, ex iis quæ de sycaminis, & rubi fructibus diximus, potes colligere.

A αὐτοῖς, θεώμεθα γὰρ αὐτοὺς ἐπὶ τῶν πλείστων ἐδεσμάτων φυλάττοντας αὐτήν. προλαμβάνουσι μέντοι γε ῥαφανίδας ἐλαίας τε, καὶ τῆλιν ἐκ γάρου. καὶ μετὰ ταῦτα, μαλάχας τε, καὶ τεῦτλα, καὶ ἄλλα τοιαῦτα λάχανα μετ' ἐλαίου τε, καὶ γάρου. τῶν μὲν γὰρ ὁσημέραι παρασκευαζομένων αὐτοῖς εἰς ἐδωδὴν, ἡ μακρὰ πεῖρα διδάσκαλος γίγνεται τῆς δυνάμεως, εἰ καὶ μικρὸν ἔχοιεν φρενῶν. ὅσα δὲ διὰ χρόνου πολλοῦ εἰς πεῖραν ἔρχεται, μόνοις τοῖς ἐπιμελέσι παραφυλάττεται, καὶ μνημονεύεται. τὰ τοίνυν συκάμινα καθαρᾷ μὲν ἐμπεσόντα τῇ γαστρὶ, καὶ πρῶτα ληφθέντα, διεξέρχεται τάχιστα, καὶ τοῖς ἄλλοις σιτίοις ὑφηγεῖται· δεύτερα δὲ ἐφ' ἑτέροις, ἢ καὶ χυμὸν εὑρόντα

B μοχθηρὸν ἐν αὐτῇ συνδιαφθείρεται τάχιστα, καὶ τοῖς ἄλλοις σιτίοις, διαφθορὰν ἀλλόκοτόν τινα, καὶ οὐ ῥητὴν ἔχοντα ταῖς κολοκύνθαις ὁμοίως. ἀβλαβέστερα γὰρ πάντα ταῦτα τῶν ὡραίων ἐδεσμάτων, ὅταν μὴ διαφθαρέντα ταχέως ὑποχωρήσῃ, ἐὰν δὲ μὴ μοχθηραὶ ἴσχει διαφθοραὶ ὁμοίως τοῖς πέποσι. καί τοι κἀκεῖνοι ταχέως ὑπελθόντες, οὐδὲν μέγα βλάπτουσιν. καιρὸς δὲ τῆς χρήσεως, ὥσπερ τοῖς πέποσιν, οὕτω καὶ τοῖς μόροις, ὅταν αὐχμηρὸν, καὶ θερμὸν γίνηται τὸ τῆς γαστρὸς σῶμα. τοιοῦτον γάρ πως ἀναγκαῖόν ἐστι τηνικαῦτα, καὶ τὸ ἧπαρ εἶναι. τῇ μὲν οὖν κολοκύνθῃ, καὶ τῷ σικύῳ, τῷ ἤδη

C πέπονι, καὶ πρὶν πεπανθῆναι, ἔτι αὐτοῖς δὲ καὶ μηλοπέπονι στυφούσης οὐ μέτεστι ποιότητος. ἐν δὲ τοῖς συκαμίνοις, καὶ μάλιστα ὅταν ᾖ μὴ πάνυ πέπειρα, σαφής ἐστιν ἡ τοιαύτη ποιότης, ἀωροτέροις δὲ οὖσιν, καὶ ἡ ὀξεῖα. καί τινες αὐτὰ καθαιροῦντες ἀπὸ τοῦ δένδρου, καὶ ξηραίνοντες, ἀποτίθενται φάρμακον ἐσόμενον αὐτοῖς ἀγαθὸν εἰς δυσεντερίας τε, καὶ διαῤῥοίας χρονίας ἴασιν. ἀλλ' οὐ πρόκειται νῦν ἡμῖν περὶ δυνάμεως φαρμάκων διεξέρχεσθαι. πάλιν οὖν ὅσα τοῖς συκαμίνοις, ὡς τροφῇ, δρᾶν ὑπάρχει λέγωμεν, ὅτι μὲν ὑπέρχεται ῥᾳδίως, εἴρηται, τάχα μὲν τῷ τῆς οὐσίας ὑγρῷ τε,

D καὶ ὀλισθηρῷ μόνῳ, τάχα δὲ καί τινος ἐπιμιξίᾳ ποιότητος δριμυτέρας, ἐρεθίζειν εἰς ἔκκρισιν ἱκανῆς. ὡς ἥ γε στύφουσα ποιότης, οὐ μόνον οὐδὲν ὀνίνησιν εἰς ὑποχώρησιν, ἀλλὰ καὶ στεγνοῦν πέφυκεν. ὅτι δὲ ἐναντίων δυνάμεων οὐκ ὀλίγα μετέσχηκεν σώματα, μεμάθηκας ἐν τοῖς περὶ τῆς τῶν ἁπλῶν φαρμάκων δυνάμεως ὑπομνήμασι. τεκμαίρομαι τοίνυν τὰ μόρα, δύναμιν ἔχειν ἐν ἑαυτοῖς τοιαύτην βραχεῖαν, ὁποία τοῖς καθαρτικοῖς μεγάλη ὑπάρχει, δι' ἣν οὐ μόνον ὑποχωρεῖ ῥᾳδίως, ἀλλὰ καὶ διαφθείρεται χρονίσαντα κατὰ

E τὴν γαστέρα. καὶ μὴ διαφθαρέντα, ὡς ἔφην, ὑγραίνει μὲν πάντως, ψύχει δὲ οὐ πάντως, εἰ μὴ ψυχρὰ ληφθείη. τροφὴν δ' ἐλαχίστην δίδωσι τῷ σώματι, παραπλησίως τοῖς πέποσιν, οὐ μὴν ἐμετικόν γέ τι προσέστιν αὐτοῖς οὐδὲ κακοστόμαχον, ὡς ἐκείνοις.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΒ'.

Περὶ κερασίων.

F ΤΑ τῶν κερασίων ἔνια μὲν ἔοικε τοῖς μόροις, ἐλαχίστην ἔχοντα στύψιν, ἔνια τοῖς βατίνοις σαφέστερον στύφοντα, τινὰ δὲ καὶ τούτων ἐστὶ στυπτικώτερα. ὥς τε καὶ περὶ τῆς δυνάμεως ἑκάστου τῶν εἰρημένων εἰδῶν, ἐκ τῶν λεγομένων ἐπὶ συκαμίνοις τε, καὶ βατίνοις ἔνεστί σοι τεκμήρασθαι.

A

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΓ'.

Περὶ τῶν τοῦ βάτου καρπῶν.

Τὸν τῶν βάτων καρπὸν ὀνομάζουσιν οἱ παρ' ἡμῖν ἄνθρωποι βάτινον, καθάπερ μόρα τε καὶ συκάμινα. καλοῦσι γὰρ ἑκατέρως αὐτά, ἔστι δὲ στυπτικώτερα τὰ βάτινα τῶν μόρων, κἂν πολλά τις αὐτὰ προσενέγκηται κεφαλαλγήσει. τινὲς δὲ καὶ στόμαχον ἀνιῶνται. διὸ χρὴ καλῶς ἐκπλύνειν, πρὶν ἐπιχειρεῖν προσφέρεσθαι τὸν καρπὸν τοῦτον, ὅπερ οὐχ ἥκιστα κἀπὶ τῶν συκαμίνων ἐστὶ ποιητέον. οὐ μὴν ὑπάγει γε τὰ κατὰ B τὴν κοιλίαν, ἀλλὰ μᾶλλον ἐπέχει, κἂν ἀωρότερά τις αὐτὰ ξηράνας ἀπόθηται, πολὺ μᾶλλον ἐφεκτικὰ γίνονται. πάντα γε μὴν ὅσα διὰ τοῦ χυλοῦ τῶν μόρων σκευάζεται φάρμακα, καὶ διὰ τούτων γινόμενα, δραστικωτέραν ἔχει τὴν δύναμιν.

CAPVT XIII.

De Rubi fructibus.

Rvborum fructum homines apud nos batinum appellant, quemadmodum mora, & sycamina: vtroque enim modo ipsa nominant. Sunt autem batina, quàm mora, magis adstringentia, & si quis largius iis vescatur, capitis dolorem sentiet: alii verò & stomacho anguntur, proinde fructum hunc abluamus oportet, priùs quàm mandere ipsum aggrediamur; quod maximè in sycaminis quoque est faciendum, non tamen ventrem subducunt, sed potius cohibent, & si quis immatura ipsa prius siccata reposuerit, multo etiam magis cohibebunt. Omnia tamen medicamenta, quæ ex mororum succo parantur, si facta ex iis quoque fuerint, facultatem habebunt efficaciorem.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΔ'.

Περὶ τῶν τοῦ κυνοσβάτου καρπῶν.

Ὁ τῶν κυνοσβάτων καρπός, μακρῷ στυπτικώτερός ἐστι τοῦ τῶν βάτων. καὶ διὰ τοῦτο, καὶ τῆς γαστρός ἐστιν ἐφεκτικώτερος. C ἐσθίουσι δ' οὖν αὐτὸν οἱ ἀγροῖκοι πολλάκις, ὀλίγην τροφὴν διδόντα τῷ σώματι, καὶ καλοῦσι κυνόσβατον.

CAPVT XIV.

De fructibus Canirubi.

Fructus canirubi multo magis, quàm ruborum adstringit, ob eámque causam ventrem magis cohibet. Vescuntur autem ipso frequenter rustici, exiguum alimentum corpori suggerente: vocántque canirubum.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΕ'.

Περὶ τῶν τῆς ἀρκεύθου καρπῶν.

Τὸν τῆς ἀρκεύθου καρπὸν ἀρκευθίδας ὀνομάζουσι δριμέα ἱκανῶς ὄντα μετὰ βραχείας γλυκύτητος, ἔτι τε βραχυτέρας στύψεως. ἔχει δέ τι καὶ ἀρωματίζον. εὔδηλον οὖν ὅτι θερμαίνει μὲν, καὶ διὰ τὴν δριμύτητα. πᾶν γὰρ ἐδείχθη τὸ δριμὺ D θερμαῖνον, οὐχ ἥκιστα δὲ καὶ διὰ τὴν ὀσμὴν, καὶ γεῦσιν ἀρωματιζούσας. πᾶν γὰρ ἄρωμα θερμόν. ἐκκαθαίρει δὲ καὶ τὰ κατ' ἧπάρ τε, καὶ νεφρούς, καὶ δηλονότι λεπτύνει τοὺς παχεῖς, καὶ γλίσχρους χυμούς· καὶ διὰ τοῦτο τοῖς ὑγιεινοῖς φαρμάκοις μίγνυται. τροφὴ δὲ ἐξ αὐτοῦ βραχεῖα τῷ τῶν ἀνθρώπων σώματι προστίθεται. πολλὰς δὲ εἴ τις αὐτὰς προσενέγκοιτο, δάκνουσί τε τὸν στόμαχον, καὶ τὴν κεφαλὴν θερμαίνουσι, καὶ κατὰ τοῦτο, καὶ πληροῦσιν ἐνίοτε, καὶ ὀδυνώδη ποιοῦσι. διαχώρησιν δὲ κατὰ τὴν κοιλίαν, οὔτ' ἐπέχουσιν, οὔτε προτρέπουσιν, οὖρα μὲν κινοῦσι μετρίως.

CAPVT XV.

De fructibus Iuniperi.

Fructus iuniperi, qui ἀρκευθὶς dicitur, acris est admodum cum exigua dulcedine, & minori præterea adstrictione, habet autem & aromaticum quiddam. Perspicuum igitur est, quòd calefacit quidem tum propter acrimoniam (demonstratum enim est acria omnia calefacere) tum autem maximè propter odorem, ac gustum aromatibus assimiles, omnia enim aromata calida. Hepar autem & renes purgat, & succos crassos, ac lentos videlicet tenuat, vnde medicamentis salubribus admiscetur. Alimentum autem ex ipso exiguum corpori hominum accedit, quòd si quis ipsum largius sumpserit, stomachum mordet, & caput calefacit, ob idque ipsum nonnunquam replet, doloribusque infestat. Ventris deiectionem nec proritat, nec cohibet, vrinas tamen mediocriter ciet.

E

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ιϛ'.

Περὶ τῶν τοῦ κέδρου καρπῶν.

Κεδρίδας ὀνομάζουσι τὸν τοῦ κέδρου καρπόν, ὁμοίας μὲν οὔσας ταῖς ἀρκευθίσι, κατά τε χρόαν, καὶ σχῆμα· καὶ γὰρ ὑπόξανθοι, καὶ στρογγύλαι, διαφέρουσι δὲ τῇ δριμύτητι. κινδυνεύει γὰρ ἤδη τοῦ γένους τῶν φαρμάκων ὁ καρπὸς οὗτος ὑπάρχειν, οὐδεμίαν τροφὴν τῷ σώματι διδούς, πλὴν εἴ τις αὐτὰς ἀποβρέξει ἐν ὕδατι. κοινὸν γὰρ τοῦτο πάντων τῶν δριμέων, ὥστε βραχεῖαν τροφὴν διδόναι τῷ σώματι, τῆς δριμύτητος αὐτῶν F ἐκλυθείσης. καὶ μέντοι καὶ σκληρότερός τε, καὶ ξηρότερός ἐστιν ὁ τῶν κέδρων καρπὸς τοῦ τῶν ἀρκεύθων. ὥσπερ ἀμέλει καὶ μικρότερος, οὐδὲν τὸ ἀρωματίζον ὁμοίως ἔχων. εὔδηλον οὖν ὅτι δακνώδης τέ ἐστιν ἱκανῶς τοῦ στομάχου, καὶ κεφαλαλγής, εἰ μὴ πάνυ τις ὀλίγον αὐτὸν προσενέγκοιτο.

CAPVT XVI.

De fructibus Cedri.

Fructus cedri, qui κεδρὶς dicitur, colore quidem, & figura fructui iuniperi est similis, subflauus enim est, ac rotundus; dissidet autem ab eo acrimonia, nec multum abest, quin fructus hic ex genere sit medicamentorum, quum nullum præbeat corpori alimentum, nisi quis aqua ipsum macerarit. Omnibus enim acribus, id est commune, vt soluta ipsorum acrimonia; exiguum alimentum corpori præbeant. Quinetiam cedrorum fructus, vt fructu iuniperi durior est, ac siccior, ita profectò exilior, nihil vt ille habens aromaticum. Perspicuum autem est, quòd & stomachum valdè mordicat, & capiti dolorem infert, nisi quis ipsum parcissimè sumpserit.

CAPVT XVII.

De nuce Pinea.

NVx pinea boni, ac crassi est succi, multúmque nutrit, non tamen facilè coquitur. Appellant autem nunc Græci ipsam non κῶνον, sed στρόβιλον.

CAPVT XVIII.

De fructu Myrti.

GRæci fructum hunc μύρτα nominant, nutritque tenuiter æquè, ac fructus iuniperi, facultatem tamen habet contrariam, quandoquidem valenter adstringit, & ob id ipsum aluum sistit, non tamen pro ratione adstrictionis, frigidus facultate est, propterea quòd adstrictionem habet non solam, sed acrimonia etiam quadam permixtam. Porrò cibis omnibus, qui qualitatem medicamentosam habent vehementem, est commune, vt quum eam qualitatem elixatione, aut assatione, aut maceratione deposuerint, exiguum corpori dent alimentum, priùs autem prorsus non nutriant: id enim ipsum, & cæpis, & porris accidit.

CAPVT XIX.

De Persicis.

FRuctum hunc, siue mala persica, siue (vt Græcis nunc mos est) simpliciter Persica appellare velis, siue aliud quoddam vetus nomen, præter hæc vestigare, potes id per magnum ocium facere. Nunc autem discas (quod nominibus ipsis erit vtilius) quòd scilicet ipsorum succus, & veluti caro facilè corrumpitur, prauáque omninò est, quocirca (quod quidam facere solent) non sunt post alios cibos mandenda, corrumpuntur enim in superficie natantia; sed in omnibus quæ praui quidem sunt succi, verùm humida sunt, ac lubrica, & quæ subduci facilè queant, id communiter tenendum, ea ob id ipsum ante alios cibos esse sumenda; ita enim fiet vt & citiùs subducantur, & aliis cibis viam muniant, quæ si sumpta postrema fuerint, vnà secum alia quoque corrumpent.

CAPVT XX.

De Armeniacis, ac Præcocibus.

HÆc quoque ex genere sunt Persicorum bonitate nonnihil illa superantia; neque enim in ventriculo, vt illa corrumpuntur, neque acescunt, vulgò autem suauiora apparent; vnde etiam stomacho sunt gratiora (cætera enim illis sunt similia) suauibus autem omnibus id inest; quemadmodum insuauibus, vt ventriculum resupinent, ac subuertant, & ad vomendum incitent, cupientem quamcelerrimè, quod infestat, abiicere, id quod facit pro momento eorum, quæ infestant, quæ enim vergunt deorsum, ea ipsa expellit; quæ verò supernatant, per vomitus eiicit, idem facit, & quum succi praui ex toto corpore in ipsum decumbunt; etenim qui ex iis in partem ventriculi superiorem confluunt, vomitu vacuantur; qui verò

A

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΖ΄.

Περὶ τοῦ τῶν κώνων καρποῦ.

ΕΥχυμος, καὶ παχύχυμος, καὶ τρόφιμός ἐστιν ὁ τοῦ κώνου καρπὸς, οὐ μὴν εὔπεπτος. καλοῦσι δὲ οἱ νῦν Ἕλληνες, οὐ κώνους, ἀλλὰ στροβίλους αὐτούς.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΗ΄.

Περὶ τοῦ τῶν μυρρινῶν καρποῦ.

B

ΜΥρτα καλοῦσι τὸν καρπὸν τοῦτον οἱ Ἕλληνες, ὁμοίως τε ἄτροφον ὄντα τῷ τῶν ἀρκεύθων, ἐναντίαν δὲ δύναμιν ἔχοντα. στύφει γὰρ ἰσχυρῶς, καὶ διὰ τοῦτο, καὶ τὴν κοιλίαν ἐπέχει, οὐ μὴν ἀνάλογόν γε τῇ στύψει, ψυχρός ἐστι τὴν δύναμιν, ὅτι μηδὲ μόνην ἔχει τὴν στύψιν, ἀλλά τι καὶ δριμύτητος αὐτῇ μέμικται. κοινὸν δὴ ἐπὶ πᾶσιν ἐδέσμασιν, ὅσα φαρμακώδη ἔχει τινὰ ποιότητα σφοδρὰν, ὅταν ἀπόθηται ταύτην ἑψήσεσιν, ἢ ὀπτήσεσιν, ἢ τέγξεσιν, ὀλίγην τροφὴν διδόναι τῷ σώματι, πρότερον οὐδ᾽
C ὅλως διδόντα, ταὐτὸ γὰρ τοῦτο, καὶ κρομμύοις, καὶ πράσοις συμβέβηκεν.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΘ΄.

Περὶ περσικῶν.

ΕΙτε μῆλα καλεῖν ἐθέλοις περσικὰ, τὸν καρπὸν τοῦτον, εἴθ᾽ ἁπλῶς περσικὰ, τοῖς νῦν Ἕλλησιν ὡσαύτως, εἴτ᾽ ἄλλο τι βούλει παλαιὸν ὄνομα ζητεῖν ἐπ᾽ αὐτοῖς, ἔξεστί σοι τοῦτο πράττειν μετὰ πολλῆς σχολῆς, ἤδη δὲ ἴσθι τὸ τῶν ὀνο-
D μάτων χρησιμώτερον, ὡς καὶ τούτων ὁ χυλός τε, καὶ οἷον σὰρξ εὔφθαρτός τέ ἐστι, καὶ πάντη μοχθηρὰ, ὥστε οὐ χρὴ καθάπερ ἔνιοι τελευταῖα τῆς ἄλλης τροφῆς αὐτὰ προσφέρεσθαι. διαφθείρεται γὰρ ἐπιπολάζοντα. μεμνῆσθαι δὲ χρὴ τοῦδε, κοινοῦ πάντων ὄντος. ὅσα κακόχυμα μὲν, ὑγρὰ δὲ καὶ ὀλισθηρὰ, καὶ ῥᾳδίως ὑπιέναι δυνάμενα, διὰ τοῦτο ἐσθίειν αὐτὰ πρότερον τῶν ἄλλων. οὕτω γὰρ αὐτὰ ταχέως ὑπέρχεται, κἀκείνοις ποδηγεῖ. τὰ δ᾽ ὕστατα ληφθέντα, συνδιαφθείρει καὶ τὰ ἄλλα.

E

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Κ΄.

Περὶ ἀρμενιακῶν, καὶ πρεκοκκίων.

ΕΝ τῷ περσικῶν γένει, καὶ ταῦτ᾽ ἐστι διαφοράν τινα αὐτῶν ἔχοντα πρὸς τὸ βέλτιον. οὔτε γὰρ ὁμοίως διαφθείρεται κατὰ τὴν κοιλίαν, οὔτ᾽ ὀξύνεται. φαίνεται δὲ τοῖς πολλοῖς ἡδίω, καὶ διὰ τοῦτο, καὶ εὐστομαχώτερα, τούτοις γὰρ τἄλλα ὁμοίως, ἡδέσι δὲ τοῦθ᾽ ὑπάρχει πᾶσιν, ὥσπερ τοῖς ἀηδέσιν ὑπτιάζειν τε, καὶ ἀνατρέπειν τὴν γαστέρα, καὶ πρὸς ἔμετον ἐρεθίζειν, ὀρεγομένην ὅτι τάχιστα τὸ λυποῦν ἀπορ-
F ρῖψαι. καὶ τοίνυν καὶ ποιεῖ τοῦτο, καὶ τὴν ῥοπὴν τῶν λυπούντων. ὅσα μὲν γὰρ κάτω ῥέπει, ταύτῃ διωθεῖται, τὰ δ᾽ ἐπιπολάζοντα, δι᾽ ἐμέτων ἐκβάλλει, ταὐτὸ τοῦτο κἀπὶ τῶν ἐξ ὅλου τοῦ σώματος εἰς αὐτὴν καταῤῥεόντων μοχθηρῶν χυμῶν ἐργαζομένη. καὶ γὰρ καὶ τούτων, ὅσοι μὲν εἰς τὴν ἄνω κοιλίαν συῤῥέουσιν, ἐκκενοῦνται δι᾽ ἐμέτων· ὅσοι δ᾽

εἰς τὴν κάτω, διάρροιαν ἐργάζονται. ὅτι δὲ βραχεῖα ταῖς ὀπώραις ἁπάσαις ὑπάρχει, λέλεκται πρόσθεν. ἔστι μὲν οὖν ἀμείνω τὰ πρεκόκκια καλούμενα τῶν Ἀρμενιακῶν. ὅσοι δὲ φεύγουσι τὴν τῶν πρεκοκκίων προσηγορίαν, Ἀρμενιακὰ μῆλα καλοῦσιν ἀμφότερα. τινὲς δὲ Ἀρμένια διὰ τεττάρων συλλαβῶν, οὐ διὰ πέντε.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΚΑ'.

Περὶ μήλων.

Ἔστι μὲν οὐχ ἓν αὐτῶν γένος, ὥσπερ οὐδὲ τῶν ἀπίων τε καὶ ῥοιῶν. ἔνια μὲν γὰρ αὐστηρὸν ἔχει χυμόν, ἔνια δ' ὀξὺν, ἢ γλυκύν. ἔστι δ' ἃ καὶ μικτὸν ἐκ τούτων, ὡς ἅμα τε γλυκέα φαίνεσθαι, καὶ στύφοντα, καί τινα ἕτερα μετὰ γλυκύτητος ὀξέα σαφῶς γίνεται, καὶ πρὸς τούτοις ἄλλα στρυφνὰ μετ' ὀξύτητος. εὕροις δ' ἄν ποτε, καὶ τῶν τριῶν χυμῶν ἔνια μετέχοντα σαφῶς, ὡς ὀξέα τε φαίνεσθαι, καὶ γλυκέα, καί τι καὶ στρυφνότητος ἔχειν. ὅτι δὲ μίαν ἑρμηνεύει ποιότητα τὰ τρία ταῦτα ὀνόματα χυμοῦ, τὸ στῦφον, καὶ αὐστηρὸν, καὶ στρυφνὸν πρόδηλον, ὅτι δὲ τὰ μὲν στρυφνὰ τῷ μᾶλλον στύφειν διαφέρει τῶν αὐστηρῶν, κοινὸν δ' αὐτῶν γένος ἐστὶ τὸ στῦφον, ἐν τῷ τετάρτῳ περὶ τῆς τῶν ἁπλῶν φαρμάκων δυνάμεως ἔμαθες, ἐν ᾧ περὶ τῆς τῶν χυμῶν οὐσίας τε, καὶ δυνάμεως ὁ λόγος ἐστίν. ἀναμνησθεὶς οὖν ἐκείνων, ὅσα μὲν στύφει μῆλα, ψυχρὸν ἴσθι ἔχειν, καὶ γεώδη χυμόν· ὅσα δ' ὀξέα φαίνεται, ψυχρὸν μὲν, ἀλλὰ λεπτομερῆ. μέσης δ' ἐστὶ κράσεως τὰ γλυκέα, πρὸς τὸ θερμότερον ῥέποντα, καθάπερ τὰ τελέως ἄποια, καὶ οἷον ὑδατώδη, πρὸς τὸ ψυχρότερον ἐγκεκλιμένα. χρήσῃ τοιγαροῦν κατὰ τὰς τῶν ἐπικρατούντων δυνάμεις χυμῶν, τοῖς μὲν αὐστηροῖς μήλοις, ὅταν ἤτοι διὰ δυσκρασίαν θερμὴν, ἢ ὑγρότητα πολλὴν, ἄτονος ἡ γαστὴρ ὑπάρχῃ. τοῖς στρυφνοῖς δὲ ὅταν ἰσχυρῶς αὐξηθῇ ταῦτα. τοῖς δ' ὀξέσιν, ὅταν ὑπολάβῃς ἐν αὐτῇ παχὺν ἠθροῖσθαι χυμὸν, οὐ πάνυ τι ψυχρόν. ὡς ὅ γε ψυχρὸς, οὐ τῶν ὀξέων, ἀλλὰ τῶν δριμέων δεῖται. τέμνει μὲν γὰρ ἄμφω πάχος χυμῶν, τά τ' ὀξέα, καὶ τὰ δριμέα, διαφέρει δὲ τῷ τὰ μὲν μετὰ ψύξεως, τὰ δὲ μετὰ θερμασίας τοῦτο δρᾶν. εὔδηλον δὲ ἐκ τῶν ἤδη πολλάκις εἰρημένων, ὡς τὰ μὲν στύφοντα τὰς κάτω διαχωρήσεις ἐπέχει διαπαντὸς, ὅσον ἐφ' ἑαυτοῖς. τὰ δ' ὀξέα χυμὸν μὲν εὑρόντα παχὺν ἐν τῇ γαστρὶ, τέμνει τε τοῦτον, ὑπάγει τε κάτω, καὶ διὰ τοῦτο ὑγραίνει τὰ διαχωρήματα· καθαρὰν δ' εὑρόντα τὴν κοιλίαν, ἐπέχει μᾶλλον αὐτήν. ὁ δὲ γλυκὺς ἄνευ δριμύτητός τε, καὶ πάχους, τουτέστιν ἐὰν ἀκριβῶς ᾖ μόνος, ἀναδίδοται μᾶλλον ὅσον ἐφ' ἑαυτῷ. δριμύτητα δ' ἔχων, ἢ πάχος ὑπέρχεται μᾶλλον. ἔστι δέ τι καὶ ἄλλο χυμοῦ γένος, οὐκ ἐν μήλοις μόνον, ἀλλὰ καὶ ἐν τοῖς ἄλλοις ἅπασιν, ὃ καλοῦσιν ὑδατῶδές τε καὶ ἄποιον, ὡς καὶ πρόσθεν εἶπον, ἥκιστα μὲν εὐστόμαχον, ἐν τῷ μέσῳ δὲ ὂν τῶν δηλωθεισῶν δυνάμεων, ὥσπερ καὶ τὸ ὕδωρ αὐτό. κακία δ' ἐστὶν ἐν μήλῳ τὸ τοιοῦτον, τὸ ἐπὶ τὴν ἐδωδὴν αὐτοῦ παραγινομένων, ἢ δι' ἡδονὴν τοῦτο πραττόντων, ἢ δι' ὠφέλειαν. ὅταν οὖν μήθ' ἡδέα φαγεῖν ᾖ τοιαῦτα, μήτε ῥώμην ἐντίθησι γαστέρι, καθάπερ τὰ στύφοντα, μήτ' ἴσχει ῥεομένην. εἰκότως ἀτιμάζεται, καθάπερ καὶ παρ' ἡμῖν γε

A in inferiorem, pariunt diarrhœam. Porrò quod fructus omnes autumnales exigui sint alimenti, dictum id nobis priùs fuit. Præcocia tamen, quæ vocant, armeniacis sunt præstantiora; qui tamen præcocium nomen fugitant, vtraque mala armeniaca appellant, alii verò armenia, per quatuor syllabas, non quinque.

CAPVT XXI.

De Malis.

B GEnus horum non est simplex quomodo neq; pyrorum, neque punicorum, quædam enim sunt quæ saporem habent austerum; alia acidum aut dulcem; nonnulla etiam ex iis mixtum, apparentque & dulcia simul & astringentia. Præterea alia quædam cum dulcedine manifestum habent acorem; ad hæc alia cum acore acerbitatem. Inuenias autem interdum & quæ hos tres sapores simul habeant euidentes adeò, vt acida appareant & dulcia, acerbitatisque habeant nonnihil. Perspicuum autem est, quòd adstringens, austerum, & acerbum tria hæc nomina saporis, qualitatem vnicam significant. Quòd verò acerba quidem in eo ab austeris C differant quòd valentius astringant (commune autem ipsorum genus est astringens) ex quarto libro De simplicium medicamentorum facultate didicisti, in quo de saporum substantia ac facultate tractauimus. Memor igitur illorum, scito mala quidē quæ astringunt, succum habere frigidum ac terreū; quę verò acida apparent, frigidum quidem, verùm tenuium esse partium; mediæ autem temperiei esse dulcia, quæ tamen ad calidius vergunt; quemadmodum quæ omnis qualitatis sunt expertia ac veluti aquosa, ad frigidius inclinant. His igitur vteris pro vincenti in saporibus facultate; austeris quidem pomis quum ventriculus vel propter calidam intemperiem, vel multam humiditatem fuerit imbecillus; acerbis autem, quum duo hæc aucta admodum fuerint; acidis quando succum crassum non magnopere frigidum, suspicaberis in ipso esse collectum, quandoquidem succus frigidus non acida sed acria postulat. Vtraque certè & acida & acria succos crassos incidunt; in eo tamen differunt, quòd hæc quidem cum calefactione, illa autem cum refrigeratione id præstent. Perspicuum porrò ex iis quæ sæpe iam diximus est, quòd adstringentia quidem, quantum in ipsis est, alui deie-E ctiones semper cohibent; acida verò quum succum crassum in ventre inuenerint, ipsum incidunt ac deorsum subducunt, ob idque deiectiones humectant, quòd si vētrem purum inuenerint, ipsum magis sistunt. Porrò succus dulcis quum sine acrimonia & crassitie, id est, quum solus planè fuerit, aptiùs quantùm in ipso est, distribuitur, quòd si acrimoniam aut crassitiem habuerit, faciliùs subducitur. Est autem & aliud succi genus non in pomis modò, verùm etiam in aliis omnibus, quod aqueum & qualitatis expers appellant, vt antea quoque diximus, quod stomachum quidem minimè iuuat, in medio autem est memoratarum fa-F cultatum, quemadmodum & aqua ipsa. Inest autem pomo eiusmodi id vitium, quòd quum ad mādendum ipsum aut voluptate aut vtilitate adducantur, quando neque gustu iucundum ipsum, neque quemadmodum adstringentia, robur ventri inducere, neque fluentē ipsum sistere competiunt, meritò contemnunt, quemadmodū & apud nos quidē

in multis Asiæ locis, suibus ipsum proiicimus, Πλατανίστινα appellantes, quòd tenera platanorum folia gustu quodammodo repræsentet. Cæterùm ab optimis etiam in toto genere malis, priusquam in arboribus maturuerint, cauendum est; concoctu enim sunt difficilia & frigida tardéque permeant, & praui sunt succi, vt interim omittam, quòd succum etiam habent frigidum ac leuiter crassum. Quæ verò bellè matura in hyemem, & ver proximum asseruant, ea sæpè in morbis maximum afferunt præsidium, vel cataplasmatis modò cum farina admota, aut in calidis cineribus mediocriter assata, aut pulchrè in aquæ bullientis vaporibus percocta, cæterùm post cibum statim dare ipsa conuenit; nonnunquam autem & cum pane ad ventriculum & stomachum roborandum iis, qui deiecta sunt appetentia tardéque concoquunt, quique vomitu, diarrhœa, ac dysenteria infestantur. In hunc vsum acerba sunt apta: parata enim vt iamiam præcepi, mediocrem retinent astrictionem; quum si mediocriter austera fuissent, in eiusmodi apparatu astrictionem omnem deposuissent, ob idque similia iis euadunt, quæ ab initio sunt aquea.

CAPVT XXII.

Quî fiat vt esus pomorum aut pyrorum astringentium, ventrem quibusdam deiiciat.

QVum autem quosdam audiuissem qui dicerent, ventrem sibi ab esu astringentium subduci, satius esse putaui quæ de eo ratione atque experientiâ sæpè cognouissem, hoc loco semel fusiùs explicare. Quum Protas rhetor quidam, ciuis noster narraret, ventrem sibi post esum pomorum, ac pyrorum austerorum deiici, re intellecta, atque in ipso per experientiam comprobata, audaciùs postea in aliis id ipsum sum expertus. rogaui enim hominem, vt mecum, vel vnum diem viueret, vt scirem, quo tempore, & quàm multis vesceretur astringentibus; ac primùm hominem statim sum hortatus, vt more suo viueret, néve vlla in re consuetam sibi victus rationem immutaret. Ipse autem quum post balneum, paucula aqua præbibita, fœnum græcum, radiculam, & id genus alia (quæ ante cibos omnes ferè sumere consueuerunt) similiter & ipse sumpsisset, vinúmque dulce, quantitate mediocri, adbibisset, comedit deinceps maluas cum oleo, & garo, & pauco vino, & post illa piscis quidpiam, suillæ, & auis; deinde, quum secundo bibisset, pauco tempore intermisso sumpsit pyra austera, postea ad deambulandum progressi, non multum deambulauimus, quum venter illi maiorem in modum est solutus. Quæ quum essem conspicatus, pactus sum amico, vt postridie, quæ ad suam victus rationem pertinerent, mihi committeret, qui quum mihi promptè esset assensus, prima omnium post balneum, pyra exhibui, deinde alia deinceps, vt consueuerat; quibus peractis, non modò non vehementer, sed ne mediocriter quidem aluum deiecit. Mirabatur sanè (vt par est) rei euentum, causamque eius à me sciscitabatur; cui ego hæc quæ nunc referam exposui. Nam quum garum, inquam, vnà cum iis, quæ cum eo sumpseras, aluum suaptè natura subducat, idque iam ante feceris, astringentia postremo loco sumpta iis potissimum, qui stomachum habent imbecillum, deiectionis sunt causa, ventriculum roborantia,

A τῆς Ἀσίας πολλαχόθι τοῖς ὑσὶν αὐτὰ ῥίπτομεν, πλατάνιστα καλοῦντες, ἐπειδὴ παραπλήσιά πως ἐστὶ γευομένοις τοῖς ἁπαλοῖς φύλλοις τῶν πλατάνων. φυλάττεσθαι δὲ χρὴ, καὶ τὰ κάλλιστα τῶν ἄλλων μήλων, πρὶν ἐπὶ τῶν δένδρων πεπανθῆναι. δύσπεπτα γάρ ἐστι, καὶ ψυχρὰ, καὶ βραδύπορα, καὶ κακόχυμα, μετὰ τοῦ καὶ ψυχρὸν, καὶ παχὺν ἀτρέμα τὸν χυμὸν ἔχειν. ὅσα δὲ καλῶς πεπανθέντα φυλάττουσιν εἰς τὸν χειμῶνα, καὶ τὸ μετ' αὐτὸν ἔαρ, ὠφελιμώτατα γίνονται πολλάκις ἐν νόσοις, ἢ τῷ περιπλασθέντα σταιτὶ, ἢ καὶ κατὰ θερμὴν σποδιὰν ὀπτηθέντα συμμέτρως, ἢ ἐφ' ὕδατος ζέοντος ἀτμῷ καλῶς ἑψηθέντα. B διδόναι δ' αὐτὰ χρὴ μετὰ τὴν τροφὴν εὐθέως, ἐνίοτε δὲ καὶ μετ' ἄρτου, ῥώμης τε γαστρὸς ἕνεκα, καὶ στομάχου τοῖς ἀνορέκτοις τε, καὶ βραδυπεπτοῦσιν, ἐμετικοῖς τε, καὶ διαῤῥοιζομένοις, καὶ δυσεντερικοῖς. ἐπιτήδεια δὲ εἰς τοιάνδε χρείαν ἐστὶ τὰ στρυφνά. συμμετρίαν γὰρ ἴσχει τῆς στύψεως, ὡς εἶπον ἄρτι παρασκευασθέντα, τῶν μετρίως αὐστηρῶν ἅπασαν ἀποτιθεμένων τὴν στύψιν ἐν τῇ τοιαύτῃ παρασκευῇ, καὶ διὰ τοῦτο παραπλησίων γιγνομένων τοῖς ἐξ ἀρχῆς ὑδατώδεσιν.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΚΒ'.

C *Κατὰ δὴ τίνα λόγον ἐνίοις ἡ τῶν στυφόντων μήλων, ἢ ἀπίων ἐδωδὴ λαπάττει τὴν γαστέρα.*

ΕΠειδὴ δέ τινων ἤκουσα λεγόντων ὑπέρχεσθαι τὴν κοιλίαν αὐτοῖς ἐπὶ τῇ τῶν στυφόντων ἐδωδῇ, βέλτιον ἐνόμισα, καὶ περὶ τούτου διελθεῖν ἐπὶ πλέον ἅπαξ ἐν τῷδε, τά τε διὰ τοῦ λόγου, καὶ τῆς πείρας ἡμῖν ἐγνωσμένα πολλάκις. ἐπειδή τινος Πρώτα ῥήτορος, ἡμετέρου πολίτου λέγοντος ἐπὶ τῇ τῶν αὐστηρῶν ἀπίων τε, καὶ μήλων ἐδωδῇ λαπάττεσθαι τὴν κοιλίαν, ἐνόησα τὸ γινόμενον, ἐπαγαγών τε τὴν ἐκ τῆς πείρας βάσανον αὐτῷ, μετὰ ταῦτ' ἤδη θαῤῥαλεώτερον ἐπ' ἄλλων D ἐπὶ τὴν αὐτὴν πεῖραν ἧκον. ἠξίωσα γὰρ ὁμοδίαιτόν μοι γενέσθαι τὸν ἄνδρα κἂν μιᾶς ἡμέρας, ὅπως ἴδοιμι πηνίκα τε καὶ πόσα προσφέρεται τὰ στύφοντα, καὶ κατά γε τὴν πρώτην εὐθέως, ὡς εἴθιστο διαιτηθῆναι παρεκάλουν αὐτὸν, ὑπαλλάξαντα μηδὲν ὅλως τῶν κατὰ τὴν δίαιταν. ὁ δὲ μετὰ τὸ λουτρὸν, ὕδατος οὐ πολὺ προπιὼν, εἶτα τῆλίν τε, καὶ ῥαφανίδα, καὶ ὅσα τοιαῦτα τοῖς πλείστοις εἴθισται προσφέρεσθαι πρὶν ἄλλου τινὸς γεύσασθαι, καὶ αὐτὸς ὁμοίως προσενεγκάμενος, ἐπιπιὼν δὲ σύμμετρον οἴνου γλυκέος, ἐφεξῆς ἔφαγε δι' ἐλαίου καὶ E γάρου μαλάχας, μικρὸν ἐχούσας οἴνου, καὶ μετὰ ταῦτα ἰχθύος τι, καὶ χοιρείου κρέατος, καὶ ὄρνιθος. εἶτα πιών που καὶ δεύτερον, ὀλίγον δὲ διαλιπὼν ἐπέφαγεν ἀπίους τε αὐστηρούς. κἄπειτα προελθόντων ἡμῶν ἐπὶ τὸ περιπατεῖν, ὀλίγα τε περιπατησάντων ὑπῆλθεν ἀξιολόγως ἡ γαστὴρ αὐτῷ. θεασάμενος οὖν ταῦτα ἐγὼ, συνεθέμην τῷ φίλῳ, κατὰ τὴν ὑστεραίαν ἐμοὶ πάλιν ἐπιτρέψαι τὰ κατὰ τὴν δίαιταν. ἑτοίμως δὲ πεισθέντι, πρώτους ἀπολουσαμένῳ ἔδωκα μετὰ βαλανεῖον ἀπίους φαγεῖν. εἶτα τἄλλα ἐφεξῆς, ὡς εἰώθει, καὶ τούτων οὕτω γενομένων, οὐχ ὅπως ἀξιολόγως, ἀλλ' οὐδὲ μετρίως ἀπέκρινεν ἡ F γαστήρ. ἐθαύμαζεν οὖν εἰκότως τὸ γενόμενον. ἤρετό τ' ἐμὲ τὴν αἰτίαν αὐτοῦ, κἀγὼ διῆλθον αὐτῷ ταῦτα τὰ νῦν εἰρησόμενα. τοῦ γάρου γὰρ, ἔφην, σὺν τοῖς ἅμ' αὐτῷ ληφθεῖσιν ὑπάγειν πεφυκότος τὴν γαστέρα, καὶ τοῦτ' ἤδη προειργασμένου, τὰ στύφοντα τελευταῖα ληφθέντα, καὶ μάλιστα τοῖς ἀτόνοις τὸν στόμαχον, αἴτια γίγνονται τῆς ὑπαγωγῆς, ῥωννύντα τε τὴν γαστέρα,

καὶ προτρέποντα διωθεῖσθαι κάτω τὰ περιεχόμενα κατ' αὐτήν. μᾶλλον δ' ἄν, ἔφην, πεισθείης τοῦτο, λαβὼν ἐπὶ τῆς ὑστεραίας, ἁπάντων μὲν πρῶτα τὰ στύφοντα· δεύτερα δ' ἐπ' αὐτοῖς τὰ κρεώδη, καὶ πάντων τελευταῖα, τὰ δι' ἐλαίου τε, καὶ γάρου προσφερόμενα. μηδαμῶς εἶπεν, ἐμέσαιμι γὰρ ἂν αὐτίκα, μαλάχας ὑστάτας ἐπιφαγὼν μετ' ἐλαίου καὶ γάρου. κάλλιστα, ἔφην, εἶπες, ἀνατρέπει γὰρ ταῦτα τὴν γαστέρα, καὶ μάλιστα αὐτῆς τὸ στόμα, τὸ πρὸς ἁπάντων ἤδη συνήθως στόμαχος ὀνομαζόμενον. ἐπιρρωννύουσι δὲ, καὶ τονοῦσι τὰ στύφοντα, διὸ κἂν ἄλλος τις χυμὸς αὐτὴν ἀνατρέπῃ, καθάπερ εἴωθεν ἐνίοις ὠχρὰ χολὴ πλείων ἀθροισθεῖσα, τοῦτο ποιεῖν, γευσάμενός τινος τῶν στυφόντων ὁ οὕτως διακείμενος, εὐθέως ἐκκρινεῖ κάτω τὸν ἀνιῶντα χυμόν. εἶτα ἔδειξά τινα τῶν νεανίσκων αὐτῷ, πρὸ ἡμερῶν ὀλίγων εἰληφότα μὲν ἕνεκα τοῦ καθαρθῆναι σκαμμωνίας ὀπόν, ἤδη δὲ ὡρῶν γεγονυιῶν ἐπὶ τῇ προσφορᾷ πέντε, καὶ μηδεμιᾶς ἐκκρίσεως ἠκολουθηκυίας, θλίβεσθαι μὲν λέγοντα τὸν στόμαχον, ἐπῆρθαι δὲ καὶ βαρύνεσθαι τὴν γαστέρα, καὶ διὰ τοῦτο ὠχριᾶν τε, καὶ ἀπορεῖσθαι, καί μοι κοινώσασθαι τὰ κατέχοντα συμπτώματα αὐτόν· ὅπως οὖν ἰασάμην τὸν ἄνθρωπον, ἄκουσον, ἔφην, αὐτὸν τὸν νεανίσκον. καὶ δὴ καὶ παρέχον αὐτῷ παρόντα τε, καὶ διηγούμενον. ὡς ἐγὼ μὲν ἐκέλευσα μήλου στύφοντος, ἢ ῥοᾶς, ἢ ἀπίου βραχύ τι φαγεῖν. ὁ δ' ἅμα τῷ καταπιεῖν, εὐθέως ἀπηλλάγη τῶν ὀχληρῶν, ἐκκρινάσης ἀθρόως αὐτῷ πάμπολλα τῆς γαστρός. ἴσθι τοίνυν, ἔφην τῷ ῥήτορι, καί σοι τοῦτο συμβαῖνον, ὅταν ἐπιφάγῃς τὰ στύφοντα, διὰ τὴν ἀτονίαν τῆς γαστρὸς ὅλης, καὶ τοῦ στομάχου. ὁ δὲ καὶ μᾶλλον, εἶπε, τοῦτο ἀληθὲς εἶπες. ἔστι τε γάρ μοι φύσει τοιοῦτος ὁ στόμαχος, ἀνατρέπεταί τε ῥᾳδίως ἐπὶ τοῖς τυχοῦσιν, ἐγώ τε τότε μᾶλλον προσφέρομαι τῶν αὐστηρῶν τι μετὰ τὴν τροφήν, ὅταν αἰσθάνωμαι ποθ' ὕπτιον ἱκανῶς αὐτὸν γεγονότα, ἤδη πλησίον ἔχοντα ναυτίας, αὕτη σοι ἡ κατὰ τὸν ῥήτορα διήγησις αὐτάρκης εἰς γνῶσιν ἔστω, τοῦ λαπάττεσθαι τὴν γαστέρα, τοῖς ἄτονον ἔχουσι τὸν στόμαχον, ὅταν ἐπιφαγῶσί τι τῶν στυφόντων.

A & ad expellendum deorsum, quæ in sese continet incitantia; quod magis (inquam) fatebere, si cras prima omnium astringentia sumpseris, secunda autem post illa carnosa; omnium postrema, quæ cum oleo, & garo manduntur. Minime, inquit, repente enim vomerem, si maluas vltimas cum oleo, & garo manderem. Optime inquam, respondisti; illa enim ventriculum subuertunt, & potissimum os ipsius, quod iam omnes stomachum vocare consueuerunt; astringentia verò roborant, ac firmant; quo fit vt siquis alius succus ventriculum subuerterit (quod solet bilis pallida efficere, in quibus copiosior est aceruata) qui sic B est affectus, siquod astringentium gustarit, succum infestantem repentè deorsum excernet. Deinde ostendi ei iuuenem quendam, qui narrabat, quum paucis diebus ante, purgandi gratia, succum scammonij sumpsisset, & horis quinque post sumptum medicamentum iam præterlapsis, nulla secuta esset excretio, stomachum quidem sibi premi, ventriculum autem intumescere, ac grauari cœpisse, quas ob res pallidum se attonitumque, atque animi incertum, symptomata, quibus infestabatur, mihi communicasse. Quónam igitur modo hominem sanauerim, audi, inquam, iuue- C nem ipsum. Tum protinus præsentem ei exhibui, ac narrantem, vt ego imperarim sibi exiguum quiddam mali astringentis, aut punici, aut pyri manderet; ipse autem simul, atque comedisset, malis statim fuerit liberatus copiosissimâ ac confertâ ex ipsius ventre facta excretione. Scito igitur (dixi rhetori) tibi quoque idem contingere, quum propter ventriculi totius, ac stomachi imbecillitatem, astringentia postremo loco sumpseris. Tum ille verissimum, inquit, est quod dixisti; talis enim mihi natura est stomachus, faciléque à quibusuis subuertitur; ego verò post cibum studiosius austerum quidpiam esito, tunc quum ipsum D supinum admodum esse sentio, adeò vt propè iam nauseet. Ex hac de rhetore narratione satis intelligere poteris iis qui stomachum habent imbecillum, ventrem deiici, quum postremis epulis astringentium quidquam sumpserint.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΚΓ'.

Περὶ κυδωνίων, καὶ στρουθιομήλων.

Ἐξαίρετόν τι παρὰ τὰ ἄλλα μῆλα τούτοις ὑπάρχει, στύψιν τε πλείονα κεκτημένοις, καὶ τὸν χυλὸν ἔχουσι μόνιμον, εἴ τις ἑψήσας αὐτὸν σὺν μέλιτι, φυλάττειν ἐθέλοι· τῶν δ' ἄλλων μήλων ὁ χυλός, ὀξύνεται κείμενος, ὑγρότητα πολλὴν ἔχων ψυχράν. ἡμεῖς δὲ καὶ τὸ διὰ τοῦ χυλοῦ τῶν στρουθομήλων φάρμακον, ἐπιτηδειότατον τοῖς ἀνορέκτοις, οὐκ ἐν φανερῷ κατὰ τύχην κείμενον, ὕστερόν ποτ' εὕρομεν ἐτῶν ἑπτὰ μεταξὺ γεγονότων, οὐδεμίαν ἐσχηκότος μεταλλαγὴν τῆς ποιότητος. ἐπεποιήκει δὲ κατὰ τὸ στόμα τοῦ ἀγγείου πυκνὸν ἐπίπαγον, οἷα καὶ μέλιτι πολλάκις ἐπιπήγνυται, καὶ ἄλλοις τισί, καὶ χρὴ φυλάττειν αὐτὸν ἐπικείμενον, ὅταν ἐθέλῃς ἀμετάβλητον ἐπὶ πλεῖστον διαμεῖναι τὸ φάρμακον, ἢ τὸ μέλι. τοῦτο μὲν οὖν εἰρήσθω μοι κατὰ τὸ πάρεργον, οὗ δ' ἕνεκα ἐμνημόνευσα τοῦ μὴ διαφθαρέντος ἐν χρόνῳ πλείονι φαρμάκου, πάλιν ἀναλήψομαι. μόνιμος ὁ τῶν στρουθίων μήλων χυλός ἐστιν, ὅταν καλῶς σκευασθῇ, καθάπερ καὶ ὁ τῶν κυδωνίων,

CAPVT XXIII.

De Cydoniis, & Strathiomelis.

His pomis exiguum quiddam, quod in aliis non inuenitur inest. Nam præterquam quod E astrictionem habent copiosiorem, succus etiam eorum diu durat, ac permanet, siquis ipsum cum melle coctum asseruare velit: quum aliorum pomorum succus, si reponatur, acescat, propterea quòd multam habet humiditatem frigidam. Nos autem & medicamentum, quod ex succo struthiomelorum conficitur, quodque iis qui deiectam habent appetentiam, est accommodatissimum, quum fortè in loco conspicuo non esset positum, tandem post annos septem inuenimus, nihil in qualitate immutatum; crustam enim in ore vasculi densam fecerat, cuiusmodi in melle sæpenume- F ro, & aliis quibusdam accrescit, quam seruare incumbentem conueniet, si velis pharmacum, aut mel diutissimè citra mutationem seruare. Atque id mihi obiter sit dictum; cuius autem rei gratia, medicamenti, quod longiore tempore mansit incorruptum, memini, denuò id resumam. Permanens est struthiorum malorum succus quando paratus rectè fuerit, quemadmodum & cydoniorum; verùm

verùm hic minùs est suauis, & maximè astringens; quocirca ad ventriculi admodum exoluti robur vti eo aliquando possimus. In Iberia autem edulium componunt, quod μηλοπλακοῦντα appellant, quod adeò durat, vt patinæ recentes ipso refertæ Romam afferantur. Componitur autem ex melle, & carne læuigata cocta cum melle. Nostrum verò medicamentum, quod iis, qui deiectam habent appetentiam, comparatur, non ex melle solo, & malorum succo, sed piperis albi habet quidpiam, & zingiberis & aceti. Non tamen iam plura de eo verba facere conuenit, quum alibi de eo absolutè tractauerimus.

A ἀλλ' ἧττον ἐστὶν ἡδὺς παρ' αὐτό, καὶ μάλιστα στύφων ὥστ' εἴη ἄν ποτε, καὶ τούτου χρεία πρὸς ῥῶσιν ἱκανῶς ἐκλύτου γαστρός. ἐν Ἰβηρίᾳ δὲ τὸ καλούμενον μηλοπλακοῦντα συντιθέασιν ἔδεσμα μόνιμον οὕτως, ὡς εἰς Ῥώμην κομίζεσθαι μεστὰς αὐτοῦ λοπάδας καινάς. σύγκειται δὲ ἐκ μέλιτός τε, καὶ σαρκὸς λελειωμένης ἑφθῆς ἅμα τῷ μέλιτι. τὸ δ' ἡμέτερον φάρμακον τὸ τοῖς ἀνορέκτοις σκευαζόμενον, οὐκ ἐκ μόνου μέλιτος, καὶ χυλοῦ μήλων ἐστίν, ἀλλὰ καὶ πεπέρεως ἔχει τι λευκοῦ, καὶ ζιγγιβέρεως, καὶ ὄξους. οὐ μὴν νῦν γε καιρὸς αὐτοῦ τῆς διδασκαλίας ἐστὶν, ἑτέρωθι τελέως εἰρημένης.

B

CAPVT XXIV.

De Pyris, & Punicis.

QVæ de malis diximus, si ad pyra, & punica transtuleris, nihil erit, quod nos de ipsis nouum dicere oporteat. Etenim in his quoque alia sunt austera tantùm, vel acerba; alia acida: alia dulcia, alia ex horum mixtione composita, & alia, quæ nullam penitus huiuscemodi qualitatem habent exuperantem; quo fit vt quum aquea sint, ac hebetia, omnis facultatis roborandi sint expertia. Pyrorum igitur vsus pomorum vsui omninò est similis. Punica verò cætera quidem sunt similia, in eo tamen discrepant, quòd nunquam cum farina macerata assentur, neque in aqua, aut vapore elixentur. Succum autem habent pyris, & pomis copiosiorem, & præterea gustu suauiorem eo, qui est in illis succo. Sunt autem interdum prædictis duobus fructibus vtiliora, tum ad alios affectus, tum ad eum cuius Hippocrates libro secundo De morbis vulgaribus meminit his verbis; *Mulier cardialgia torquebatur, nec priùs malum est sedatum, quàm polenta succo punici aspersa, semel in die vteretur, reliquis cibis abstinens: neque amplius vomitu reiiciebat, qualia Cheron Charitonis filius.* Perspicuum certè est, quod vitioso humore partes ad os ventriculi (quod certè cor etiam appellant) attinentes imbuente, mulier erat nauseabunda cardialgiáque torquebatur. Nam verbum καρδιώσσειν nil aliud significat, quàm symptoma, quod mordicationi stomachi succedit. Hunc certè humorem polenta quidem exiccauit; succus autem punici cum ea sumptus ventriculum roborauit adeò, vt humorem in tunicis ipsis contentum expellere potuerit. Punica quidem quàm minimum corpori præbent alimentum, vt ipsis nunquam ceu alimento, sed tantum vt medicamento egeamus. Pyra verò & potissimum, quæ magna sunt (vocant autem ipsa apud nos fœminino genere μνάδας) aliquantulum nutriunt. Proinde in tenues orbes ipsa secantes & postea exiccantes reponunt, quæ elixa vice ciborum parum nutrientium, hyeme & vere, quum fames est mandunt. Attici quidem priorem syllabam ῥοιῶν scribunt sine iota, Iones verò cum iota, verùm id nihil ad hominum vitam affert commodi; quemadmodum neque in οὔων sorbis, quæ Græci quidem omnes huius nostræ memoriæ sic nominant; Attici autem cum υ pronunciare ipsa permittunt. Speculationem igitur de nominibus illis relinquentes, de facultate ipsius fructus disputabimus.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΚΔ'.

Περὶ ἀπίων καὶ ῥοιῶν.

Α περὶ μήλων εἶπον, ἅπαντα μεταφέρων ἐπὶ τὰς ἀπίους τε, καὶ ῥοιάς, οὐδενὸς ἔτι νεωτέρου περὶ αὐτῶν ἑτέρου δεήσῃ λόγου. καὶ γὰρ ἐν ταύταις ἔνιαι μὲν αὐστηραὶ μόνον, ἢ στρυφναὶ φαίνονται, καθάπερ γέ τινες μὲν ὀξεῖαι, τινὲς δὲ γλυκεῖαι, τινὲς δὲ ἐκ τῆς τούτων μίξεως συγκείμεναι, καί τινες ὅλως οὐδεμίαν ἔχουσαι τοιαύτην ἐπικρατοῦσαν
C ποιότητα, καὶ διὰ τοῦτο ὑδατώδεις τε, καὶ ἀμβλεῖαι οὖσαι, ῥωστικὸν οὐδὲν ἔχουσι. τῶν μὲν οὖν ἀπίων ἡ χρῆσις, ὁμοία κατὰ πᾶν ἐστὶ τῇ τῶν μήλων. αἱ ῥοιαὶ δὲ τὰ μὲν ἄλλα παραπλησίως, οὐδέποτε δ' οὐδ' ὀπτῶνται μετὰ σταιτὸς, οὐδ' ἕψονται δι' ὕδατος, ἢ ἐν ἀτμῷ. χυλὸν δὲ ἔχουσι πλείονα μήλων τε καὶ ἀπίων, ἔτι δὲ πρὸς τούτῳ, τὴν γεῦσιν ἡδίω ὄντα μᾶλλον τοῦ κατ' ἐκεῖνα χυλοῦ. γίνονται δέ ποτε χρησιμώτεραι τῶν καρπῶν ἐκείνων εἰς ἄλλα τέ τινα, καὶ τὸ πρὸς Ἱπποκράτους εἰρημένον ἐν Ἐπιδημιῶν δευτέρῳ, κατὰ τήνδε τὴν ῥῆσιν. γυνὴ ἐκαρδιάλγει, καὶ οὐδὲν καθίστη πρὶν ἐς ῥοιᾶς χυ-
D λὸν ἄλφιτον ἐπιπάσσουσα, καὶ μονοσιτίῃ ἤρκεσε, καὶ οὐκ ἀνήμεεν οἷα τὰ Χαρίωνος. εὔδηλον οὖν ὅτι μοχθηρῶν χυμῶν τὰ κατὰ τὸ στόμα τῆς γαστρὸς, ὃ δὴ καὶ καρδίαν ὀνομάζουσι, διαβρεξάντων, ἡ γυνὴ ναυτιώδης τε, καὶ καρδιαλγὴς ἦν, οὐδὲν γὰρ οὐδ' ἄλλο τι τὸ καρδιώσσειν ὄνομα σημαίνει, τοῦ γινομένου συμπτώματος ἐπὶ τῷ στομάχῳ δακνομένῳ. τοῦτον οὖν τὸν χυμὸν ἐξήρανε μὲν τὸ ἄλφιτον, ὁ δὲ τῆς ῥοιᾶς χυλὸς ἅμ' αὐτῷ λαμβανόμενος ἐρρώννυε τὴν κοιλίαν, ὡς ἀποτρίψασθαι δύνασθαι τὸν ἐν τοῖς χιτῶσιν αὐτῆς περιεχόμενον χυμόν. τροφὴν δὲ τῷ σώματι παρέχουσιν αἱ μὲν ῥοιαὶ παντάπασιν ἐλαχίστην,
E ὡς οὐδέποτ' αὐτῶν, ὡς τροφῆς χρῄζομεν, ἀλλ' ἐν φαρμάκου μοίρᾳ μόνον. αἱ δ' ἄπιοι, καὶ μάλιστα αἱ μεγάλαι, καλοῦσι δ' αὐτὰς μνάδας οἱ παρ' ἡμῖν, ἔχουσί τι καὶ θρέψιμον, ὥστε καὶ τέμνοντές τε αὐτὰς εἰς κυκλίσκους λεπτούς, καὶ ξηραίνοντες ἀποτίθενται. προσφέρονται δὲ κατὰ τὸν χειμῶνα, καὶ τὸ ἔαρ ἕψοντες, ὅταν ᾖ λιμὸς ἐν χρείᾳ σιτίων ὀλιγοτρόφων. οἱ δ' Ἀττικοὶ μὲν ἄνευ τοῦ ἰῶτα, τὴν προτέραν τῶν ῥοιῶν ἔχουσι συλλαβὴν μᾶλλον. οἱ Ἴωνες δὲ μετὰ τοῦ ἰῶτα. χρήσιμον δὲ οὐδὲν ἔχει τῷ βίῳ τῶν ἀνθρώπων, ὥσπερ οὐδ' ἐπὶ τῶν οὔων, ἃ νῦν μὲν οὕτως ὀνομάζουσι πάντες Ἕλληνες, οὐ συγχωροῦσι
F δὲ οἱ Ἀττικίζοντες, μετὰ τοῦ υ λέγειν αὐτά. καταλιπὼν οὖν ἐκείνοις τὴν περὶ τῶν ὀνομάτων σκέψιν, περὶ τῆς δυνάμεως καρποῦ διαλέξομαι.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΚΕ΄.

Περὶ μεσπίλων, καὶ οὔων.

Καὶ τούτων ὁ αὐτὸς λόγος ἐστὶ τοῖς προειρημένοις, στύφει μὲν γὰρ ἄμφω, πολὺ δὲ μᾶλλον οὔων τὰ μέσπιλα. διὸ καὶ συμφορώτατον ἔδεσμα ἐστὶ ῥεούσῃ γαστρί. ἡδίω δ' αὐτῶν πρὸς ἐδωδὴν τὰ οὖα, τὴν ἀρχὴν γὰρ οὐδέν τι στρυφνὸν ἔχει τοῖς μεσπίλοις ὁμοίως, ἀλλ' ἔστιν ὁ κατ' αὐτὰ χυμὸς αὐστηρὸς, ἄνευ τοῦ στρυφνὸς εἶναι. πρόδηλον δ' ὅτι τῶν τοιούτων ἁπάντων ὀλίγον ἐσθίειν προσήκει, οὐχ ὡς σύκων, ἢ σταφυλῶν δαψιλῶς· οὐδὲν γὰρ ὡς τροφῆς αὐτῶν, ἀλλ' ὡς φαρμάκων μᾶλλον δεόμεθα. ταῦτά σοι χρησιμώτερα τοῦ γνῶναι, τὴν προτέραν συλλαβὴν τοῦ τῶν οὔων ὀνόματος, ὑπὸ τῶν παλαιῶν Ἀθηναίων, διὰ μόνου τοῦ ο, γράμματος γράφεσθαί τε, καὶ λέγεσθαι.

A

CAPVT XXV

De Mespilis, & Sorbis.

Qvæ de prædictis diximus, eadem de his quoque sunt dicenda. Ambo enim astringunt; verùm mespila multò valentius, quàm sorba; proinde ventri fluenti cibus est vtilissimus. Sorba tamen in cibo ipsis suauiora; omninò enim nihil habent astringens æquè, ac mespila, sed ipsorum succus est austerus sine vlla acerbitate. Liquet autem, quòd omnibus huiuscemodi parcè est vescendum, non autem affatim, vt vuis ac ficubus;
B nullo enim ipsorum, vt alimento, sed vt medicamento potiùs indigemus. Hæc tibi sunt vtiliora, quàm scire priorem syllabam nominis οὔων à veteribus Atheniensibus per literam ο tantum scribi, & pronunciari.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Κϛ΄.

Περὶ τοῦ τῶν φοινίκων καρποῦ.

Εἴτε βαλάνους φοινίκων ἐθέλεις ὀνομάζειν τὸν καρπὸν αὐτῶν, εἴθ' ὁμωνύμως ὅλῳ τῷ δένδρῳ φοίνικας, ὥσπερ ἔθος ἐστὶν ἤδη πᾶσι τοῖς Ἕλλησιν, οὐδὲν οὔτε βλαβήσῃ κατ' οὐδέτερον, οὔτ' ὠφεληθήσῃ, πρὸς τὴν τῆς δυνάμεως γνῶσιν. ἔστι δ' ἐν αὐτοῖς οὐ μικρὰ διαφορά. τινὲς μὲν γὰρ ξηροί τέ εἰσι καὶ στύφοντες, ὥσπερ οἱ Αἰγύπτιοι, τινὲς δὲ μαλακοὶ, καὶ ὑγροὶ, καὶ γλυκεῖς, ὥσπερ οἱ καρυωτοὶ καλούμενοι, κάλλιστοι δ' οὗτοι γίνονται, κατὰ τὴν Παλαιστίνην Συρίαν ἐν Ἱεριχοῦντι. μεταξὺ δὲ ἀμφοτέρων τῶν εἰρημένων γενῶν, οἱ ἄλλοι πάντες εἰσὶ φοίνικες. δύσπεπτοι δὲ εἰσὶ, καὶ κεφαλαλγεῖς, οἱ μὲν μᾶλλον, οἱ δὲ ἧττον ὄντες ὑγροί τε, καὶ γλυκεῖς, καὶ ξηροὶ, καὶ στύφοντες, ἀλλὰ τῶν ἄκρων ἀφορισθέντων, εὐφορώτατον ἤδη σοι τὸ μέσον ἔσται πᾶν. οὐδεὶς γοῦν αὐτῶν ἐστιν, ὃς οὐ γλυκύτητά τινα, καὶ στύψιν ἔχει, καὶ γὰρ τῷ καρυωτῷ μέτεστι βραχείας στύψεως, καὶ τῷ Θηβαϊκῷ γλυκύτητος ἀμυδρᾶς. ἀλλ' ὁ μὲν γλυκὺς χυμὸς ἐδείχθη θρέψιμος, ὁ δ' αὐστηρὸς εὐστόμαχός τε καὶ γαστρὸς ἐφεκτικός. ἅπαντες δὲ οἱ φοίνικες, δύσπεπτοί τέ εἰσι καὶ κεφαλαλγεῖς, πλείονες βρωθέντες. ἔνιοι δὲ καὶ δήξεώς τινος αἴσθησιν ἐμποιοῦσι τῷ στόματι τῆς κοιλίας, ὃ στόμαχον ὀνομάζουσιν οἱ ἰατροί. ὁ δ' ἀπ' αὐτῶν εἰς τὸ σῶμα ἀναδιδόμενος χυμὸς, παχὺς μὲν πάντως ἐστὶν, ἔχει δέ τι καὶ γλίσχρον, ὅταν ᾖ ὁ φοῖνιξ λιπαρὸς, ὥσπερ ὁ καρυωτός. ὅταν δὲ τῷ τοιούτῳ χυμῷ γλυκύτης μιχθῇ, τάχιστα μὲν ὑπ' αὐτοῦ τὸ ἧπαρ ἐμφράττεται. βλάπτεται δὲ τὸ φλεγμαῖνον, καὶ σκιρρούμενον ἐσχάτως ὑπὸ τῆς ἐδωδῆς αὐτῶν. ἐφεξῆς δὲ τῷ ἥπατι, καὶ ὁ σπλὴν ἐμφράττεται, καὶ βλάπτεται. πολὺ δὲ δὴ μάλιστα βλάπτουσιν οἱ χλωροὶ φοίνικες εἰς ἅπαντα, βραχὺ πλέονες ἐδεσθέντες. εὔδηλον δ' ὅτι θερμότερον μὲν ἔχουσι τὸν χυμὸν οἱ γλυκεῖς, ψυχρότερον δὲ οἱ στύφοντες, ἀλλὰ καὶ φύσης ἐμπιπλᾶσιν οἱ χλωροὶ φοίνικες, ὥσπερ καὶ τὰ σῦκα· τὴν αὐτὴν γὰρ ἀναλογίαν ἔχει τὰ σῦκα πρὸς τὰς ἰσχάδας, ἣν οἱ χλωροὶ φοίνικες πρὸς τοὺς ἄλλους. ἐν δὲ ταῖς μὴ πάνυ θερμαῖς χώραις, οὐ πεπαίνονται τελέως οἱ φοίνικες, ὡς εἰς ἀπόθεσιν γίνεσθαι χρήσιμοι, καὶ διὰ τοῦτο χλωροὺς ἀναγκαζόμενοι δαπανᾶν αὐτοὺς, ὠμῶν τε χυμῶν ἐμπίμπλανται, καὶ ῥίγεσι δυσεκθερμάντοις ἁλίσκονται, καὶ καθ' ἧπαρ ἐμφράξεις ἔχουσι.

CAPVT XXVI.

De fructu Palmæ.

Fructum palmæ, siue glandes appellare velis, siue palmas, eodem cum tota arbore nomine
C (vt iam Græcis omnibus mos est) neutro modo aut nocueris aut proderis ad facultatis ipsius cognitionem. Non parua autem in ipsis est differentia: quædam enim sunt siccæ, & adstringentes, vt Ægyptiæ; aliæ molles & humidæ, & dulces, vt quæ caryotæ appellantur; præstantissimæ autem hæ in Syria Palestina nascuntur in Hierichonte. Reliquæ omnes palmæ inter dicta duo genera sunt mediæ. Difficiles autem sunt concoctu, capitique dolorem inferunt; quarum aliæ quidem magis; aliæ minus sunt humidæ, ac dulces, siccæ, atque astringentes. Verùm constitutis extremis, iam omne, quod in medio est, facillimè deprehendes. Nulla certè ex ipsis est, quæ non dulcedinem quandam, & astrictionem habeat; siquidem caryotæ, exiguæ astrictionis; Thebaicæ, obscuræ dulcedinis sunt participes. At succum quidem dulcem nutrire: austerum autem, gratum esse stomacho, & ventrem sistere ostendimus. Palmæ autem, si largiùs sumantur, omnes concoctu sunt difficiles, & capiti dolorem afferunt, quædam autem & morsus cuiusdam sensum ori ventriculi incutiunt, quod medici stomachum appellant. Succus autem qui ab ipsis in corpus distribuitur, crassus quidem omninò est; habet autem & lentoris
E quidpiam, quum palma ipsa pinguis fuerit, sicuti caryotæ, quum autem dulcedo tali succo mixta fuerit, celerrimè quidem hepar ab ipsa obstruitur, læditur autem maximè ab ipsorum esu, quando aut inflammatione, aut scirrho obsidetur; post hepar autem, & lien obstruitur, ac læditur. Multò autem maxime palmæ virides, si paulò largius sumantur, ad omnia sunt noxiæ. Perspicuum porrò est, quòd dulces quidem succum habent calidiorem; astringentes autem frigidiorem, quin & palmæ virides, quemadmodum & ficus, flatus gi-
F gnunt; nam palmæ virides eandem habent ad alias palmas proportionem, quam ficus habent ad caricas. In regionibus autem non admodum calidis palmæ non perfectè maturescunt adeò, vt reponi queant; quo fit vt quum homines cogantur ipsis viridibus vesci, crudis succis impleantur, rigoribusque, qui ægrè calefiant, & hepatis obstructionibus prehendantur.

CAP.

A

CAPVT XXVII.

De Oliuis.

PErexiguum quidem & ipsæ corpori præbent alimentum, & potissimùm caducæ, quas vulgò fere cum pane; sine pane autem mandunt cum garò ante alios cibos, ventris subducendi gratia quas ἁλμάδας, & κολυμβάδας appellant. Porrò quemadmodum caducæ pinguedinis habent plurimum, ita hæ succum astringentem, proinde stomachum roborant, & appetentiam excitant. Aptæ autem ad hanc rem sunt, quæ cum aceto reponuntur, quas artis obsonatricis periti variè præparant; cuius artis nolim medicum omninò esse ignarum: nam quod suauius est, facilius iis, quæ ex æquo sunt salubria, concoquitur, verùm non est nunc dicendi locus, neque de opsonatricis speculationis peritia, neque de arte ipsa; alius enim locus ipsis est proprius.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΚΖʹ.

Περὶ ἐλαιῶν.

ΟΛίγην μὲν πάνυ καὶ αὗται τροφὴν διδόασι τῷ σώματι, καὶ μάλιστα αἱ δρυπεπεῖς. ἐσθίουσι δὲ οἱ ἄνθρωποι ταύτας μὲν σὺν ἄρτῳ μᾶλλον, ἄνευ δὲ ἄρτου τὰς ἁλμάδας τε, καὶ κολυμβάδας ὀνομαζομένας, ἕνεκα γαστρὸς ὑπαγωγῆς, μετὰ γάρου πρὸ τῶν σιτίων, ὥσπερ δὲ αἱ δρυπεπεῖς πλεῖστον λιπαρὸν, οὕτως αὗται τὸν στύφοντα χυμὸν ἔχουσι. διὸ καὶ ῥωννύουσί τε B τὸν στόμαχον, ἐπεγείρουσί τε τὴν ὄρεξιν. ἐπιτήδειοι δέ εἰσιν εἰς τοῦτο, αἱ μετ᾽ ὄξους ἀποτιθέμεναι. πολυειδῶς δ᾽ αὐτὰς σκευάζουσιν οἱ τὴν ὀψαρτυτικὴν ἐμπειρίαν ἀσκήσαντες, ἧς οὐδ᾽ αὐτῆς παντάπασιν ἀμαθῶς ἔχειν ἀξιῶ τὸν ἰατρόν. ἄμεινον γὰρ εἰς τὴν πέψιν ἐστὶ τῶν ἴσως ὑγιεινῶν τὸ ἥδιον. ἀλλ᾽ οὐ νῦν καιρὸς, οὔτε τῆς ἐμπειρίας τῆς κατὰ τὴν ὀψαρτυτικὴν θεωρίαν, οὔτε τῆς τέχνης ἐστίν· ἴδιος γὰρ λόγος ἀνάκειται αὐταῖς.

CAPVT XXVIII.

De Nucibus.

C QVidam nuces regias appellant eas, quæ nunc nuces ab omnibus nominantur. Sunt & aliæ quædam, quæ λεπτοκάρυα appellantur, prædictis multo minores, quas nonnulli ponticas, seu auellanas vocitant. Multus autem ambarum est vsus. Alimentum corpori præbent exiguum, copiosius tamen pontica nuncupata, quàm nux regia, quod ipsius substantia sit coactior, ac minùs oleosa, regiæ autem laxior est, continētque in seipsa plus pinguitudinis, habet tamen, & astringentis qualitatis non exiguum, quæ tandem procedente tempore marcescit, tota ipsius substantia in succum pinguem transmutata adeò vt cibo prorsus sit inepta, quòd sua pinguitudine oleo veteri assimilis appareat. Cæterùm quæ viridis adhuc est, ac humida, neque astringentis qualitatis, neque oleosæ conspicuè est particeps, sed magis quodammodo est qualitatis expers quod saporis genus aqueum (vt dixi) vocare consueuimus. Coquitur tamen hæc nux facilius quàm pontica, stomachóque est gratior, & multò magis quando cum caricis manditur. Traditum autem à plerisque medicis est, hominem à pharmacis lethalibus nihil magnopere læsum iri, si vtrasque has ante alios cibos cum ruta sumpserit. Liquet præterea quòd humida quidem apta ad deiectionem est; sicca verò minus. Plerique autem ventris subducendi gratia cum garo etiam ipsam præsumunt, in quem vsum viridis est accommodatior, vt quæ astringentis qualitatis minùs sit particeps, quin & siccarum quoque, si prius (quod nonnulli faciunt) in aqua fuerint maceratæ, facultas viridibus est assimilis.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΚΗʹ.

Περὶ καρύων.

ΒΑσιλικὰ τινὲς ὀνομάζουσι κάρυα, ταῦτα τὰ νῦν ὑπὸ πάντων ὀνομαζόμενα κάρυα. καλεῖται δὲ καὶ ἄλλα τινὰ λεπτοκάρυα, πολλῷ μικρότερα τούτων, ἃ προσαγορεύουσιν ἔνιοι Ποντικά. πολλὴ δὲ ἀμφοτέρων ἡ χρῆσίς ἐστιν, οὐ πολλὴν τροφὴν διδόντων τῷ σώματι. πλείων δ᾽ ὅμως ἐστὶν ἐν τῷ Ποντικῷ λεγομένῳ, τοῦ ἐν τῷ βασιλικῷ καρύῳ, καὶ γὰρ καὶ πεπίληται μᾶλλον ἡ οὐσία αὐτοῦ, καὶ ἧττον ἐλαιώδης ἐστίν. ἡ δὲ τοῦ καρύου χαυνοτέρα ἐστὶ, καὶ πλέον ἔχουσα τὸ λιπαρὸν ἐν ἑαυτῇ. μετέχει δὲ καὶ τῆς στυφούσης ποιότητος οὐκ ὀλίγον, ἥτις ἐν τῷ χρόνῳ προϊόντι D μαραίνεται, μεταπιπτούσης ὅλης αὐτοῦ τῆς οὐσίας, εἰς τὸν λιπαρὸν χυμὸν, ὥστε καὶ τελείως ἄβρωτον γίνεσθαι, διὰ τὸ παραπλήσιον ἐλαίῳ παλαιῷ τῇ κατ᾽ αὐτὸ λιπαρότητι φαίνεσθαι. τὸ δὲ χλωρὸν ἔτι, καὶ ὑγρὸν, οὔτε τῆς στυφούσης σαφῶς μετέχει ποιότητος, οὔτε τοῦ ἐλαιώδους. ἀλλ᾽ ἔστιν ἄποιόν πως μᾶλλον, ὅπερ ὑδατῶδες καλεῖν, ὡς ἔφην, εἰθίσμεθα. πέττεταί γε μὴν μᾶλλον τὸ κάρυον, τοῦ λεπτοκαρύου, καὶ μᾶλλον εὐστομαχώτερόν ἐστι, καὶ πολὺ μᾶλλον ὅταν σὺν ἰσχάσιν ἐσθίηται. γέγραπται δὲ ὑπὸ πολλῶν ἰατρῶν, ὡς ἐὰν ἄμφω ταῦτα πρὸ τῶν ἄλλων σιτίων λαμβάνωνται μετὰ πηγάνου, μηδὲν ὑπὸ τῶν θανασίμων φαρμάκων, μέγα E βλαβήσεσθαι τὸν ἄνθρωπον. εὔδηλον δ᾽ ὅτι καὶ τὸ μὲν ὑγρὸν, πρὸς διαχώρησιν ἔτι ἐπιτήδειόν ἐστι, τὸ δὲ ξηρὸν ἧττον ἐπιτήδειον. οὐκ ὀλίγοι δὲ καὶ μετὰ γάρου προσλαμβάνουσιν αὐτὸ, γαστρὸς ὑπαγωγῆς ἕνεκεν. εἰς τοῦτο δ᾽ ἐπιτήδειόν ἐστι τὸ χλωρὸν, ὡς ἧττον τῆς στυφούσης μετέχον ποιότητος, ἀλλὰ καὶ τῶν ἤδη ξηρῶν προαποβρεχομένων ἐν ὕδατι, καθάπερ ἔνιοι ποιοῦσιν, ἡ δύναμις παραπλησία τοῖς χλωροῖς ἐστι.

CAPVT XXIX.

De Amygdalis.

F AMygdalæ nihil prorsus habent facultatis astringentis, sola enim tenuandi facultas ac detergendi in eis præpollet, qua tum viscera purgant, tum humores è pulmonibus, ac thorace sputis expectorant; quædam autem ipsarum facultatem habent succos crassos,

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΚΘʹ.

Περὶ ἀμυγδάλων.

ΟΥδ᾽ ὅλως μετέχει ταῦτα τῆς στυφούσης ποιότητος· ἐπικρατεῖ γὰρ ἐν αὐτοῖς ἡ λεπτυντική τε, καὶ ῥυπτικὴ μόνη δι᾽ ἣν ἐκκαθαίρει τὰ σπλάγχνα, καὶ τὰς ἐκ πνεύμονός τε, καὶ θώρακος ἀναπτύσεις τῶν ὑγρῶν ἐργάζεται. τινὰ δ᾽ αὐτῶν, οὕτως ἐπικρατοῦσαν ἔχει τὴν τμητικὴν τῶν παχέων τε, καὶ

γλίσχρων ὑγρῶν δύναμιν, ὡς μηδὲ βρωθῆναι δύνασθαι, A διὰ τὴν πικρότητα, τῆς γε μὴν ἐλαιώδους τε, καὶ λιπαρᾶς μετέχει ποιότητος, ὥσπερ καὶ τὰ κάρυα, δι᾽ ἣν καὶ αὐτὰ τοῦ χρόνου προϊόντος, ἐλαιηρὰ γίγνεται, καθάπερ ἐκεῖνα, βραχυτέρα δ᾽ αὐτοῖς ἐστιν ἡ ποιότης ἥδε τῆς ἐν τοῖς καρύοις. διὸ καὶ μετὰ χρόνον πλείονα τῶν καρύων ἐλαιηρὰ φαίνεται γινόμενα. δῆλον οὖν ἐκ τούτων ἐστὶν, ὡς οὔτε πρὸς ὑπαγωγὴν γαστρὸς ὑπάρχει χρήσιμα, τροφήν τε τῷ σώματι δίδωσιν ὀλίγην. ὅσα δ᾽ ἐπικρατοῦσαν ἱκανὴν ἔχει τὴν πικρὰν ποιότητα, ταῦτα ἐκ θώρακός τε καὶ πνεύμονος ἀναπτύσεις πύου τε, καὶ τῶν παχέων, καὶ γλίσχρων χυμῶν ἐστι χρησιμώτατα. τῶν δὲ μηδεμίαν μὲν τέχνην ἠσκηκότων τῷ βίῳ χρήσιμον, Ἀττικίζοντας δὲ καλούντων ἑαυτοὺς, B ἔνιοι μὲν ἀμυγδάλας θηλυκῶς ἀξιοῦσι λέγεσθαι τὸν καρπὸν τοῦτον, ἔνιοι δὲ οὐδετέρως ἀμύγδαλα, μηδ᾽ αὐτὸ τοῦτο γινώσκοντες, ὃ σπουδάζουσιν, ὡς ἄμφω τὰ ὀνόματα παρὰ τοῖς Ἀττικοῖς ἀνδράσι γέγραπται.

ac lentos incidendi adeò exuperantem, vt mandi præ amarore nequeant; oleosæ tamen, ac pinguis qualitatis, vt nuces, sunt participes; cuius causa & ipsæ procedente tempore fiunt, vt illæ oleosæ; minor tamen eis inest hæc qualitas, quàm in nucibus, quo fit vt tardiùs quàm nuces, oleosæ fieri cernantur. Ex his sanè intelligi potest, quòd neque ventri subducendo conferunt, neque corpus multùm nutriunt. Quæ verò qualitatem amaram habent præpollentem, eæ ad pus, & succos crassos, ac lentos ex thorace, & pulmonibus expuendos plurimum conferunt. Eorum verò qui nullam artem ad vitam vtilem excoluerunt, sed seipsos appellant Atticos, alij fructum hunc genere fœminino amygdalas enunciari oportere contendunt; alij neutro amygdala; ne id ipsum quidem de quo tantopere contendunt, intelligentes, vtroque nomine apud viros Atticos scriptum esse.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Λ'.

Περὶ πιστακίων.

Γεννᾶται μὲν κατὰ τὴν μεγάλην Ἀλεξάνδρειαν ταῦτα, C πολὺ πλείω δ᾽ ἐν Βερροίᾳ τῆς Συρίας, τροφὴν μὲν ὀλίγην ἔχοντα, χρήσιμα δ᾽ εἰς ἥπατος ῥῶσιν ἅμα, καὶ κάθαρσιν τῶν ἐμπεφραγμένων κατὰ τὰς διεξόδους αὐτοῦ χυμῶν, μετέχει γὰρ ὑποπίκρου, καὶ ὑποστυφούσης ποιότητος ἀρωματιζούσης. ἴσμεν δὲ καὶ ἄλλα πολλὰ τῶν τοιούτων, ἥπατι χρησιμώτατα. καθάπερ ἐν τῇ τῶν ἁπλῶν φαρμάκων ἐδείχθη πραγματείᾳ. στομάχῳ δὲ, οὔτε ὠφέλειαν, οὔτε βλάβην ἀξιόλογον ἐξ αὐτῶν ἔχω μαρτυρεῖν, ὥσπερ οὐδὲ ὑπαγωγὴν γαστρὸς, ἢ στάσιν.

CAPVT XXX.

De Pistaciis.

HÆc quidem ad magnam Alexandriam proueniunt, sed multò vberiora in Berrhœa vrbe Syriæ, parum quidem nutrientia, verùm ad hepar roborandum, & succos in ipsius viis infarctos purgandos vtilia; qualitatem enim habent aromaticam, subamaram, & subastringentem. Scio autem & alia huiuscemodi pleraque hepati esse vtilissima, quemadmodum in opere De simplicibus medicamentis est demonstratum. Porrò non ausim affirmare, vllam ex ipsis stomacho accedere vtilitatem, aut læsionem insignem; quemadmodum neque quòd aluum deiiciant aut sistant.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΛΑ'.

D

Περὶ κοκκυμήλων.

Σπανίως ἂν εὕροις αὐστηρὸν, ἢ ὀξὺν, ἢ ὅλως τινὰ ἀηδίαν ἔχοντα τὸν καρπὸν τοῦτον, ὅταν ἀκριβῶς πεπανθῇ. πρὶν γὰρ ἐς τοῦτ᾽ ἀφικέσθαι σχεδὸν ἅπαντες, οἱ μὲν ὀξύτητος, οἱ δὲ στρυφνότητος, ἔνιοι δὲ καὶ πικρότητος ἐμφαίνουσι, τροφὴν μὲν οὖν ἐλαχίστην ἐκ τοῦ καρποῦ τούτου τὸ σῶμα λαμβάνει, χρήσιμος δέ ἐστι τοῖς ὑγραίνειν τε, καὶ ψύχειν τὰ μέτρια τὴν γαστέρα προαιρουμένοις. ὑπάγει δ᾽ αὐτὴν καὶ ταῦτα, διά τε τὴν ὑγρότητα, καὶ γλισχρότητα, καθάπερ καὶ ἄλλα E τινὰ τῶν προειρημένων. ὑπάρχει δ᾽ αὐτοῖς, καὶ ξηρανθεῖσιν, εἶναι χρησίμοις, ὥσπερ καὶ τοῖς σύκοις, καὶ δόξαν ἔχει πολλὴν, ἄριστα τῶν ἄλλων εἶναι τὰ κατὰ Συρίαν ἐν Δαμασκῷ γινόμενα, δεύτερα δ᾽ ἐπὶ τούτοις τὰ κατὰ τὴν Ἰβηρίαν τε καὶ Ἰσπανίαν ὀνομαζομένην. ἀλλὰ ταῦτα μὲν οὐκ ἐμφαίνει τινὸς στύψεως, τὰ Δαμασκηνὰ δὲ, καὶ πάνυ πολλῆς ἔνια. κάλλιστα δ᾽ αὐτῶν εἰσιν, ὅσα μετρίως στύφοντα μεγάλα τε καὶ χαῦνα· τὰ δὲ σμικρὰ, καὶ σκληρὰ, καὶ στρυφνὰ, μοχθηρὰ πρός τε τὴν ἐδωδήν ἐστι, καὶ πρὸς τὴν τῆς γαστρὸς ὑπαγωγὴν, ἥτις ἀκολουθεῖ μάλιστα τοῖς ἀπὸ τῆς Ἰβηρίας. ἑψόμενα δ᾽ ἐν μελικράτῳ, F πλέον ἔχοντι μέλιτος, ἱκανῶς λαπάττει τὴν γαστέρα, κἂν μόνα τις αὐτὰ φάγῃ, καὶ πολὺ μᾶλλον, ἐὰν ἐπιρροφήσῃ τοῦ μελικράτου. πρόδηλον δὲ ὅτι συντελεῖ γαστρὸς ὑπαγωγῇ, μετὰ τὴν προσφορὰν αὐτῶν ἐπιπίνειν τι γλυκέος οἴνου, καὶ διαλιπεῖν τινα χρόνον, οὐκ εὐθέως ἀριστᾶν ἐπ᾽ αὐτοῖς. ἀλλὰ καὶ τοῦτο

CAPVT XXXI.

De Prunis.

RAro inuenias hunc fructum austerum, aut acidum, aut in summa insuauitatem aliquam habere, quum maturus exactè fuerit; priùs enim quàm pruna eo maturitatis peruenerint, omnia propemodum, aut acorem, aut acerbitatem, aut amarorem repræsentant. Corpori itaque ex hoc fructu minimum alimenti accedit, vtilis tamen est iis, quibus propositum est ventrem mediocriter humectare, ac refrigerare; ipsum autem non aliter, quam prædictorum quædam, subducit tum humiditate sua, tum lentore. Siccatus verò & ipse potest esse vsui, quemadmodum & ficus. Fama est ea pruna omnium esse præstantissima, quæ in Damasco vrbe Syriæ nascuntur, secunda autem post illa esse, quæ in ea regione, quam Iberiam, ac Hispaniam nominant, proueniunt; verùm hæc quidem nihil astrictionis præ se ferunt, nonnulla verò Damascenorum, vel plurimum. Optima autem inter ipsa sunt, quæ cum mediocri astrictione magna sunt, & laxa; quæ autem exigua sunt, & dura, & acerba, praua sunt, tum si esum spectes, tum si alui deiectionem, quæ maximè sequitur ea, quæ ex Iberia afferuntur. Cocta autem in melicrato, in quo plusculum sit mellis, aluum admodum deiiciunt, etiam si quis sola ipsa sumpserit, & multò magis, si post ipsa melicratum sorpserit. Perspicuum autem est, quòd ad aluum deiiciẽdam confert, post sumpta ipsa, vinum dulce adhibere, temporisque aliquid interponere, non autem statim post prandere. Atque etiam

id

id omnibus, quæ aluum deiiciunt commune memoria est tenendum, quemadmodum & alia, quæ pluribus speciebus sunt communia, ne de iisdem sæpe audire postules.

A κοινὸν ἁπάντων, ὅσα λαπάττει γαστέρα μνημονευέσθω σοι, καθάπερ τ᾽ ἄλλα, ὅσα κοινὰ πλειόνων εἰδῶν ἐστι, μὴ δεομένῳ πολλάκις ἀκούειν περὶ αὐτῶν.

CAPVT XXXII.

De Sericis seu iuiubis appellatis.

NE hæc quidem ausim affirmare quicquam ad sanitatis tutelam, aut morborum profligationem pertinere; mulierum enim atque infantium intemperantium est edulium, quod exigui est alimenti, ac concoctu difficile; & præterquam quòd stomachum non iuuat, parum etiam alimenti corpori exhibet.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΛΒ'.

Περὶ τῶν καλουμένων σηρικῶν.

ΟΥδὲ τούτοις ἔχω τι μαρτυρῆσαι, πρὸς ὑγείας φυλακήν, ἢ νόσων ἴασιν, ἔδεσμα γάρ ἐστι γυναικῶν τε, B καὶ παιδίων ἀκρατιώτων, ὀλιγότροφόν τε, καὶ δυσάπεπτον ὑπάρχον· ἅμα τῷ μηδ᾽ εὐστόμαχον εἶναι, τροφὴν δηλονότι καὶ αὐτὰ δίδωσιν ὀλίγην τῷ σώματι.

CAPVT XXXIII.

De Ceratiis.

CEratia quorum tertia syllaba per litteram t & scribitur, & pronunciatur, nihil habent cum cerasiis per s scriptis similitudinis. Est autem praui succi edulium, ac lignosum; quam rem necessariò sequitur, vt concoctu sit difficile; nihil enim quod lignosum est, facilè coquitur, quin etiam incommodum id ipsis inest haudquaquam aspernandum, quòd non celeriter deiiciantur. Proinde satius esset à regionibus orientalibus, in quibus nascitur, ad nos non aduehi.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΛΓ'.

Περὶ κερατίων.

ΤΑ κεράτια, διὰ τοῦ τ, γράμματος λεγομένης τε, καὶ γραφομένης τῆς τρίτης συλλαβῆς, οὐδὲν ἔοικε τοῖς διὰ τοῦ σίγμα κερασίοις. ἔστι δὲ ἔδεσμα κακόχυμόν τε, C καὶ ξυλῶδες, ἐξ ἀνάγκης δέ, καὶ δυσάπεπτον. οὐδὲν γὰρ ξυλῶδες, εὔπεπτον. ἀλλὰ καὶ τῷ μὴ διαχωρεῖσθαι ταχέως, οὐ σμικρὸν αὐτοῖς ὑπάρχει κακόν. ὥστ᾽ ἄμεινον ἦν αὐτὰ μηδὲ κομίζεσθαι πρὸς ἡμᾶς, ἐκ τῶν ἀνατολικῶν χωρίων ἐν οἷς γίνεται.

CAPVT XXXIV.

De Cappare.

CApparis planta est fruticosa, plurima in Cypro proueniens. Facultas autem ipsi inest tenuium admodum partium; quo fit vt quemadmodum & alia omnia, quæ tenuium sunt partium, minimum alimenti in corpus eorum, qui ipsa vescuntur distribuat. Vtimur autem fructu huius plantæ magis vt medicamento, quàm vt alimento. Sale etiam conspersus ad nos defertur, propterea, quòd putrescit, si solus reponatur. Perspicuum sanè est quòd capparis adhuc viridis quidem prius quàm saliatur, plus habet alimenti, ex salitura autem amittit quamplurimum; omnique alimento, nisi sal eluatur, prorsus quidem destituitur, aluum tamen subducit; quòd si abluatur, & quoad facultatem omnem ex sale deposuerit, maceretur, minimi quidem alimenti fiet edulium; erit tamen ceu opsonium, ac medicamentum ad appetentiam quæ collapsa fuerit, excitandam accommodatum; præterea ad pituitam, quæ in ventre habetur, detergendam, ac subducendam, expurgandásque lienis, & hepatis obstructiones, vti autem ad eas res oportet ante alios omnes cibos ex oxymelite, vel oxelæo. Huius etiam plantæ teneros surculos non aliter, quàm terebinthi, mandunt, virides adhuc, vt huius, in aceto simul & muria, aut aceto solo condentes.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΛΔ'.

Περὶ καππάρεως.

ΘΑμνῶδές ἐστι φυτὸν ἡ κάππαρις, ἐν Κύπρῳ πλείστη D φυομένη. δύναμις δ᾽ αὐτῆς ἐστι λεπτομερὴς ἱκανῶς, καὶ διὰ τοῦτο τροφὴν ἐλαχίστην ἀναδίδωσιν, εἰς τὸ τῶν ἐσθιόντων αὐτὴν σῶμα, καθάπερ καὶ τ᾽ ἄλλα πάντα, ὅσα λεπτομερῆ. χρώμεθα δὲ ὡς φαρμάκῳ μᾶλλον, ἢ ὡς τροφῇ τῷ τοῦ φυτοῦ καρπῷ. κομίζεται καὶ πρὸς ἡμᾶς ἁλσὶ διαπασθεῖσα, διὰ τὸ σήπεσθαι μόνη ἀποτιθεμένη. εὔδηλον οὖν ὅτι χλωρὰ μὲν ἔτι πρὶν ταριχευθῆναι, πλέον ἔχει τροφῆς· ἐκ δὲ τῆς ταριχείας, ἀπόλλυσι πάμπολυ, καὶ γίνεται χωρὶς μὲν τοῦ τοὺς ἅλας ἀποπλυθῆναι, παντάπασιν ἄτροφος· ὑπακτικὴ δὲ τῆς γαστρός· ἀποπλυθεῖσα δέ, καὶ διαβρα- E χεῖσα μέχρι τοῦ τελέως ἀποθέσθαι τὴν ἐκ τῶν ἁλῶν δύναμιν, ὡς ἔδεσμα μὲν ὀλιγοτροφώτατόν ἐστιν, ὡς ὄψον δέ, καὶ φάρμακον, ἐπιτήδειον ἐπεγεῖραι καταπεπτωκυῖαν ὄρεξιν· ἀπορρύψαι τε, καὶ ὑπαγαγεῖν τὸ κατὰ τὴν γαστέρα φλέγμα· καὶ τὰς κατὰ σπλῆνα, καὶ ἧπαρ ἐμφράξεις, ἐκκαθᾶραι. χρῆσθαι δὲ πρὸς ταῦτα προσήκει, δι᾽ ὀξυμέλιτος, ἢ ὀξελαίου πρὸ τῶν ἄλλων σιτίων ἁπάντων. τοὺς δ᾽ ἁπαλοὺς ἀκρέμονας καὶ τούτου τοῦ φυτοῦ, παραπλησίως ἐσθίουσι τοῖς τῆς τερμίνθου, καὶ χλωροὺς ἔτι συντιθέντες, ὡς ἐκείνους ἐν ὀξάλμῃ τε καὶ ὄξει.

F

CAPVT XXXV.

De Sycomoris.

PLantam sycomori vidi in Alexandria vnà cum fructu, paruæ ficui albæ assimilé. Is fructus

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΛΕ'.

Περὶ συκομόρων.

ΕΝ Ἀλεξανδρείᾳ τὸ τοῦ συκομόρου φυτὸν εἶδον ἅμα τῷ καρπῷ, παραπλήσιον σύκῳ μικρῷ λευκῷ. δριμύτητα

A δὲ οὐδεμίαν ὁ καρπὸς οὗτος ἔχει, βραχείας μετέχων γλυκύ-τητος, ὑγρότερός πως, καὶ ψυχρότερος ὢν κατὰ τὴν δύναμιν, ὥσπερ τὰ μόρα. μᾶλλον δὲ ἐν τῷ μεταξὺ μόρων τε καὶ σύκων αὐτὸν εἰκότως ἄν τις θείη. καί μοι δοκεῖ τοὔνομα ἐντεῦθεν αὐτῷ κεῖσθαι. γελοῖοι γὰρ ὅσοι διὰ τοῦτό φασιν ὠνομάσθαι τὸν καρπὸν τοῦτον συκόμορα, διότι σύκοις ἐοίκασι καὶ μόροις. ἡ γένεσις δ᾽ αὐτοῦ διαφορωτέρα πώς ἐστι παρὰ τοὺς ἄλλους καρποὺς τῶν δένδρων. οὐδὲ γὰρ ἐκ τῶν ἀκρεμόνων καὶ βλαστημάτων, ἀλλ᾽ ἐξ αὐτῶν τῶν κλάδων, καὶ τῶν πρέμνων ἐκφύεται.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ λϛ'. B

Περὶ περσίου.

Εἶδον καὶ τοῦτο τὸ φυτὸν ἐν Ἀλεξανδρείᾳ, τῶν μεγάλων ὂν καὶ αὐτὸ δένδρων. ἱστοροῦσι δὲ τὸν καρπὸν αὐτοῦ μοχθηρὸν οὕτως ὑπάρχειν ἐν Πέρσαις, ὡς ἀναιρεῖν τοὺς φαγόντας, εἰς Αἴγυπτον δὲ κομισθέντα, ἐδώδιμόν τε γενέσθαι παραπλησίως ἐσθιόμενον ἀπίοις τε καὶ μήλοις, ὧν καὶ κατὰ τὸ μέγεθός ἐστι.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΛΖ'. C

Περὶ κιτρίου.

Καὶ τοῦτο τὸ Μηδικὸν ὀνομάζουσι μῆλον, οἱ μηδένα νοεῖν ἃ φθέγγονται προῃρημένοι, καίτοι τὴν γε σαφήνειαν ἐν ταῖς ἀρεταῖς τοῦ λόγου τιθέμενοι, βέλτιον δ᾽ ἦν τὰ τοιαῦτα περιεργάζεσθαι, τίνα δύναμιν ἔχει τὰ μόρια τοῦ κιτρίου, καὶ τί χρήσιμον ἐξ αὐτοῦ τοῖς ἀνθρώποις ἐστὶν ἐζητηκέναι. τοῦτο οὖν ἐγὼ πράξω, τρία μὲν εἶναι εἰπὼν τοῦ καρποῦ τούτου τὰ μόρια, τό τε ὀξὺ κατὰ τὸ μέσον αὐτοῦ, καὶ τὸ περὶ τοῦτο τὴν οἷον σάρκα αὐτοῦ τοῦ καρποῦ, καὶ τρίτον ἐπ᾽ αὐτοῖς τὸ περικείμενον σκέπασμα ἔξωθεν. τοῦτο μὲν εὐῶδές τέ ἐστι καὶ ἀρωματίζον, D οὐ κατὰ τὴν ὀσμὴν μόνον, ἀλλὰ καὶ κατὰ τὴν γεῦσιν. εἰκότως οὖν δύσπεπτόν ἐστιν, ὡς ἂν σκληρὸν ὂν, καὶ τετυλωμένον. εἰ δ᾽ ὡς φαρμάκῳ τις αὐτῷ χρῷτο, συντελεῖ τι πρὸς πέψιν, ὥσπερ καὶ ἄλλα πολλὰ τὴν δριμεῖαν ἐχόντων τὴν ποιότητα. τῷ δ᾽ αὐτῷ λόγῳ, καὶ στόμαχον ῥώννυσιν ὀλίγον ληφθὲν, ὥστε καὶ κόπτοντες αὐτὸ, καὶ τὸν χυλὸν ἐκθλίβοντες, εἰώθασι μιγνύναι τοῖς καταποτίοις φαρμάκοις, ὅσα λαπακτικὰ γαστρός ἐστιν, ἢ καθαρτικὰ τοῦ σώματος ὅλου. τῷ δ᾽ ὀξεῖ, καὶ ἀβρώτῳ μέρει τοῦ καρποῦ, καθ᾽ ὃ καὶ τὸ σπέρμα περιέχεται, πρὸς ἄλλα E τινὰ χρῶνται, καὶ πολλάκις εἰς ὄξος ἐμβάλλουσιν ἀμβλὺ, χάριν τοῦ δριμύτερον ἐργάσασθαι. τὸ μέσον δ᾽ ἀμφοῖν, ὃ δὴ καὶ τροφὴν τῷ σώματι δίδωσιν, οὔτ᾽ ὀξεῖαν, οὔτε δριμεῖαν ἔχον ποιότητα, δύσπεπτόν ἐστι διὰ σκληρότητα. διὸ καὶ μετ᾽ ὄξους, καὶ γάρου προσφέρονται πάντες αὐτὸ τὴν ἀμβλύτητα τῆς γεύσεως ἐπεγεῖραι βουλόμενοι. τάχα δ᾽ ὅτι καὶ πέττεται μᾶλλον οὕτω βρωθὲν, ἐπίστανται, τῇ πείρᾳ διδαχθέντες, ἢ παρὰ ἰατρῶν ἀκούσαντες.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΛΗ'. F

Περὶ τῶν ἐν τοῖς ἀγρίοις φυτοῖς καρπῶν, ἐν οἷς εἰσι καὶ ἀπὸ τῶν δρυῶν βάλανοι.

Ἄγρια καλεῖν εἰώθασιν πάντες ἄνθρωποι φυτὰ, τὰ κατὰ τὴν χώραν φυόμενα, χωρὶς ἐπιμελείας γεωρ-

nullam habet acrimoniam, exiguæ tamen dulcedinis est particeps, éstque facultate, vt mora, humidior quodammodo ac frigidior. Quin potiùs in medio mororum ac ficuum iure quis ipsum collocarit, indéque nomen ipsi arbitror esse positum, ridiculi enim sunt, qui fructum hunc ob id aiunt sycomora fuisse nominatum, quòd moris & ficubus sit assimilis. Ipsius autem generatio ab aliis arborum fructibus magis quodammodo est diuersa, non enim ex surculis ac germinibus, sed ex ipsis ramis ac stipitibus enascitur.

CAPVT XXXVI.

De Persio.

HAnc etiam plantam vidi in Alexandria, ex magnisque & ipsa est arboribus. Narrant autem fructum huius apud Persas adeò esse noxium, vt qui ipsum comederint, eos interimat: qui tamen, si in Ægyptum transferatur, fit esculentus, manditúrque non aliter, quàm pyra, & mala, quibus etiam magnitudine conuenit.

CAPVT XXXVII.

De Citrio.

ID quoque malum Medicum appellant, qui id agunt, vt quæ loquuntur nemo intelligat, quamuis inter virtutes orationis perspicuitatem numerent. Satius autem fuisset, quamnam partes citrij habeant facultatem, & quodnam commodum ex ipso hominibus accedat, inuestigasse, quàm anxiè huiuscemodi inquirere. Id igitur ego moliar, dicámque, huius fructus tres esse partes, acidam, quæ in medio ipsius sita est, tum autem fructus ipsius velut carnem, quæ medium ipsum ambit, & tertiam, quæ est tegumentum extrinsecus circundatum, quod suaueolens est & aromaticum, non odore modò, verum etiam gustu. Iure igitur concoctu est difficile, vt quod durum est ac callosum. Quòd si quis ipso, vt medicamento, vtatur, coctioni nonnihil conferet, quo modo & alia omnia, quæ acrem habent qualitatem. Eadem autem ratione, si sumptum parcè fuerit, stomacho robur inducit, proinde ipsum comminuentes, succúmque exprimentes, solent medicamentis immiscere, quæ per os sumũtur, quæque ventrem deiiciunt, aut totum corpus purgant. Parte autẽ fructus acida, & non esculenta qua semen continetur, quum ad alia quædam vtũtur, tum sæpè in acetum imbecillũ coniiciunt, quò ipsum reddant acrius. Pars autem inter duas iam dictas media, quæ sanè corpus etiam nutrit, quæq; neque acidam, neque acrem habet qualitatem propter duritiem concoctu est difficilis. Ob eam causam omnes ipsam mandunt cum aceto & garo, vt saporis hebetudinem acuant, fortassè autem quod experientia didicerint, aut à medicis acceperint, ipsam coqui faciliùs, si mansa eo modo fuerit.

CAPVT XXXVIII.

De fructibus plantarum agrestium, inter quos sunt Quercuum glandes.

OMnibus hominibus mos est eas plantas vocare agrestes, quæ sine vlla agricolæ industria in agro

agro proueniunt, siquidem & vites appellant agrestes, quas nullus vinitor procurat, ipsas ablaqueans, aut circumfodiens, aut pullulantia germina extirpans, aut eiusmodi aliquid perficiens; ex quo plantarum genere est fagus, quercus, ilex, cornus, comarus, & aliæ id genus arbores, quemadmodum & frutices quidam vt rubus, canirubus, acherdus, pyrus & prunus syluestris, quam προῦμνον apud nos appellant, & qui frutex ἐπιμηλίδας fert, appellatur autem is fructus in Italia vnedo, stomachóque nocet, & capiti dolorem affert, acerbúsque est admodum cum exigua quadam dulcedine. Cornis quidem, & canirubi fructu, & glandibus, & μεμαικύλοις (sic autem comari fructus appellatur) rustici passim vescuntur, reliquarum verò arborum, aut fruticum fructibus non admodum vtuntur. Quum tamen fames regionem nostram aliquando inuasisset, essétque magnus glandium, ac mespilorum prouentus, rustici in fossis ipsa condentes, hyeme tota & vere primo, pro frumentaceis eduliis sunt vsi. Priùs autem glandes huiuscemodi suibus erant pabulum, tunc verò, quum eos hyeme nutrire, vt ante consueuerant, non possent, initio quidem mactantes, ipsis in cibum sunt vsi, post autem apertis fossis, glandibus vesci cœperunt, variè ipsas ad esum comparantes, interdum enim in aqua elixabant, & in calidis cineribus celantes, mediocriter assabant; post autem nonnunquam imminuentes, pulmentarium ex ipsis conficiebant, aliàs aqua sola conspergentes, sed condimentum aliquod immittentes, alias mel affundentes, aut lacti incoquentes. Ab his autem copiosum est nutrimentum, neque quicquam est eorum quæ hactenus hoc secundo libro exposui, ei simile, quandoquidem glandes æquè nutriunt, ac frumentaceorum eduliorum pleraque. Atque olim quidem (vt aiunt) homines ex ipsis dumtaxat viuebant; Arcades autem quum reliqui Græci fructibus cerealibus vterentur, eas diu in cibo retinuerunt. Alimentum autem quod ex glandibus corpori accidit, tardi est transitus, ac crassi succi; quare consequitur, vt ipsæ concoctu sint difficiles. Cæterùm mimecylus glande querna ad omnia est deterior, quemadmodum hæc glande castanearum, quas vocant, omnium enim glandium hæ sunt præstantissimæ. Sunt qui hos fructus λοπίμους appellent, hi namque inter fructus agrestes, & soli alimentum corpori dant alicuius momenti; corna enim, & iligna glans, & rubi, & canirubi fructus, brabyla, mimecyla, zizypha, diosphyra, alycacaba, terebinthi, & acherdi fructus, & quæ eiusdem sunt generis, exiguum quidem habent alimentum, verùm praui succi sunt omnia; præterea nonnulla ex ipsis sunt, quæ & stomachum lædunt, & cibo sunt iniucunda, ob id suum sunt pabulum, & eorum quidem non domesticorum, sed qui vitam in montibus degunt; his enim nutrimentum ab iis fructibus plurimum accedit.

A χῆς ἀμελεῖ, καὶ ἀμπέλους ἀγρίας ὀνομάζουσιν, ὧν οὐδεὶς ἀμπελουργὸς προνοεῖται, περισκάπτων, ἢ περισκάλλων, ἢ βλαστολογῶν, ἤ τι τοιοῦτον διαπραττόμενος. ἐκ τούτων τῶν φυτῶν ἐστὶ, καὶ φηγὸς, καὶ δρῦς, καὶ πρῖνος, καὶ κράνεια, καὶ κόμαρος, ἕτερά τε δένδρα τοιαῦτα, καθάπερ γε καὶ θάμνοι τινὲς, ὥσπερ ὅ, τε τῆς βάτου, καὶ τῆς κυνοσβάτου, καὶ ὁ τῆς ἀχέρδου τε καὶ ἀχράδος, ὅ, τε τὰ ἀγριοκοκκύμηλα, ἃ προῦμνα παρ' ἡμῖν καλοῦσι. καὶ ὁ τὰς ἐπιμηλίδας φέροντος, καλεῖται δὲ κατὰ τὴν Ἰταλίαν οὐνέδων ὁ καρπὸς τοῦ θάμνου τούτου, κακοστόμαχός τε, καὶ κεφαλαλγὴς ὑπάρχων. καὶ στρυφνὸς ἱκανῶς, μετά τι-B νος βραχείας γλυκύτητος. τὰ μὲν οὖν κράνα, καὶ τὰ βάτινα, καὶ τοὺς βαλάνους, καὶ τὰ μιμαίκυλα, καλεῖται δὲ οὕτως ὁ τοῦ κομάρου καρπὸς, ἐσθίουσι συνήθως οἱ κατὰ τοὺς ἀγρούς· τοὺς δὲ τῶν ἄλλων δένδρων τε, καὶ θάμνων, οὐ πάνυ τι. λιμοῦ μὲν καταλαβόντος ποτὲ τὴν ἡμετέραν χώραν, εὐφορίας δὲ γενομένης τῶν τε βαλάνων καὶ τῶν μεσπίλων, ἐν σιροῖς αὐτὰ οἱ ἀγροῖκοι θησαυρίσαντες, ἀντὶ τῶν σιτηρῶν ἐδεσμάτων, εἶχον ἔν τε τῷ χειμῶνι παντὶ, καὶ τοῖς πρώτοις τοῦ ἦρος. ἔμπροσθεν δὲ βοσκήματα συῶν ἦσαν αἱ τοιαῦται βάλανοι, ἀλλὰ τότε ἀποτρεπόμενοι τοῦ διαθρέψαι τούτους ἐν τῷ χειμῶνι, καθάπερ ἔμπροσθεν C εἰώθασιν, ἐν ἀρχῇ μὲν πρώτους σφάξαντες, ἐχρήσαντο τούτοις εἰς ἐδωδὴν, ὕστερον δὲ τοὺς σιροὺς ἀνοίξαντες, ἤσθιον τὰς βαλάνους, παρασκευάζοντες ἐπιτηδείους εἰς βρῶσιν ἄλλοτε ἄλλως. ἐν ὕδατι γὰρ ἥψουν ἐνίοτε, καὶ κατὰ τὴν θερμὴν σποδιὰν ἐγκρύπτοντες ὤπτων συμμέτρως. αὖθις δ' ἄν ποτε καταπλάσαντες, ἔτνος ἐξ αὐτῶν ἐποίουν, ἐνίοτε μὲν ὕδατι μόνῳ δεύοντες, ἐπεμβάλλοντες δέ τι τῶν ἐδεσμάτων, ἐνίοτε δὲ καὶ μέλιτος ἐπιχέοντες, ἢ μετὰ γάλακτος ἕψοντες. ἡ δ' ἀπ' αὐτῶν τροφὴ δαψιλής ἐστιν οὐδὲν ὁμοίως τοῖς εἰρημένοις ἄχρι δεῦρο τοῦ λόγου, κατὰ τόδε τὸ γράμμα. πολλοῖς γὰρ τῶν σιτηρῶν D ἐδεσμάτων ὁμοίως τρέφουσιν αἱ βάλανοι, καὶ τό γε παλαιὸν, ὥς φασιν, ἀπὸ τούτων μόνον διέζων οἱ ἄνθρωποι. Ἀρκάδες δὲ καὶ μέχρι πολλοῦ χρόνου, τῶν ἄλλων ἁπάντων Ἑλλήνων, τοῖς Δημητρείοις καρποῖς χρωμένων. ἔστι δὲ βραδύπορος ἡ ἀπ' αὐτῶν τροφὴ, καὶ παχύχυμος, οἷς ἀκόλουθόν ἐστι, καὶ δύσπεπτον ὑπάρχειν αὐτήν. εἰς ἅπαντα δὲ χείρων ἐστὶν ἡ μιμαίκυλος τῆς ἀπὸ τῶν δρυῶν βαλάνου, καθάπερ αὕτη τῆς τῶν καστάνων ὀνομαζομένων· ἀρίσται γὰρ ἐκεῖναι τῶν βαλάνων εἰσίν, ἔνιοι δὲ λοπίμους αὐτὰς ὀνομάζουσιν. οὗτοι καὶ μόνοι τῶν ἀγρίων καρπῶν ἀξιόλογον τροφὴν διδόασι τῷ σώματι. κράνεια γὰρ καὶ E πρίνα, καὶ βάτινα, καὶ κυνόσβατα, καὶ βράβυλα, καὶ μιμαίκυλα, καὶ ζίζυφα, καὶ διόσφυρα, καὶ ἀλυκάκαβα, καὶ ὁ τῆς τερεμίνθου, καὶ ὁ τῆς ἀχέρδου καρπὸς, ὅσα τ' ἄλλα τοιαῦτα, βραχὺ μέν τι τρόφιμον ἔχει, κακόχυμα δὲ πάντ' ἐστί, καί τινα γ' αὐτῶν, καὶ κακοστόμαχα, καὶ ἀηδῆ, συῶν ὄντα βρώματα, καὶ τούτων οὐχ ἡμέρων, ἀλλ' ἐν τοῖς ὄρεσι διαιτωμένων, ἀπ' αὐτῶν οὖν ἐκεῖνοι πλείστην ἔχουσι τροφήν.

CAPVT XXXIX.

De Alimento, quod à plantis ipsis sumitur.

NOn modo plantarum semina, ac fructus, sed etiam integras ipsas sæpenumero mandimus: sæpe autem, quum interdum vrget necessitas, radices tantùm, aut surculos, aut nouella germina. Nostrates certè homines, quamquam raparum (quas & buniadas nominant) folia & caulem abii-

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΛΘ.

F Περὶ τῆς δι' αὐτῶν τῶν φυτῶν τροφῆς.

ΟΥ μόνον σπέρματα καὶ καρποὺς τῶν φυτῶν ἐσθίομεν, ἀλλὰ καὶ αὐτὰ πολλάκις μὲν ὅλα, πολλάκις δὲ ῥίζας μόνον, ἢ ἀκρέμονας, ἢ τὰ νέα βλαστήματα, κατὰ τὴν ἐπείγουσαν ἑκάστοτε χρείαν. ἀπορρίπτειν γοῦν εἰώθασιν οἱ παρ' ἡμῖν ἄνθρωποι τόν τε καυλὸν, καὶ τὰ φύλλα τῶν γογγυλίδων, ἃς καὶ βουνιάδας

ὀνομάζουσιν, ἐσθίουσιν ἐνίοτε καὶ ταῦτα ἐν ἀπορίᾳ κατα- A στάντες ἀμεινόνων ἐδεσμάτων. οὕτω τε καὶ τὰ τῶν ῥαφανίδων, καὶ τὰ τῶν καλουμένων ἐπιχωρίῳ φωνῇ παρ' ἡμῖν ῥαπίων. ἔστι δὲ ὡς ἄν τις εἴποι, ῥαφανὶς ἀγρία, τὸ φυτὸν τοῦτο, καὶ πύρεθρον δὲ καὶ σίον, καὶ ἱπποσέλινα, καὶ μάραθρα, σκάνδικα, καὶ κιχώρεια, καὶ χονδρίλας, καὶ γιγγίδια, καὶ δαύκους, καὶ πλείστων δένδρων τε, καὶ θάμνων τὰς ἁπαλὰς βλάστας, ἕψοντες ἐσθίουσιν οἱ ἄνθρωποι, πολλάκις ὑπὸ λιμοῦ βιαζόμενοι. τινὰ δὲ καὶ χωρὶς λιμοῦ, καθάπερ ἔνιοι τὴν κορυφὴν τοῦ φοίνικος, ἣν ὀνομάζουσιν ἐγκέφαλον αὐτοῦ. τί δεῖ λέγειν ἔτι περὶ τῶν ἁπαλῶν ἀκανθῶν; εἰσὶ γὰρ αὗταί γε, καὶ B χωρὶς λιμοῦ δι' ὄξους ἐσθιόμεναι, καὶ γάρου, μέτριον ἔδεσμα. προσεπιβάλλουσι δὲ ἔνιοι, καὶ τοὔλαιον αὐταῖς, μάλιστα ὅταν ἐν ὕδατι προαποζεσθῶσι. διττῶς γὰρ αὐταῖς χρῶνται, πολλάκις μὲν ὠμαῖς, ἐνίοτε δὲ καὶ ἑψημέναις. ἀκανθώδη δὲ λέγω φυτά, σκολύμους, ἀτρακτυλίδας, ἠρύγγιόν τε, καὶ κνίκον, καὶ ἀτραγίδα, καὶ καλουμένην λευκάκανθον, ἔτι τε τὸ ἕτερον εἶδος τοῦ χαμαιλέοντος, ὧν ἔνια, τινὲς τῶν κατὰ τοὺς ἀγρούς, ἐμβαλόντες εἰς ὄξος ἢ ἅλμην, ἀποτίθενται αὐτά, καθάπερ καὶ τὰς γογγυλίδας, καὶ τὰ κρόμμυα, καὶ τὰ ἀμπελόπρασα καλούμενα, καὶ πύρεθρα, ἕτερά τε τοιαῦ- C τα. τούτου δέ πως τοῦ γένους ἐστί, καὶ κιβώρια, καὶ κολοκάσια, καὶ τὸ καλούμενον ἄβατον. πρόδηλον δ' ὅτι πρὸς τῷ βραχεῖαν τροφὴν διδόναι τῷ σώματι. κακόχυμα πάντ' ἐστὶ ταῦτα. καί τινά γ' αὐτῶν ἐστι κακοστόμαχα, πλὴν, ὡς ἔφην, τῶν ἀκανθῶν ἄρτι τῆς γῆς ἀνισχόντων. ὅσα δ' αὐτῶν ἐμβάλλοντες εἰς ἅλμην, ἢ ὄξος, ἀποτίθενται, καὶ φυλάττουσιν εἰς ὅλον τὸν ἑξῆς ἐνιαυτόν, ἐπικτᾶταί τι παρὰ τῆς σκευασίας προσκλητικὸν εἰς ἐδωδήν, εἰ μετρίως αὐτῶν τις γεύοιτο, καθάπερ οἵ τε τῆς ἄγνου βλαστοί, καὶ οἱ τῆς τερμίνθου. ταῦτα μὲν οὖν ἐν τοῖς ἀγρίοις φυτοῖς ἀριθμοῦσι, καὶ κοινῇ περὶ αὐτῶν D αὔταρκες ἐγνωκέναι, κακόχυμα πάντ' εἶναι. περὶ δὲ τῶν ἡμέρων, οὐ κατὰ κοινὸν λόγον, ἀλλ' ἰδίᾳ τὴν ἑκάστου δύναμιν ἐπίστασθαι πολὺ κάλλιστόν ἐστι, καὶ μάλιστα, τῶν συνεχῆ τὴν χρῆσιν ἐχόντων, ἃ καὶ δι' αὐτὸ τοῦτο σπουδάζεται τοῖς ἀνθρώποις, ὑπὸ μακρᾶς πείρας βασανισθέντα τῶν ἄλλων εἶναι βελτίω, καὶ τοίνυν ἤδη περὶ αὐτῶν ἐφεξῆς ἐρῶ, τὴν ἀρχὴν ἀπὸ τῶν λαχάνων ποιησάμενος.

cere sunt soliti, nonnunquam tamen penuria melioris cibarij ipsa quoque mandunt. Pari modo in radiculis, & iis quæ apud nos nomine vernaculo rhapia appellant; est autem hæc planta (vt sic dicam) agrestis radicula. Ad hæc pyrethron, sion, equapium, fœniculum, scandicem, cichorium, chondrillam, gingidium, daucum & plurimarum arborum, ac fruticum tenera germina cocta homines fame adacti sæpe mandunt; quædam etiam nulla vrgente fame, vt qui palmæ verticem mandunt, quem ipsius cerebrum appellant. Quid autem loquar de teneris spinis? manduntur enim & ipsæ cum aceto, & garo, nulla cogente fame, estque cibus hic tolerabilis; sunt qui oleum etiam ipsis adiiciant, præsertim quum prius in aqua ferbuerint, vtuntur enim ipsis bifariam, sæpe quidem crudis, interdum autem & elixis. Porrò spinosas plantas appello, scolymum, atractylida, eryngium, cnicum, atragida, & quam spinam albam nominant, præterea speciem alteram chamæleontis; quorum nonnulla rustici quidam in acetum, muriámve immittentes reponunt eodem modo, quo rapas, cæpas, & quæ vocant ampeloprasa, pyrethron, & alia eiusmodi. Huius autem generis sunt ciboria, colocasia, & quod abaton nuncupatur. Manifestissimum autem est, quòd omnia hæc, præterquam quòd exiguum corpori dant alimentum, succum etiam prauum generant. Ad hæc quædam ex ipsis noxam stomacho afferunt, præter (vt dixi) spinas, quæ nunc nuper è terra emerserint. Quæ verò ex ipsis in muriam, acetumve inijcientes reponunt, & in totum annum sequentem asseruant, ab ipsa præparatione vim quandam prouocandæ appetentiæ acquirunt, si quis ipsis moderatè vtatur; cuiusmodi sunt viticis turiones, & terebinthi. Hæc itaque in plantis agrestibus numerant; de quibus id communiter nosse sufficiat, quòd omnes praui sunt succi. Quod verò ad domesticas attinet, non communiter, sed priuatim cuiusque facultatem nosse longè præstantissimum fuerit, & earum potissimum, quibus assiduè vtimur: quæ etiam ob id ipsum à nobis expetuntur, quòd ea longa experientia comprobata sunt cæteris esse præstantiora. De iis igitur deinceps verba faciemus, sumpto ab oleribus initio.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Μ'.

Περὶ θριδακίνης. E

Προὔκριναν πολλοὶ τῶν ἰατρῶν τὸ λάχανον τοῦτο τῶν ἄλλων ἁπάντων, ὥσπερ τὰ σῦκα τῆς ὀπώρας· εὐχυμότερον γάρ ἐστιν αὐτῶν. ὃ δὲ μέμφονταί τινες αὐτοῦ, μέγιστον ἔπαινον ἔχει. καὶ εἴπερ αὐτῷ ὡς ἀληθὲς ἦν, οὐ μόνον λαχάνων, ἀλλὰ καὶ τῶν εὐχυμοτάτων τε, καὶ τροφιμωτάτων ἐδεσμάτων, οὐδὲν ἂν ἦν δεύτερον, αἷμα γὰρ αὐτήν φασι γεννᾶν. ἔνιοι δὲ οὐχ ἁπλῶς αἷμα λέγουσιν, ἀλλὰ πολὺ προστιθέασι, πολὺ γεννᾶν αἷμα λέγοντες τὴν θριδακίνην, ἀλλ' οὗτοι κἂν εἰ φρονιμώτερον ἐγκαλοῦσι, μείζονά γε F ψεύδονται τῶν ἑτέρων, καί τοι καὶ αὐτό, τὸ πολὺ γεννᾶν αἷμα λεγόμενον, οὐκ ἄν τις εὐλόγως μέμψαιτο. δῆλον γὰρ ὅτι τὸ τοιοῦτον, πάντων ἂν εἴη τῶν ἐδεσμάτων εὐχυμότατον, εἴ γε πλεῖστον μὲν αἷμα, τῶν δ' ἄλλων χυμῶν οὐδένα γεννᾶν πέφυκεν. εἰ δὲ πλεῖστον ἀθροίζεσθαι φήσουσιν ἐκ τῆς θριδα-

CAPVT XL.

De Lactuca.

MVlti medici, quemadmodum fructibus autumnalibus ficus, ita hoc olus aliis omnibus anteposuerunt; succi enim est, quàm alia omnia, laudabilioris. Quod autem in eo nonnulli reprehendunt, id maximè est laudandum, quod si reuera ei inesset, nulli non olerum modò, sed ne optimi quidem, & nutrientissimi succi eduliorum, esset secundum. Sanguinem enim aiunt lactucam generare. Alij verò non simpliciter sanguinem dicunt, sed multum adiungunt, lactucam sanguinem multum generare affirmantes. At hi etiamsi prædictis prudentius ipsam accusant, magis tamen mentiuntur; tametsi id ipsum, quod multum sanguinē generat, nemo potest in ea iure reprehendere; perspicuum enim est quòd cibus is succū haberet omnium ciborum præstantissimum, si quidem suaptè natura sanguinem quidem plurimum, aliorum autem succorum nullū generaret; quòd si dixerint ex lactuca plurimum

plurimum sanguinis aceruari, in eóque ipsam accusent, facillimum erit, quod obiiciunt, emendare, quum possint, qui lactucis vescuntur, laborem quidem augere, ipsarum autem esum minuere. Verùm hæc dixisse sufficiat aduersus eos, qui olus hoc non rectè vituperant. Scire autem conuenit, quòd quum olera omnia sanguinem gignant paucissimum, ac praui succi, lactuca non multum quidem generat, neque mali succi, non tamen omninò laudabilis. Mandunt autem ipsam, vt plurimùm quidem crudam, quum autem æstatis tempore accingere sese ad semen producendum cœperit, in aqua dulci præcoctam sumunt cum oleo, garo, & aceto, aut cum aliquo salsamentorum condimentorúmve, & eorum potissimum, quæ cum caseo parantur. Plerique autem prius, quàm in caulem assurgat, ipsa vtuntur, aquæ incoquentes; quod ego nunc ex quo dentes mihi malè habent, cœpi facere, quidam enim meorum sodalium conspicatus olus id iam olim quidem mihi esse consuetum, nunc verò difficilem habere manducationem, author mihi fuit, vt ipsum coquerem. Ætate autem iuuenili, quum mihi ventriculus bile assiduè infestaretur, lactuca, quò ipsum refrigerarem, vtebar, quum verò ad ætatem declinantem perueni, hoc olus fuit mihi aduersus vigilias remedio; tunc enim contra ac in iuuentute, somnum mihi dedita opera conciliabam, graue enim mihi erat præter voluntatem vigilare, quod mihi accidebat, partim, quòd in iuuentute meaptè sponte vigiliis assueueram, partim quòd declinantium ætas ad vigilias admodum est propensa. Itaque lactuca vespere commansa vnicum mihi vigiliarum erat remedium. Cæterùm θριδακίνην, nihil aliud voco, quàm quod nunc homines θρίδακα appellant, quandoquidem apud nos aliud quoddam est olus agreste, quod θριδακίνη nuncupatur, quod in viis ipsis nascitur, & locis fossarum eminentioribus, & præterea herbosis, aquosisve (quæ λιβάδας appellant) ac plerisque incultis, exiguum autem est id olus, instar lactucæ hortensis nunc nuper enatæ, amarorisque quidpiam præ se fert, & multò adhuc magis, dum adolescit; vbi autem caulem iam produxerit, saporem amarum habet, vel manifestissimum. Porrò huic lactucæ aliud præterea olus est simile, quam Chondrillam appellant, quæ citius in caulem assurgit, amaritudinémque habet magis perspicuam & lentum quendam succum albúmque, cuiusmodi est tithymallorum succus, non tamen acer perinde vt ille; vtimúrque interdum ipso ad effluuium pilorum qui in palpebris sunt, cohibendum. Hæc igitur olera, quo ab hortensibus secernantur, agrestia nuncupantur, de quibus paulò ante communiter tradidimus. De lactuca autem hortensi, quam omnes mandere, & θρίδακα nominare, consueuerunt, summatim rursum memoriæ causa repetens, dicam ipsam succum quidem habere frigidum, & humidum, non tamen praui esse succi; quo fit vt neque coctione omninò priuetur, quo modo reliqua olera; neque ventrem sistat, quemadmodum etiam non proritat; quæ ipsi iure accidunt, quum neque austeri, neque acerbi, quicquam habeat, à quibus in vniuersum venter sistitur; quemadmodum à salsis, & acribus, & omninò ab iis, quæ vim quandam habent detergendi, ad excretionem incitatur, quorum etiam nihil lactucæ inest.

A κίνης, καὶ διὰ τοῦτο μέμφοιτο, ῥᾷστον ἐπανορθώσασθαι τὸ ἔγκλημα, δυναμένων γε τῶν ἐσθιόντων αὐτὰς, διαπονεῖσθαι μὲν πλείω, προσφέρεσθαι δὲ ὀλίγας. ταῦτα μὲν οὖν ἀπόχρη λέγεσθαι, πρὸς τοὺς ψέγοντας οὐκ ὀρθῶς τὸ λάχανον τοῦτο. γινώσκειν δὲ χρὴ πάντων τῶν λαχάνων ὀλίγιστόν τε, καὶ κακόχυμον αἷμα γεννώντων ἐκ τῆς θριδακίνης, οὐ πολὺ μὲν, οὐδὲ κακόχυμον, οὐ μὴν εὔχυμόν γε τελέως, αἷμα γίνεσθαι. ἐσθίουσι δὲ αὐτὴν, ὡς τὰ πολλὰ μὲν ὠμήν. ὅταν δὲ εἰς σπέρματος γένεσιν ἐξορμᾷν ὑπάρξηται θέρους ὥρᾳ, προαπεψήσαντες ἐν ὕδατι γλυκεῖ, προσφέB ρονται δι' ἐλαίου καὶ γάρου, καὶ ὄξους, ἢ διά τινος τῶν ὑποτριμμάτων, καὶ μάλιστα ὅσα διὰ τυροῦ σκευάζονται. χρῶνται δ' αὐτῇ, καὶ πρὶν εἰς καυλὸν ὁρμῆσαι, πολλοὶ δι' ὕδατος ἕψοντες, ὥσπερ κἀγὼ νῦν ἠρξάμην ἀφ' οὗ τῶν ὀδόντων φαύλως ἔχω. ἰδὼν γάρ τις τῶν ἑταίρων, ἐν ἔθει μὲν ὄν μοι ἐκ πολλοῦ τὸ λάχανον, ἐπίπονον δὲ νῦν ἴσχοντα τὴν μάσησιν, εἰσηγήσατο τὴν ἕψησιν. ἐχρώμην δὲ θριδακίναις, ἐν νεότητι μὲν ἐκ χολουμένης μοι συνεχῶς τῆς ἄνω γαστρὸς, ἐμψύξεως ἕνεκεν, ὁπότε δὲ εἰς τὴν καθεστηκυῖαν ἡλικίαν ἧκον, ἄκος ἦν μοι τὸ λάχανον τοῦτο τῆς ἀγρυπνίας, ἔμπαλιν ἢ ὡς ὅτε μειράκιον ἦν, ἐσπουδακότι περὶ τὸν ὕπνον. εἰθιC σμένος τε γὰρ ἑκουσίως ἀγρυπνεῖν ἐπὶ νεότητος, ἅμα τε καὶ τῆς τῶν παρακμαζόντων ἡλικίας ἀγρυπνητικῆς οὔσης, ἀκουσίως ἀγρυπνῶν ἐδυσφόρουν, καί μοι μόνον ἀλεξιφάρμακον ἀγρυπνίας ἦν, ἑσπέρας ἐσθιομένη θριδακίνη. λέγω δὲ οὐκ ἄλλο τι θριδακίνην, ἢ ὃ πάντες οἱ νῦν ἄνθρωποι καλοῦσιν θρίδακα, ἐπεί τοι παρ' ἡμῖν, ἕτερόν τι λάχανον ἄγριον ὀνομάζεται θριδακίνη, παρά τε τὰς ὁδοὺς φυόμενον, ἐπί τε τοῖς ὑψηλοῖς τῶν τάφρων, ἔτι τε κατὰ τὰς καλουμένας λιβάδας, καὶ πολλὰς τῶν ἀσπόρων χωρῶν. ἔστι δὲ μικρὸν ἐκεῖνο D τὸ λάχανον, οἷον περ ἡ ἄρτι φυομένη θρίδαξ ἡ κηπευομένη. καί τι καὶ βραχὺ πικρότητος ἐμφαίνει, καὶ μᾶλλον ἔτι κατὰ τὴν αὔξησιν, ἐκκαυλῆσαν δὲ, καὶ πάνυ σαφῆ τὸν πικρὸν ἔχει χυμόν. ὅμοιον δέ τι λάχανον τῇ θριδακίνῃ τῇδε, καὶ ἣν ὀνομάζουσι χονδρίλην, ἐστὶ, καὶ θᾶττον εἰς καυλὸν ἐξορμᾷ, πικρότητα σαφεστέραν ἔχων, καί τινα γλίσχρον τε, καὶ λευκὸν ὀπὸν, οἷός περ ὁ τῶν τιθυμάλλων ἐστὶν, ἀλλ' οὐ δριμὺς, ὡς ἐκείνοις, ᾧ πρὸς ἀνακόλλησιν ἐνίοτε χρώμεθα τῶν ἐν τοῖς βλεφάροις τριχῶν, ταῦτα μὲν οὖν ἄγρια καλεῖται λάχανα, πρὸς διορισμὸν τῶν κηπαίων. εἴρηται δὲ E μικρὸν ἔμπροσθεν, περὶ αὐτῶν κοινῇ. περὶ δὲ τῆς κηπευομένης θριδακίνης τῆς ἅπασι συνήθως ἐσθιομένης τε, καὶ καλουμένης θρίδακος, ἐν κεφαλαίῳ πάλιν ἀναλαβὼν, ἐρῶ μνήμης ἕνεκεν, ὡς ὑγρὸν μὲν ἔχει τὸν χυμὸν, καὶ ψυχρὸν, οὐ μήν γε καὶ κακόχυμός ἐστι. διὰ τοῦτο οὖν οὐδ' ἀπεπτεῖται, τοῖς ἄλλοις λαχάνοις ὁμοίως, οὐδ' ἐπέχει τὴν γαστέρα, ὥσπερ οὐδὲ προτρέπει, καὶ ταῦτ' εἰκότως αὐτῇ συμβέβηκε, μήτ' αὐστηρόν τι ἐχούσῃ, μήτε στρυφνὸν, ἐφ' ὧν ἴσχεται τοὐπίπαν ἡ γαστὴρ, ὥσπερ ὑπὸ τῶν ἁλυκῶν τε, καὶ δριμέων, καὶ ὅλως ῥυπτικὸν ἐχόντων τι, προτρέπεται πρὸς ἔκκρισιν, ὧν οὐδὲ F αὐτῶν ὑπάρχει τι τῇ θριδακίνῃ.

A

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΜΑ′.

Περὶ σέρεως.

Εἴ τε τοὺς παρὰ Ῥωμαίοις ἰντύβους προσαγορευομένους μόνους ὠνόμαζον οἱ πάλαι Ἀθηναῖοι σέρεις, εἴ τε τινὰ, καὶ ἄλλα τῶν ἀγρίων λαχάνων φυτῶν οὐκ ἀκριβῶς ἔχω φάναι. οἱ δ᾽ ἴντυβοι, ταῖς θρίδαξι παραπλησίαν ἔχουσι τὴν δύναμιν, ἀπολειπόμενοι καθ᾽ ἡδονὴν αὐτῶν, καὶ τἄλλα τὰ πρόσθεν εἰρημένα, περὶ θριδακίνης.

CAPVT XLI.

De Seri.

NVm, quos solos Romani intybos appellant, veteres Athenienses seres dumtaxat nominarint; an & alia quædam olera agrestia, nequeo certò affirmare. Cæterùm intybi facultatem habent lactucis assimilem, suauitate tamen, & aliis, quæ supra de lactucis fuerunt comprehensa, ab ipsis relinquuntur.

B

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΜΒ′.

Περὶ μαλάχης.

Ἔστι καὶ ταύτης ἑτέρα τῆς κηπευομένης ἡ ἀγρία μαλάχη, καθάπερ τῆς θρίδακος ἡ θριδακίνη. διαφέρει δὲ τῶν ὁμογενῶν φυτῶν, ξηρότητι μὲν τὸ ἄγριον, ὑγρότητι δὲ τὸ κηπευόμενον. ἔχει δέ τι καὶ γλίσχρον κατὰ τὸν χυλὸν ἡ μαλάχη, τῆς θρίδακος οὐκ ἐχούσης. ἀποκεχώρηκέ τε σαφῶς τοῦ ψύχειν, ὡς καὶ πρὸ τῆς ἐδωδῆς ἔνεστι γνῶναι, καταπλασσομένων τινὶ τῶν θερμῶν παθῶν, οἷόν περ ἐστὶ τὸ ἐρυσίπελας, ἀμφοτέροις ἐν C μέρει τοῖς λαχάνοις, ὥσπερ καὶ ποιοῦσιν οἱ ἄνθρωποι, τρίβοντες ἐπιμελῶς τὰ μαλακὰ τῶν φύλλων, ἄχρι τοῦ λειότατα γενέσθαι. γνώσεται γὰρ ἐν τῷδε, τὴν μὲν θρίδακα, ψύχουσαν φανερῶς, μετρίαν δέ τινα καὶ οἷον χλιαρὰν θερμασίαν ἔχουσαν τὴν μαλάχην. ὑπέρχεται δὲ τὸ λάχανον ῥᾳδίως τοῦτο, οὐ διὰ τὴν ὑγρότητα μόνον, ἀλλὰ καὶ διὰ τὴν γλισχρότητα, καὶ μάλιστα ὅταν ἐλαίου τε, καὶ γάρου δαψιλῶς τις οὕτως συγκαταπίῃ. μετρίως δὲ ἔχει, καὶ κατὰ τὴν θρέψιν αὕτη. τῶν τριῶν δὲ λαχάνων τούτων εἰ παραβάλλοις τὸν χυλὸν, ὁ μὲν τοῦ τεύτλου λεπτομερής τε, καὶ ῥυπτικός ἐστιν, ὁ δὲ τῆς μαλάχης, παχύτερός τε, καὶ γλισχρότερος, ὁ δὲ τῆς θριδακίνης, μέσος ἀμφοῖν. D

CAPVT XLII.

De Malua.

QVemadmodum lactuca agrestis ab hortensi, ita malua agrestis à satiua est diuersa, plantæ enim congeneris in eo inter se dissident, quòd agrestis quidem siccitate, satiua verò humiditate superat. Porrò succo maluæ lentor quidam inest, qui lactucæ non inest, à refrigerandóque abest perspicuè; id quod etiam ante, quàm edas, intelliges, si vtrumque olus vicissim calido cuipiam affectui, vt erysipelati, cataplasmatis modo applicueris; quod etiam vulgò faciunt, tenera folia diligenter ad exactum læuorem conterentes, senties enim in hoc cataplasmate lactucam quidem manifestè refrigerare, maluam autem calorem quendam habere moderatum, ac veluti tepidum. Cæterùm hoc olus facilè subducitur, non modò propter humiditatem, verùm etiam propter lentorem, & potissimum quando quis cum oleo, & garo copiosum ipsum sumpserit. Nutrit autem & ipsa mediocriter. Verùm si trium horum olerum succum comparaueris, betæ quidem tenuium est partium, tergendique facultate est præditus, maluæ autem, crassus magis est & lentus, lactucæ, inter vtrumque est medius.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΜΓ′.

Περὶ τεύτλου.

Μαλάχην μὲν ἔφην, οὐ μόνον ἥμερον, ἀλλὰ καὶ ἀγρίαν εἶναί τινα, καθάπερ γε καὶ θριδακίνην. ἄγριον δὲ τεῦτλον οὐκ ἔστιν, εἰ μή τις ἄρα τὸ λάπαθον οὕτως ὀνομάζειν βούλοιτο. χυλὸς δ᾽ ἐν τοῖς τεύτλοις εἶναι φαίνεται ῥυπτικὸς, E ὡς καὶ τὴν γαστέρα πρὸς ἔκκρισιν ἐπεγείρει, καὶ τὸν στόμαχον ἐνίοτε δάκνει, καὶ μάλιστ᾽ ἐκείνων, ὅσοι περ εὐαίσθητον αὐτὸν ἔχουσι φύσει, καὶ διὰ τοῦτο κακοστόμαχόν ἐστιν ἔδεσμα πλέον βρωθέν. ἡ τροφὴ δὲ ἡ ἀπ᾽ αὐτοῦ βραχεῖα, καθάπερ ἡ ἐπὶ τῶν ἄλλων λαχάνων. ἐπιτηδειότερον δὲ αὖ ἐστι μαλάχης, εἰς τὰς κατὰ τὸ ἧπαρ ἐμφράξεις. ἔτι δὲ μᾶλλον, ὅταν μετὰ νάπυος, ἢ πάντως γε μετ᾽ ὄξους ἐσθίεται, καὶ τοῖς σπληνώδεσι δὲ τὸν αὐτὸν τρόπον ἐσθιόμενον, ἀγαθὸν γὰρ φάρμακον. εἰκότως γὰρ ἄν τις αὐτὸ φάρμακον εἴποι μᾶλλον, ἢ τροφὴν, ὅταν οὕτως ἐσθίηται, καὶ τοὺς ἀνθρώπους δὲ ὁρῶ σχεδὸν, ἅπαντα τὰ F τοιαῦτα δίκην ὄψων, οὐ τροφῶν ἐσθιόμενα, καθάπερ ἐνίοτε καὶ πράσον, καὶ γλήχωνα, καὶ θύμα, καὶ ὀρείγανον, ἔπι τε καὶ κρόμμυον, καὶ σκόροδον, καὶ κάρδαμον, ὅσα τε ἄλλα τοιαῦτα.

CAPVT XLIII.

De Beta.

MAluam quidem vt lactucam, diximus non modò esse satiuam, sed aliam etiam quandam esse agrestem, nulla autem beta est agrestis, nisi quis lapathum ita nominare velit. Succus autem betarum tergendi vim habet manifestam adeò, vt ventrem ad excernendum excitet, & stomachum interdum mordicet, præsertim qui natura sensu exactiore est præditus, ob idque edulium id stomacho est noxium, si largius sumatur. Corpori autem ab ipsa, vt ab aliis oleribus, paucum alimentum accedit. Verùm obstructum hepar beta magis, quam malua aperit, & multo magis si cum sinapi, aut omninò saltem cum aceto mandatur. Lienosis item eodem modo sumpta vtile est medicamentum, iure enim quis ipsam ita mansam medicamentum potiùs quàm alimentum dixerit. Vidémúsque homines ferè omnia eiusmodi, opsoniorum, non alimentorum vice esitare: quemadmodum etiam interdum porrum mandunt, & pulegium, thymum, origanum, cæpam, præterea & allium, & cardamum, & alia id genus.

CAPVT XLIV.

De Brassica.

Hanc quoque plerique, vt opsonium, mandunt; medici autem, vt siccante medicamento vtuntur: dicta autem iam quædam de hac fuerunt in libris de medicamentorum facultatibus, tum etiam libro superiore. Nunc autem summatim dicemus, ipsius quidem succum facultatem habere purgatricem; corpus autem ipsum, communi siccantium ratione sistere magis, quàm ad deiiciendum incitare. Quum igitur, quæ in ventre continentur, excernere B voluerimus, è propinquo cacabo, in quo cocta cum aqua fuerit, extractam ipsam protinus in vasa, in quibus oleum cum garo paratum fuerit, coniicere conueniet; nihil autem retulerit, si salem loco gari sumpseris; quòd si humentem aluum siccare voluerimus, priorem aquam vbi brassica mediocriter cocta videbitur, effundentes, aliam calidam mox iniiciemus, ac deinde rursum brassicam, quoad contabuerit, ei incoquemus; quod non facimus, quum ventris deiiciendi gratia sumitur: volumus enim hoc casu proprium ipsius succum omnem non deponere, C sed quoad fieri maximè licet, retinere: porrò nihil, quod coquitur, proprium succum seruare omninò potest: quin potius omnem abiiciet, si coctum diutiùs fuerit. Quin & lenticulam diximus eodem, quo brassica, modo oportere parare, vt quæ vtrumque possit efficere, ventris subductionem scilicet, & cohibitionem. Vocatur autem, quæ sic paratur, bis cocta; & lens, & brassica, & cæpa, & porrum, & multò magis ampeloprasum, & allium. Quod si quid aliud à veteri natura ad contrariam velis reducere, sic parabis: huius ante omnia memor, id, quod bis coquitur, neque aërem, D neque aquam frigidam, contingere: non enim poterit amplius, etiamsi diutissimè coxeris, planè tabescere: sed oportet, vt paulo ante diximus, aquam calidam habere paratam, vt quum ex priore extraxeris, in illam protinus conicias. Lens itaque, & brassica æquali inter se mensura siccant, ob idque visum hebetant, nisi fortè totus oculus humidior fuerit, quàm naturalis habitus postulet. At lens quidem non exiguum corpori dat alimentum, idque crassum, ac melancholicum, brassica vero paucum habet alimentum, idque quàm lens humidius, vt quæ edulium E est non firmum, sed laxum: succum tamen non habet probum, vt lactuca, sed prauum, & graueolentem. Quòd verò ad vrinas attinet, ipsas (quod sciam) insigniter neque prouocant, neque morantur. Qui perditissimam ac falsam doctrinam consectantur, olus hoc ῥάφανον contendunt appellari: perinde, ac si iam cum iis Atheniensibus qui ante sexcentos annos fuerunt, nobis esset sermo, non cum Græcis qui nunc sunt; F quibus omnibus mos est in nulla alia planta brassicæ nomine vti.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΜΔ'.

Περὶ κράμβης.

Καὶ ταύτην οἱ πολλοὶ μὲν ὡς ὄψον ἐσθίουσιν, ἰατροὶ δὲ ὡς φαρμάκῳ ξηραίνοντι χρῶνται. λέλεκται δὲ περὶ αὐτῆς ἤδη μέν τινα κἀν ταῖς τῶν φαρμάκων δυνάμεσι, κἀν τῷ πρὸ τοῦδε συγγράμματι, καὶ νῦν δὲ καὶ ἐπὶ κεφαλαίων εἰρήσεται, τὸν μὲν χυλὸν αὐτῆς, ἔχειν τι καθαρτικόν· αὐτὸ δὲ τὸ σῶμα, κατὰ τὸν τοῦ ξηραίνοντος λόγον, ἐπέχειν μᾶλλον, ἢ προτρέπειν εἰς ὑποχώρησιν. ὅταν μὲν οὖν ἐκκρίνεσθαι βουλώμεθα τὰ κατὰ τὴν γαστέρα, πλησίον κειμένης τῆς κακκάβης, ἐν ᾗπερ ἂν ἑψηθεῖσα τύχῃ μεθ' ὕδατος, ἀνασπῶντας αὐτὴν εὐθέως, ἐμβάλλειν χρὴ τοῖς ἀγγείοις, ἐν οἷσπερ ἐσκεύασται τοὔλαιον ἅμα τῷ γάρῳ. διαφέρει δ' οὐδὲν, εἰ ἅλας ἀντὶ γάρου λαμβάνοιτο. ξηραίνειν δὲ ὑγρὰν γαστέρα βουληθέντες, ὅταν ἤδη μετρίως ἑψῆσθαι δοκῇ, τὸ πρότερον ὕδωρ ἀποχέοντες, ἐμβάλλομεν εὐθέως ἑτέρῳ θερμῷ, κἄπειτα πάλιν ἐκείνῳ καθεψήσομεν, ὡς τακερὰν γενέσθαι, μὴ καθέψοντες ὅταν ὑπαγωγῆς ἕνεκα λαμβάνηται. βουλόμεθα γὰρ οὐκ ἀποθέσθαι πάντα τὸν ἴδιον αὐτῆς χυλὸν ἐπὶ τῆς τοιαύτης χρείας, ἀλλὰ φυλάττειν ὅσον οἷόν τε μάλιστα. τελέως μὲν οὖν φυλάττειν τὸν ἴδιον χυλὸν, οὐδὲν ἑψομένων δύναται, μᾶλλον δὲ ἀποβάλλει τὰ μέχρι πλείονος ἑψηθέντα. καὶ μέν τοι καὶ φακὴν ἔφαμεν, ὁμοίως κράμβης χρῆναι σκευάζειν, ἀμφότερα καὶ αὐτὴν ἐργάζεσθαι δυναμένην, ὑπαγωγήν τε καὶ στάσιν γαστρός. ὀνομάζεται δὲ ἡ οὕτως σκευασθεῖσα, δίσεφθος, καὶ κράμβη, καὶ φακὴ, καὶ κρόμμυον δὲ, καὶ πράσον, καὶ πολὺ μᾶλλον, ἀμπελόπρασόν τε καὶ σκόροδον, ὅ, τι ἂν ἄλλο βουληθῇς ἐπὶ τοὐναντίον ἀποστῆσαι τῆς ἀρχαίας φύσεως οὕτως σκεύαζε, μεμνημένος ἐκείνου πρὸ πάντων, ὡς οὐ χρὴ ψαύειν, οὔτ' ἀέρος, οὔθ' ὕδατος ψυχροῦ τόδε ἑψόμενον, οὐκέτι γὰρ ἀκριβῶς γίνεται τακερὸν, οὐδ' ἂν ἐπὶ πλεῖστον ἕψῃς, ἀλλὰ χρὴ, καθάπερ εἶπον ἀρτίως, ἑτοίμους ἔχοντας ὕδωρ θερμὸν, ἀνελκύσαντας ἐκ τοῦ προτέρου, μεταβάλλειν εὐθέως εἰς ἐκεῖνο. ξηραίνει μὲν οὖν ἀλλήλοις παραπλησίως, φακή τε καὶ κράμβη, καὶ διὰ τοῦτο, τὴν ὄψιν ἀμβλύνει, πλὴν εἰ τύχοι ποθ' ὑγρότερος ὢν παρὰ φύσιν σύμπας ὁ ὀφθαλμός. ἀλλ' ἡ μὲν φακὴ τροφὴν οὐκ ὀλίγην δίδωσι τῷ σώματι, καὶ ταύτην παχεῖάν τε καὶ μελαγχολικὴν, ἡ δὲ κράμβη βραχεῖαν τὴν τροφὴν ἔχει, καὶ ταύτην ὑγροτέραν τῆς φακῆς, ὡς ἂν εἰ στερεὸν οὐκ οὖσα σιτίον, ἀλλὰ χαῦνον, οὐ μὴν εὔχυμόν ἐστιν ἔδεσμα κράμβη, καθάπερ ἡ θριδακίνη, ἀλλὰ καὶ μοχθηρὸν ἔχει, καὶ δυσώδη τὸν χυλόν. ἐπιφανὲς δ' εἰς οὔρησιν, οὔτ' ἀγαθὸν, οὔτε κακὸν ἐξ αὐτῆς ἀποβαῖνον εἰπεῖν ἔχω. τοῦτο τὸ λάχανον οἱ τὴν ἐπιτετριμμένην ψευδοπαιδείαν ἀσκοῦντες, ὀνομάζειν ἀξιοῦσι ῥάφανον, ὥσπερ τοῖς πρὸ ἑξακοσίων ἐτῶν Ἀθηναίοις διαλεγομένων ἡμῶν, ἀλλ' οὐχὶ τοῖς νῦν Ἕλλησιν, οἷς ἅπασιν ἔθος ἐστὶν, οὐκ ἐπ' ἄλλου φυτοῦ, τὸ τῆς κράμβης ὄνομα φέρειν.

A

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΜΕ'.

Περὶ ἀτραφάξυος καὶ βλίτου.

Ὑδατωδέστερα λαχάνων ἐστὶ ταῦτα, καὶ ὡς ἂν εἴποι τις, ἄποια, τῆς κολοκύνθης ἤτοι μᾶλλον, ἢ πάντως οὐχ ἧττον, ὅταν ἑψηθέντα τύχῃ δηλονότι. μόνη γὰρ ἐν τοῖς τοιούτοις ἡ θρίδαξ ἑκατέρως ἐσθίεται. καταμονήσας δέ τις ἀτραφάξυός τε καὶ βλίτου τὴν διὰ τῆς γεύσεως ποιότητα, κἄπειτα ἀναμνησθεὶς κράμβης, ἐν τῷ μέσῳ συγχωρήσει τὴν θρίδακα τῶν λαχάνων τούτων εἶναι, καὶ τῆς κράμβης, ἐπειδὴ B
ξηραίνει μὲν ἱκανῶς ἐκείνη, ταῦτα δὲ ὑδατώδη τελέως ἐστί, καὶ διὰ τοῦτο ἐμβάλλοντες ὄξος, οὐκ ἐκ μόνων ἐλαίου τε καὶ γάρου προσφέρονται μᾶλλον αὐτά, κακοστόμαχα γὰρ ἄλλως λαμβανόμενα. λέλεκται δὲ ὡς τὰ τοιαῦτα λάχανα, ῥέπει μέν πως ἐπὶ τὸ ῥᾳδίως ὑπιέναι. καὶ μάλιστ' ἂν ἔχῃ μετὰ τῆς ὑγρότητος ὀλισθηρόν, οὐ μὴν ἰσχυράν γε τὴν κάτω ῥοπήν, ἀλλὰ βραχεῖαν ἔχει, διὰ τὸ μηδεμίαν ὑπάρχειν αὐτοῖς, ἢ δριμεῖαν, ἢ νιτρώδη ποιότητα, πρὸς ἔκκρισιν ἐπεγείρουσαν τὴν γαστέρα. πρόδηλον δ' ὅτι καὶ τὴν ἀφ' ἑαυτῶν τροφὴν ἐλαχί- C
στην διδόασι τῷ σώματι.

CAPVT XLV.

De Atriplice, & Blito.

HÆc sunt aliis oleribus aquosiora, & vt sic dicam, qualitatis expertia, magis quàm cucurbita, aut saltem non minus quum cocta videlicet fuerint: sola enim inter eiusmodi olera, lactuca vtroque modo manditur. Quòd si quis atriplicis, & bliti qualitatem gustu assecutus, brassicæ deinde recordetur, fatebitur lactucam esse in medio horum olerum, & brassicæ, quando hæc quidem siccat admodum, illa autem omninò sunt aquea: quo fit, vt non ex solo oleo, & garo ipsa mandant, sed acetum etiam iniiciant: alioquin enim stomacho sunt noxia. Dictum autem nobis fuit, quod olera huiuscemodi ad facilem deiectionem quodammodo sunt propensa, & potissimùm, si cum humiditate lubricum quiddam habeant, propensionem tamen, ac momentum ad inferiorem excretionem habent non magnum, sed exiguum, propterea, quod nulla qualitas ipsis inest acris, aut nitrosa, quæ ventrem ad excernendum excitet. Manifestum porro est, quod alimentum à se ipsis corpori præbent exiguum.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΜϚ'.

Περὶ ἀνδράχνης.

Ὡς ἐδέσματι μὲν χρῶνταί τινες, ὀλίγην δὲ τροφὴν ἔχει, καὶ ταύτην ὑγρὰν, καὶ ψυχρὰν, καὶ γλίσχραν, ὡς φάρμακον δὲ, αἱμωδίαν ἰᾶται, διὰ τὴν ἄδηκτον γλισχρότητα, περὶ ἧς, ἐπὶ πλέον, ἐν τῇ τῶν εὐπορίστων φαρμάκων πραγματείᾳ λέγεται. D

CAPVT XLVI.

De Portulaca.

QVidam portulaca vtuntur vt cibo: nutrimentum autem habet exile, idque humidum, frigidum, & lentum; vt medicamentum autem, stuporem dentium sanat suo lentore morsus experte: de qua fusiùs in opere de medicamentis paratu facilibus tradimus.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΜΖ'.

Περὶ λαπάθου.

Δύναταί τις, ὡς πρόσθεν ἔφην, ἄγριον εἶναι φάναι τεῦτλον αὐτὸ, παραπλήσιον ὑπάρχον οὐ τῇ γεύσει μόνον, ἀλλὰ καὶ τῇ δυνάμει, τῷ κηπευομένῳ τεύτλῳ. ἐπεὶ δὲ τὸ τεῦτλον ἥδιόν ἐστι τοῦ λαπάθου, διὰ τοῦτο μᾶλλον ἐσθίουσιν αὐτὸ πάντες οἱ ἄνθρωποι. διὰ τοῦτο οὖν, οὐδὲ ἐγὼ δεήσομαι λόγου τινὸς περὶ λαπάθου, περὶ τοῦ τεύτλου πάνθ' E
ὅσα προσήκει εἰρηκώς.

CAPVT XLVII.

De Lapatho.

LIcet cuiuis, vt ante diximus, lapathum appellare betam agrestem, vt quod non gustu modo, sed viribus etiam betæ hortensi est assimile. Verum quum beta lapatho sit suauior, idcirco nemo est, qui non ipsâ libentius vescatur. Proinde nihil est, quod ego plura de lapatho commemorem, quum omnia, quæ opus erant, in beta exposuerim.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΜΗ'.

Περὶ ὀξυλαπάθου.

Καὶ τοὔνομα, ἐμφαίνει τοῦ φυτοῦ τοῦδε τὴν ποιότητα καὶ τὴν δύναμιν, ἔστι γὰρ λάπαθον ὀξύ. τὸ μὲν οὖν λάπαθον οὐκ ἄν τις ὠμὸν φάγοι, καθάπερ οὐδὲ τὸ τεῦτλον. ὀξυλάπαθον δὲ, ἐσθίουσιν ὠμὸν, ἐπὶ τῆς ἀγροικίας, αἱ κιττῶσαι γυναῖκες, ἐνίοτε καί τινα τῶν περιέργων παιδίων. εὔδη- F
λον δ', ὅτι καὶ τοῦτο, τῶν ἀτρόφων λαχάνων ἐστὶ πολὺ μᾶλλον, ἢ τὸ λάπαθον.

CAPVT XLVIII.

De Oxylapatho.

VEl nomen ipsum plantæ huius qualitatem, ac vires indicat: est enim lapathum acidum. Quod autem ad lapathum attinet, nemo est, qui crudum ipsum mandat, quemadmodum neque betam: oxylapathum tamen mulieres rusticæ pica laborantes, interdum & pueri quidem gulosi crudum manducant. Perspicuum autem est, quod olus hoc ex eorum est genere, quæ non nutriunt multo magis, quàm lapathum.

A

CAPVT XLIX.

De Solano.

INter ea olera, quibus vescimur, nullum noui quod tantam habeat adstrictionem, quantam solanum; meritò igitur rarò quidem ipso vtimur, vt alimento, vt medicamento autem, assiduè; efficax enim est in iis, in quibus refrigerationis adstringentis vsus incidit. Minimi autem est alimenti.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΜΘʹ.

Περὶ στρύχνου.

ΤΩν ἐσθιομένων λαχάνων, οὐδὲν οἶδα τοσαύτην ἔχοντα στύψιν, ὅσην ὁ στρύχνος. εἰκότως οὖν, ὡς τροφῇ μὲν αὐτῷ σπανιάκις, ὡς φαρμάκῳ δὲ συνεχῶς χρώμεθα· δραστήριον μὲν γάρ ἐστιν, εἰς ὅσα ψύξεως στυφούσης ἐστὶ χρεία, τροφὴν δ' ἐλαχίστην ἔχει.

B

CAPVT L.

De plantis spinosis.

PLerique rusticorum plantis huiuscemodi è terra nunc nuper emersis, prius quàm ipsarum folia in spinas desinant, vescuntur, non crudis modo, sed in aqua etiam elixis; crudas quidem aceto, & garo intingentes, coctis vero præter hæc oleum affundentes. Quod autem olera omnia nutrimentum habeant paucissimũ, & ipsum quidem tenue, & aquosum, dictum supra à nobis fuit; spinosa vero stomachum mediocriter iuuant. Inter has plãtas sunt scolymus, atractylis, & quam spinam albam appellant, dipsacus, cnicus, tragacantha, atragis, & quam pluris quàm conueniat, æstimant, cinara.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Νʹ.

Περὶ ἀκανθωδῶν φυτῶν.

ΑΝίσχοντα τῆς γῆς ἄρτι, τὰ τοιαῦτα φυτὰ, πρὶν εἰς ἀκάνθας αὐτῶν τελευτῆσαι τὰ φύλλα, πολλοὶ τῶν ἀγροίκων ἐσθίουσιν, ὠμὰ μόνον, ἀλλὰ καὶ δι' ὕδατος ἕψοντες· ἐναποβάπτοντες δὲ, τὰ μὲν ὠμὰ, γάρῳ καὶ ὄξει, τὰ δὲ ἑφθὰ, τούτοις αὐτοῖς ἐπιχέοντες ἔλαιον. ὅτι δὲ ἐλαχίστην τροφὴν ἔχει πάντα τὰ λάχανα, καὶ ταύτην ὑδατώδη, καὶ λεπτὴν, ἔμπροσθεν εἴρηται. τὰ δ' οὖν ἀκανθώδη μετρίως ἐστὶν εὐστόμαχα. τούτων τῶν φυτῶν, καὶ σκόλυμός ἐστι, καὶ ἀτρακτυλὶς, ἥ τε καλουμένη λευκάκανθα, δίψακός τε καὶ κνῆκος καὶ τραγάκανθα, καὶ ἀτραγὶς, ἥ τε τετιμημένη μειζόνως ἢ προσήκει, κινάρα.

C

CAPVT LI.

De Cinara.

OMnes, qui vulgatem consuetudinem fugiunt, plantam hanc κύναραν appellant, non per κ & ι, sed per κ & υ, primam syllabam pronunciantes. Praui autem succi est edulium, & maximè quum plusculum iam obduruerit; etenim tunc succum biliosum in se ipsa continet copiosiorem, totámque substantiam habet lignosiorem; adeo, vt ex ea quidem humor melancholicus: ex ipso autem succo, tenuis ac biliosus gignatur. Satius igitur fuerit ipsam elixam mandere, sic vt si quis eum oleo, garo, & vino ipsam sumat, coriandrum iniiciat: sin verò in patina paret, aut frigat in sartagine, hæc semoueat; multi enim eo modo ipsarum veluti capita, quæ spondylos nominant mandunt.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΝΑʹ.

Περὶ κινάρας.

D

ΚΑλοῦσι δ' αὐτὴν πάντες οἱ φεύγοντες τὸ σύνηθες, οὐ διὰ τοῦ κ. καὶ τοῦ ι. τὴν πρώτην συλλαβὴν ὀνομάζοντες, ἀλλὰ διὰ τοῦ κ. καὶ υ. κακόχυμον δέ ἐστιν ἔδεσμα, καὶ μάλισθ' ὅταν ἤδη σκληροτέρα γίνηται, καὶ γὰρ τὸν χολώδη χυμὸν ἐν ἑαυτῇ πλείονα τηνικαῦτα ἴσχει, καὶ τὴν ὅλην οὐσίαν σκληρωδεστέραν. ὥστ' ἐκ μὲν ταύτης μελαγχολικὸν γεννᾶσθαι χυμὸν, ἐκ δὲ τοῦ χυλοῦ τοῦ κατ' αὐτὴν, λεπτὸν καὶ πικρόχολον. ἄμεινον οὖν ἀφεψῶντας αὐτὴν, οὕτως ἐσθίειν, εἰ μὲν δι' ἐλαίου, καὶ γάρου, καὶ οἴνου προσφέροιτό τις, ἐπεμβάλλοντα κορίανον, εἰ δὲ ἐν λοπάδι σκευάζων, ἢ ταγηνίζων ἄνευ τούτων, πολλοὶ γὰρ οὕτως ἐσθίουσι τὰς οἷον κεφαλὰς αὐτῶν, ἃς ὀνομάζουσι σπονδύλους.

E

CAPVT LII.

De Apio, Equapio, Sio, & Smyrnio.

HÆc omnia vrinas cient, inter quæ apium est vsitatissimum, & suauius, & stomacho gratius. Equapium autem, & sion, minus in vsu. Smyrnium verò non est insuitatum, siquidem Romæ maxima copia venditur, acriúsque multo est, quàm apium, & calidius, præterea aromaticum etiam habet quidpiam. Proinde vrinas prouocat valentiùs, quàm apium, equapium, & sion, mensésque mulieribus mouet. Vere autẽ caulem producit, qui crudus esculentus est, non aliter, quàm folia, quæ hyeme sola plantæ inerant, caulem nondum habenti, vt neque tum apium habet. Postea verò accedente caule, tota planta iucundior redditur, siue quis crudam ipsam, siue elixam mandat,

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΝΒʹ.

Περὶ σελίνων, καὶ ἱπποσελίνων, καὶ σίων, καὶ σμυρνίου.

ΠΑντα ταῦτά ἐστιν οὐρητικά· συνηθέστατα δ' αὐτῶν ἐστι, καὶ ἡδίω καὶ εὐστομαχώτερα τὰ σέλινα. τὸ δ' ἱπποσέλινον, καὶ σίον, ἀηθέστερα. τὸ μὲν οὖν σμύρνιον, οὐκ ἀηθές. ἐν γοῦν τῇ Ῥώμῃ, πάμπολύ τι πιπράσκεται. δριμύτερον δ' ἐστὶ καὶ θερμότερον πολλῷ τοῦ σελίνου. καί τι καὶ ἀρωματῶδες ἔχει. μᾶλλόν τε οὖν οὐρητικόν ἐστι σελίνου, καὶ ἱπποσελίνου, καὶ σίου, καὶ γυναιξὶ κινεῖ τὰ καταμήνια. ποιεῖ δὲ καὶ καυλὸν ἦρος ὥρᾳ, δυνάμενον ὠμὸν ἐσθίεσθαι παραπλησίως τοῖς φύλλοις, ἃ διὰ τοῦ χειμῶνος ἦν μόνα τοῦ φυτοῦ, μηδέπω καυλὸν ἔχοντι, καθάπερ οὐδὲ τὸ σέλινον, ὕστερον δὲ προσγινομένου τοῦ καυλοῦ, τὸ σύμπαν ἥδιον γίνεται, κἂν ὠμὸν ἐσθίῃ τις αὐτὸ, κἂν ἑφθὸν,

F

εἴτ᾽ ἐξ ἐλαίου, καὶ γάρου τύχοι βουληθεὶς, εἴτ᾽ οἴνου προσεπεμβάλλων, εἴτ᾽ ὄξους. ἔνιοι δὲ, καὶ δι᾽ ὄξους καὶ γάρου μόνου ἐσθίουσι, καθάπερ τὰ σέλινα. τινὲς δὲ τούτοις ἐπεμβάλλουσιν ἐλαίου βραχύ. τὸ δὲ ἱπποσέλινόν τε καὶ τὸ σίον, ἑψήσαντες ἐσθίουσιν, ὠμὸν γὰρ ἑκάτερον αὐτῶν ἀηδὲς φαίνεται. τά γε μὴν σέλινα, καὶ τὰ σμύρνια, καὶ τῆς θρίδακος φύλλοις μιγνύντες, προσφέρονταί τινες, ἄποιον γὰρ οὖσα λάχανον ἡ θρίδαξ, ἔτι τε ψυχρὸν ἔχουσα χυμὸν, ἡδίων τε ἅμα καὶ ὠφελιμωτέρα γίνεται, τῶν δριμέων τι προσλαμβάνουσα. κατὰ τοῦτο γοῦν ἔνιοι, καὶ τὰ τῶν εὐζώμων, καὶ τὰ τῶν πράσων φύλλα μιγνύουσιν αὐτῇ· εἰσὶ δὲ οἳ καὶ τῶν ὠκίμων. ὀνομάζουσι δ᾽ ἐν Ῥώμῃ συνήθως ἤδη πάντες οὐ σμύρνιον, ἀλλ᾽ ὀλυσάτρον τὸ λάχανον τοῦτο. καί τις ἴσως αὐτὸ, B τὴν ἀρχὴν, οὐδὲ ἀριθμεῖν ἐν ταῖς τροφαῖς ἀξιώσει, καθάπερ οὐδὲ τὸ σίον, οὐδὲ τὸ ἱπποσέλινον. εἰσὶ γὰρ ἅπαντα τὰ τοιαῦτα τῶν σιτίων ὄψα, καθάπερ καὶ τὰ κρόμμυα, καὶ τὰ σκόροδα, πράσα τε καὶ ἀμπελόπρασα, καὶ πάντα ἁπλῶς τὰ δριμέα. τούτου δὲ τοῦ γένους ἐστὶ καὶ πήγανον, καὶ ὕσσωπον, ὀρίγανόν τε, καὶ μάραθρον, καὶ κορίαννον, περὶ ὧν ἐν τοῖς ὀψαρτυτικοῖς συγγράμμασι λέγεται, κοινοῖς μέν πως οὖσιν ἰατροῖς τε καὶ μαγείροις, ἔχουσι δὲ τέλος καὶ σκοπὸν ἴδιον· ὠφελείας γὰρ ἡμεῖς στοχαζόμεθα τῆς τῶν ἐδεσμάτων, οὐχ ἡδονῆς. ἐπεὶ δ᾽ ἐνίων, ἡ κατὰ τὴν ἐδωδὴν ἀηδία, μέγα μέρος εἰς ἀπεψίαν C συμβάλλεται· κατὰ τοῦτ᾽ οὖν μετρίως ἡδύνειν αὐτὰ βέλτιόν ἐστιν. ἡ δὲ τῶν μαγείρων ἡδονὴ, μοχθηροῖς οὕτως ἀρτύμασιν, ὡς τὸ πολὺ, χρῆται συνήθως, ὡς ἀπεψίαν μᾶλλον, ἢ εὐπεψίαν αὐτοῖς ἕπεσθαι.

A siue cum oleo, & garo, siue vinum velit adiicere, siue acetum. Sunt qui cum aceto solo, & garo mandant, quo modo, & apium; alij autem olei nonnihil iis adiiciunt. Cæterùm equapium, & sion cocta manducant; vtrunque enim ipsorum crudum, est insuaue. Sunt qui apium, & smyrnium foliis lactucæ mixta manducent: nam quum lactuca olus sit insipidum, succúmque prætereà habeat frigidum, non modo suauior, sed vtilior etiam redditur, si acrium olerum quoddam assumpserit; ob eam certè caussam nonnulli erucæ ac porri folia, alij ocimi ipsi admiscent. Romæ autem vulgò iam omnes homines olus id non smyrnium, sed olus atrum nominant: quod fortè aliquis omninò, ne inter alimenta quidem numerare dignabitur, quemadmodum neque sion, neque equapium: sed omnia huiusce modi statuet ciborum esse opsonia, quemadmodum, & cæpas, & allia, & porra, & ampeloprasa, & (vt in summa dicam) omnia acria. Huius autem generis est ruta, hyssopus, origanum, feniculus, coriandrum, de quibus in commentariis de opsoniis disputatur, qui medicis quidem, & coquis quodammodo sunt communes, finis tamen vtrisque ac scopus est peculiaris: quandoquidem nos vtilitatem quæ ex cibis prouenit, spectamus: non voluptatem; quibusdam tamen cibi insuauitas, magna ex parte causa est quò minùs ipsum conficiant: ob eam igitur causam satius fuerit cibos mediocriter condire. Coquorum autem suauitas condimentis, vt plurimum vti consueuit adeo prauis, vt ipsa coctioni plus noceant quàm commodent.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΝΓ'.

Περὶ εὐζώμου.

Θερμαίνει σαφῶς πάνυ τοῦτο τὸ λάχανον, ὥστε οὐδὲ μόνον ἐσθίειν αὐτὸ ῥᾴδιον, ἄνευ τοῦ μίξαι τοῖς φύλλοις τῆς D θριδακίνης, ἀλλὰ καὶ σπέρμα γεννᾶν πεπίστευται, καὶ τὰς πρὸς τὴν συνουσίαν ὁρμὰς ἐπεγείρειν, κεφαλαλγές δ᾽ ἐστὶ, καὶ μᾶλλον ἐάν τις αὐτὸ μόνον ἐσθίῃ.

CAPVT LIII.

De Eruca.

HOc olus manifestissimè calefacit: proinde solum ipsum mandere, nisi lactucæ foliis misceatur non est facile. Semen autem generare creditur, & coëundi appetitum excitare. Capiti etiam dolorem infert, præsertim si quis ipso solo vescatur.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΝΔ'.

Περὶ ἀκαλήφης, ἣν καὶ κνίδην ὀνομάζουσι.

Τῶν ἀγρίων βοτανῶν ἕν τι καὶ τοῦτό ἐστι, λεπτομερῆ δύναμιν ἔχον. εἰκότως οὖν, ὡς τροφῇ μὲν οὐδεὶς αὐτῷ χρῆται χωρὶς τοῦ μεγίστου πιεσθῆναι λιμοῦ. χρήσιμον δ᾽ ἐστὶν, ὡς E ὄψον τε καὶ φάρμακον, ὑπακτικὸν γαστρός.

CAPVT LIV.

De vrtica, quam & cnidem nominant.

HErbarum agrestium vna hæc est: tenuiúmque est partium, ac virium, vnde nemo ipsa, vt alimento, iure vtitur, nisi fame maxima prematur. Vtilis autem est, vt opsonium, ac medicamentum, quod aluum deiicit.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΝΕ'.

Περὶ γιγγιδίου καὶ σκάνδικος.

Πλεῖστον ἐν Συρίᾳ τὸ γιγγίδιον φύεται, καὶ βιβρώσκεται παραπλήσιον τῇ παρ᾽ ἡμῖν σκάνδικι. πάνυ δ᾽ ἐστὶν εὐστόμαχον, ἐάν τε ὠμὸν, ἐάν τε καὶ ζέσας αὐτὸ βούλῃ προσφέρεσθαι. F μακροτέρας δ᾽ ἑψήσεως οὐκ ἀνέχονται· προσφέρονται δ᾽ αὐτὸ τινὲς δι᾽ ἐλαίου, καὶ γάρου, τινὲς δὲ καὶ οἶνον, ἢ ὄξος ἐπεμβάλλοντες· καὶ πολύ γε μᾶλλον εὐστόμαχόν τ᾽ ἐστὶ, καὶ τοὺς ἀποσίτους προτρέπει μετ᾽ ὄξους ἐσθιόμενον. εὔδηλον δ᾽ ὅτι, καὶ τοῦτο τὸ βοτάνιον, φάρμακόν ἐστι μᾶλλον, ἢ τροφὴ, καὶ γάρ τοι καὶ στύψεως, καὶ πικρότητος σαφοῦς, οὐκ ὀλίγης μετέχει.

CAPVT LV.

De Gingidio, & Scandice.

GIngidij maximus est in Syria prouentus: manditúrque non aliter, quàm scandix apud nos: stomachúmque admodum iuuat, siue crudum, siue elixum ipsum mandere velis, elixationem autem diuturniorẽ non tolerat. Sunt qui ipsum mandant cum oleo, & garo, alij autem vinum etiam, vel acetum iniiciunt, multóque magis ita stomachũ iuuat: collapsámque appetentiam, si cum aceto sumatur, excitat. Perspicuũ porrò est, quod hæc herba medicamentum potiùs est quã alimentũ, habet enim perspicuè adstrictionẽ, & amarorẽ non mediocrẽ.

CAPVT LVI.

De Ocimo.

PLerique hoc quoque vtuntur vt opsonio, cum oleo, & garo ipsum mandentes; prauioris autem est succi; quæ res impulit quosdam, vt falsa de eo prodiderint, affirmantes ipsum celerrimè paucis diebus scorpiones generare, si tritum in ollam nouam immitteretur, & potissimum, si quis quotidie ollam ad solem calefecerit; verùm id quidem falsum est; verè autem ipsum dixeris olus stomacho esse noxium, prauíque succi, & concoctu difficile.

CAPVT LVII.

De Fœniculo.

QVemadmodum anethum, ita fœniculus interdum sua sponte nascitur; serunt tamen & ipsum in hortis; vtuntúrque assiduè anetho quidem in condimentis, fœniculo autem etiam, vt opsonio, nam apud nos reponunt ipsum eodem modo, quo pyrethrum, & terebinthum, componentes adeo vt in totum annum sit vtilis: quemadmodum cæpas componunt, & rapas, & alia in genus, quorum alia quidem cum aceto solo, alia cum aceto, & muria simul componunt.

CAPVT LVIII.

De Asparagis.

VTrum syllaba secunda nominis asparagi per ph sit pronuncianda, an per p, vt omnes nunc proferunt, disquirere nunc non est propositum; hæc enim scribimus iis, quibus sanitatem tueri est propositum, non sermonis Attici affectatoribus: qui sanè in eo videntur neque Platonis scripta, neque ipsius mentem intelligere. Quum igitur Græci propemodum omnes teneros caules, quo tempore ad fructus, ac seminis productionem augescunt, asparagos per p appellent, ipsorum facultatem exponemus, iis qui ipsis vtuntur, quo lubet nomine, appellare permittentes. Multa sanè olera, & in summa plantæ multæ suaptè natura huiuscemodi germina producunt quidem, non omnia tamen manduntur, ob eam causam (vt in aliis antea fecimus) de vsitatioribus verba faciemus. Brassicæ igitur germen (quod nonnulli κῦμα etiam nominant, arbitror, per contractionem nominis trisyllabi κυήματος) minus quàm brassica ipsa siccat, tametsi aliorum olerum caulis temperamento est, vt plurimùm, quàm folia, sicciore, potissimum quum iam propè fructus decidit, dico autem alia olera esse hæc, lactucam, atriplicem, blitum, betam, maluam. Contrà verò accidit, vt radiculæ, asparagi, & rapæ, sinapi, cardami, pyrethri, & omnium propemodum acrium, & calidorum, sit humidior. Bulbus autem & apium: sion, eruca, ocimum, oxylapathum, lapathum, & omnes oleracei generis herbæ ante quàm semen effundant, eiusmodi caulem quendam producunt, qui post semen effusum siccatur. fitque ad cibum hominibus inutilis. Hæc autem

A

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Νϛ'.

Περὶ ὠκίμου.

ΟΨῳ μὲν καὶ τούτῳ χρῶνται πολλοὶ, δι' ἐλαίου καὶ γάρου προσφερόμενοι, κακοχυμώτερον δέ ἐστι, καὶ διὰ τοῦτο προσεπιψεύδονταί τινες αὐτοῦ. φάσκοντες, εἰ τριφθὲν ἐμβληθείη χύτρᾳ καινῇ, τάχιστα γεννᾶν ἐν ὀλίγαις ἡμέραις σκορπίους, καὶ μάλισθ' ὅταν ἐν ἡλίῳ τις ἑκάστης ἡμέρας
B θερμαίνῃ τὴν χύτραν, ἀλλὰ τοῦτο μὲν ψεῦδός ἐστι, κακόχυμον δὲ καὶ κακοστόμαχον, καὶ δυσπεπτότατον εἶναι λάχανον, ἀληθῶς ἂν εἴποις αὐτό.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΝΖ'.

Περὶ μαράθρου.

ΚΑὶ αὐτόματον μὲν ἐνίοτε φύεται τοῦτο, καθάπερ καὶ τὸ ἄνηθον. ἀλλὰ καὶ σπείρουσιν αὐτὸ κατὰ τοὺς κήπους, καὶ χρῶνται, συνεχέστατα μὲν εἰς τὰς ἀρτύσεις, ἀνήθῳ, μαράθρῳ δὲ, ὡς ὄψῳ. καὶ γὰρ ἀποτίθενται παρ' ἡμῖν αὐτὸ,
C παραπλησίως πυρέθρῳ καὶ τερμίνθῳ συντιθέντες, ὡς εἰς ὅλον εἶναι ἐνιαυτὸν χρήσιμον, ὥσπερ καὶ τὰ κρόμμυα, καὶ τὰς γογγυλίδας, καὶ ἕτερά τε τοιαῦτα, τὰ μὲν δι' ὄξους μόνου, τὰ δὲ δι' ὀξάλμης συντιθέμενοι.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΝΗ'.

Περὶ ἀσπαράγων.

D ΕἼτε διὰ τοῦ φ. λέγειν ἐθέλοις, εἴτε διὰ τοῦ π. τὴν δευτέραν συλλαβὴν τῶν ἀσπαράγων, καθάπερ ἅπαντες, οὐ νῦν πρόκειται σκοπεῖν, οὐδὲ γὰρ τοῖς ἀττικίζειν τῇ φωνῇ σπουδάζουσιν, ἀλλὰ τοῖς ὑγιαίνειν ἐθέλουσι, γράφεται ταῦτα, κἂν τοῦτο δὴ τοῦ Πλάτωνος, μήτε γράμματα, μήτε νοῦν ἐπίστανται. καλούντων οὖν τῶν Ἑλλήνων σχεδὸν ἁπάντων, τοὺς ἁπαλοὺς καυλοὺς, ὅταν αὐξάνωνται πρὸς τὴν τοῦ καρποῦ τε καὶ σπέρματος ἐκβολὴν, ἀσπαράγους διὰ τοῦ π. τὴν δύναμιν αὐτῶν ἐροῦμεν, ἐπιτρέψαντες ὅπως ἂν ὀνομάζειν ἐθέλωσιν οἱ χρώμενοι. πολλὰ μὲν οὖν τῶν λαχάνων τε, καὶ ὅλως τῶν φυτῶν,
E γεννᾶν πέφυκεν ἐκβλαστήματα τοιαῦτα, πάντα δ' οὐκ ἐσθίουσιν αὐτά. καὶ διὰ τοῦτο περὶ τῶν συνηθεστέρων ὁ λόγος ἡμῖν ἔσται, καθάπερ ἐπὶ τῶν ἔμπροσθεν ἐποιησάμεθα. ὁ μὲν οὖν τῆς κράμβης, ὃ καὶ κῦμα καλοῦσιν ἔνιοι, κατὰ συναίρεσιν ἐμοὶ δοκεῖν, τοῦ διὰ τριῶν συλλαβῶν ὀνόματος, λεγομένου τοῦ κυήματος, τῆς κράμβης αὐτῆς ἧττον ξηραίνει, καίτοι τῶν ἄλλων λαχάνων ξηρότερος τὴν κρᾶσιν ὁ καυλὸς, τῶν φύλλων ἐστὶν, ὡς ἐπὶ τὸ πολὺ, καὶ μάλισθ' ὅταν ἐγγὺς ἥκῃ τοῦ τὸν καρπὸν ἀποχεῖν. λέγω δὲ ἄλλα λάχανα τοιαῦτα εἶναι, θριδακίνην, ἀτράφαξιν, βλίτον, τεῦτλον, μαλάχην, ἔμπαλιν τε ῥαφανίδος τε
F καὶ ἀσπαράγου, καὶ γογγυλίδος καὶ νάπυος καὶ καρδάμου, καὶ πυρέθρου, καὶ πάντων σχεδὸν ὅσα δριμέα, καὶ θερμὰ, ὑγρότερον εἶναι συμβέβηκε. ποιεῖ δὲ καὶ βολβὸς, καὶ σέλινον, καὶ σίον, εὔζωμόν τε καὶ ὤκιμον, ὀξυλάπαθόν τε καὶ λάπαθον, ἅπασαί τε λαχανώδεις πόαι τοιοῦτόν τινα, πρὶν ἐκκαρπεῖν, καυλόν. ἐκκαρπησάντων δὲ, ξηραίνεταί τε καὶ ἄχρηστον εἰς ἐδωδὴν ἀνθρώπων γίνεται. πάντα δὲ

τὰ τοιαῦτα, δι' ὕδατος ἑψηθέντα μετ' ἐλαίου, καὶ γάρου A προσφέρονται, βραχέος ὄξους ἐπεμβάλλοντες. ἡδύτερα γὰρ οὕτως, καὶ εὐστομαχώτερα γίνονται, τροφὴν μέν τοι τῷ σώματι δίδωσιν ὀλίγην τε καὶ οὐκ εὔχυμον.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΝΘ'.

Περὶ ἑτέρου γένους ἀσπαράγων.

Ἕτερον δὲ γένος ἀσπαράγων, ἐπὶ τοῖς θαμνώδεσι φυτοῖς γιγνόμενον, ὀξυμυρσίνη τε, καὶ χαμαιδάφνη, καὶ ὀξυάκανθα, καὶ τούτων ἕτεροί τινες, ὁ μὲν βασιλικὸς, ὁ δὲ B ἕλειος ὀνομαζόμενος, ὥσπερ γε καὶ ὁ τῆς βρυωνίας, ἕτερος τῶνδε. πάντες δέ εἰσιν εὐστόμαχοί τε, καὶ διουρητικοὶ, καὶ βραχὺ τὸ τρόφιμον ἔχοντες. εἰ μέν τοι πεφθεῖεν καλῶς οἱ τοιοῦτοι, τροφιμώτεροι τῶν ἐπὶ τοῖς λαχάνοις ἀσπαράγων εἰσὶν, ὅσῳ καὶ ξηρότεροι. ὁμοιότης δέ τίς ἐστι, τοῖς τε τῶν θάμνων, καὶ τοῖς τῶν δένδρων βλαστήμασιν, οὐκ ἀκριβὴς ταυτότης. καὶ γὰρ ξυλωδέστερα τὰ τῶν δένδρων, διὸ καὶ ῥητέον ἐφεξῆς περὶ αὐτῶν ἴδια.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ξ'. C

Περὶ βλαστῶν.

Οἱ βλαστοὶ τῶν δένδρων τε καὶ θάμνων, ἀναλογίαν ἔχουσι τοῖς ἐπὶ τῶν λαχάνων ἀσπαράγοις. ἐκβλαστήματα γάρ εἰσι κἀκεῖνοι πρὸς καρποῦ γένεσιν ἐξορμῶντος τοῦ φυτοῦ. διαφέρουσι δὲ, τῷ τῶν δένδρων μὲν τὸ στέλεχος ἀεὶ διαμένειν, ἀνάλογον ὑπάρχον τῷ κατὰ τὰ λαχανώδη τε, καὶ ποώδη καυλῷ, τὸν δ' ἐπὶ τούτων καυλὸν, ἐπέτειον εἶναι. πάντες οὖν οἱ βλαστοὶ τῶν δένδρων τε καὶ θάμνων, ἑψηθέντες D ἐν ὕδατι, βιβρώσκεσθαι δύνανται, πλὴν εἴ τινες, ἤτοι ἀηδεῖς, ἢ φαρμακώδεις εἰσὶν, οὐ μὴν ἐσθίουσιν αὐτοὺς οἱ ἄνθρωποι, διὰ τὴν τῶν ἄλλων ἐδεσμάτων, ὅσα βελτίω τούτων, ἀφθονίαν. ἐν λιμῷ δὲ, ὑπὸ τῆς ἀνάγκης, ἐπὶ τὴν ἐδωδὴν αὐτῶν ἔρχονται. τρέφουσι γάρ πως, ἐὰν καὶ αὐτοὶ καλῶς πεφθῶσι. κάλλιοι δ' αὐτῶν εἰσιν, οἱ τῆς τερμίνθου τε, καὶ ἄγνου, καὶ ἀμπέλου, καὶ σχοίνου, καὶ βάτου, καὶ κυνοσβάτου. παρ' ἡμῖν δὲ καὶ συντιθέντες εἰς ὄξος, ἢ ὀξάλμην, τοὺς τῆς τερμίνθου βλαστοὺς ἀποτίθενται.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΞΑ'. E

Περὶ τῆς ἐν τοῖς μέρεσι τῶν ἐσθιομένων φυτῶν διαφορᾶς.

Ἐβουλόμην ἂν ἀληθῆ τὸν Μνησιθέου λόγον ὑπάρχειν, ὃν ἐν τῷ περὶ τῶν ἐδεσμάτων ἔγραψεν. οἱ γὰρ καθόλου λόγοι, διὰ βραχείας λέξεως πολλὰ διδάσκουσιν, ὅταν τε ἀληθεῖς ὦσιν, ὥσπερ γε μεγάλα βλάπτουσιν, οὐκ ἀληθεύοντες. ἔστι δὲ, ἃ λέγει καθόλου περὶ τῶν ἐν τοῖς φυτοῖς μορίων ὁ Μνησίθεος, ταῦτα. Πρῶτον μὲν οὖν αἱ ῥίζαι πᾶσαι, δυσπεπτοί τέ εἰσι καὶ ταρακτικαὶ, λέγω δὲ οἷον ῥαφανίδες, σκόροδα, κρόμμυα, γογγυλίδες, καὶ πᾶν τὸ τοιοῦτον γένος, ὅσων γὰρ ἡ ῥίζα καὶ τὸ κατὰ F τῆς γῆς πεφυκὸς, ἐδώδιμόν ἐστι, πάντα τὰ τοιαῦτα εἰς τὴν δύσπεπτον ἰδέαν καταχωρίζεται. συμβαίνει γὰρ, τὰς τροφὰς, ἐκ τῶν ῥιζῶν, ἅπασι τοῖς μέρεσι τῶν φυομένων ἀναπέμπεσθαι. συνάγουσιν οὖν εἰς αὑτὰς ὑγρότητα πολλὴν αἱ ῥίζαι, καὶ ταύτην δύσπεπτον ἔχουσι τὴν πλείστην· οὐδὲ γὰρ

omnia aquæ incocta mandunt cum oleo, garo, pauco aceto adiecto, ita enim iucundiora sunt, stomachúmque magis iuuant. Alimentum tamen paucum dant corpori, & id non boni succi.

CAPVT LIX.

De alio genere Asparagorum.

Aliud autem asparagorum est genus, quod in plantis fruticosis prouenit, oxymyrsine, chamædaphne, & oxyacantha. Ab his præterea alij sunt diuersi, quorum alius regius, alius palustris nominatur: quemadmodum & alius est bryoniæ, ab his diuersus. Omnes autem stomachum iuuant, vrináſque cient, & parum nutriunt. Si tamen ij bellè conficiantur, tanto firmiùs alunt, quàm olerum asparagi, quo ipsi sunt sicciores. Porrò arborum, ac fruticum germina inter se quodammodo sunt similia; non tamen omninò eadem; arborum enim germina sunt lignosiora, proinde de ipsis quoque seorsum nobis deinceps est dicendum.

CAPVT LX.

De Germinibus.

Arborum, ac fruticum germina olerum asparagis proportione respondent. Sunt enim hæc quoque productiones quædam, quum planta ipsa fructum parat producere; eo tamen differunt, quòd arborum quidem stipes (qui cauli oleraceorum, & herbaceorum proportione respondet) perpetuò manet; in illis autem caulis est annuus. Omnia igitur arborum, ac fruticum germina, aquæ incocta mandi possunt, præter insuauia quædam, ac medicamentosa; quum tamen vulgo aliis cibis præstantioribus affluunt, illis abstinent; vescuntur tamen vrgente fame, nam nutriunt & ipsa aliquantum, si confecta probè fuerint; omnium autem præstantissima sunt terebinthi, & viticis, vitis, iunci, rubi, & canirubi, germina. Nostrates autem terebinthi germina in aceto, vel muria condentes reponunt.

CAPVT LXI.

De discrimine, quod partibus plantarum esculentarum inest.

Optarem vera esse quæ Mnesitheus in opere de alimentis conscripsit. Vniuersalia enim præcepta, si vera sunt, multa paucis verbis docent; quemadmodum, si falsa sunt, multum sunt nocua. Quæ igitur Mnesitheus de partibus plantarum in vniuersum præcipit, hæc sunt: *Primum igitur radices omnes concoctu sunt difficiles, turbationémque inferunt; verbi gratia, radiculæ, allia, cæpæ, rapa, & reliqua eiusdem generis, quorum enim radix, seu quod intra terram prouenit, est esculentum, omnia hæc inter ea, quæ concoctu sunt difficilia, numerantur. Nam quum radices sursum omnibus plantarum partibus mittant alimentum, accidit vt humorem multum in se ipsis colligant, eúmque crudum habeant plurimum, neque enim*

fieri

A *fieri potest vt ipse totus sit concoctus; quandoquidem quod coctum est id perfectum esse videtur: atqui humor qui radicibus inest, alibi in partes plantæ distributus coctionem perfectam acquirat necesse est; partes enim omnes à radicibus alimentum recipiunt; necesse igitur est ibidem humores crudos aceruari; quo loco collecti, coctionem absolutam, quæ fit in partibus supernis expectant. Non abs re igitur in radicibus plurimum humoris inconfecti continetur. Meritò sanè & corporibus nostris alimentum ab iis relinquitur humidum, ac turbationis plenum.* Hæc tibi Mnesithæi est sententia, quæ verbis quidem videtur probabilis, expe- B rientia autem falsa esse conuincitur. Siquidem radiculæ radicem habent caule ipso, ac foliis multo acriorem: similiter, & cæpa, ampeloprasum, porrum, & allium: quod si betæ quoque & maluæ, & rapæ, radicem comparare ad folia volueris, plus virium in ea inuenies: quemadmodum, & in althææ, quæ agrestis quædam malua esse videtur: nam radix ipsius, vt & betæ, quum tumores multos inflammatos discutiat, facultatem suam indicat: id quod ipsorum folia nequeunt efficere. Quin & plantarum medicamentosarum, quibus radices prædictis C sunt similes, folia sunt imbecilliora, vt cyclamini, scillæ, ari, dracontij, ac complurium aliarum, vt enim in aliis plantis substantiæ pars maxima in caule est, ac stipite, ita in his in radice, quam radicem ipsarum natura auget maximè, ac nutrit, & quod in ea probè confectum non fuerit, in folia, & caulem excernit. Hæc igitur hyeme radicem habent magnam: vere autem, quum semen parant producere, caulem proferunt. Videtur autem natura in animalibus quoque interdum totius substantiæ animalis ex- D crementis (quemadmodum & Aristoteles prodidit) ad partium quarundam non necessariarum procreationem abuti: vt in ceruis quidem ad cornua, in aliis autem animalibus ad pilos, ac spinas multas, & magnas producendas. Tutius itaque est gustantem priùs, atque olfacientem, singulas plantarum partes, ipsas per se explorare, pòst autem mandentem experiri; quandoquidem olfactus, ac gustus, cuiusmodi saporem, ac odorem pars plantæ habeat, edocentes; cum iis etiam temperamentum omne statim ostendunt. Experientia autem, si modo quis ipsam cum propriis distinctionibus fecerit, facultas ipsa E plane inuenitur. Interdum etiam cum iis, ipsius plantæ consistentia cum succo, qui ipsi inest, indicat: quædam enim succum habent humidum quendam & aqueum: aliæ crassum, vel lentum, quos etiam succos priuatim rursum gustare conueniet: quidam enim ex ipsis sunt acres, aut acidi, aut amari, alij salsi: quemadmodum, & quidam ipsorum sunt austeri, alij acerbi, alij aquei, aut dulces. Non est igitur audiendus Mnesitheus tanquam verum in vniuersum dicat, sed potius singulæ plantarum partes ipsæ per se F experientiâ examinandæ.

CAPVT LXII.

De Rapis.

HVius plantæ (quam γογγυλίδα, aut βουνιάδα appelles licet) oleraceum quidem est quod

ἐνδέχεται πεπεμμένην αὐτὴν εἶναι πᾶσαν. τὸ γὰρ πεπεμμένον δοκεῖ τετελειῶσθαι, τὸ δ' ἐν ταῖς ῥίζαις ὑγρὸν, ἑτέρωθεν δεῖ λαβεῖν τὸ τέλος τῆς πέψεως, διαδοθὲν ἐπὶ τὰ μόρια τοῦ φυομένου· πάντα γὰρ ἀπὸ τῆς ῥίζης τρέφεται, διόπερ ἀναγκαῖον ἀπέπτους αὐτόθι τὰς ὑγρότητας εἶναι· συνειλεγμέναι γὰρ ἐνταῦθα, περιμένουσι τὸ τέλος τῆς ἄνω πέψεως. ὥστ' ἐν ταῖς ῥίζαις εὔλογον ἀκατεργάστους εἶναι τὰς πλείστας ὑγρότητας. εἰκότως οὖν καὶ τοῖς ἡμετέροις σώμασιν, ἀπὸ τούτων τὴν τροφὴν ὑγρὰν καταλείπεσθαι καὶ ταραχώδη. αὕτη σοι καὶ ἡ τοῦ Μνησιθέου ῥῆσις, ἔχει μὲν τοῦ λόγου πιθανὴ, τῇ πείρᾳ δὲ, κρινομένη ψευδής, αἱ γοῦν ῥαφανίδες, τὴν ῥίζαν ἔχουσι πολὺ δριμυτέραν τοῦ τε καυλοῦ, καὶ τῶν φύλλων· ὡσαύτως δὲ καὶ τὸ κρόμμυον, ἀμπελόπρασόν τε, καὶ πράσον, καὶ σκόροδον. εἰ δὲ καὶ τεύτλου, καὶ μαλάχης, καὶ γογγυλίδος, ἐθέλοις παραβάλλειν τὴν ῥίζαν τοῖς φύλλοις, ἰσχυροτέραν εὑρήσεις τὴν δύναμιν· ὥσπερ γε καὶ τῆς ἀλθαίας, ἥπερ ἀγρία τις εἶναι δοκεῖ μαλάχη. δηλοῖ γοῦν καὶ αὐτῆς ἡ ῥίζα τὴν δύναμιν, ὥσπερ καὶ ἡ τοῦ τεύτλου, διαφοροῦσα πολλοὺς τῶν φλεγμαινόντων ὄγκων. οὐ μήν τε τὰ φύλλα αὐτῶν, ἰσχυρὰ δρᾶσαι τοῦτο. καὶ μέντοι καὶ τῶν φαρμακωδῶν φυτῶν, ὅσα τὰς ῥίζας ὁμοίας τοῖς εἰρημένοις ἔχει, καὶ τούτων ἀσθενέστερα τὰ φύλλα, κυκλαμίνου, καὶ σκίλλης, καὶ ἄρου, καὶ δρακοντίου, καὶ ἄλλων πάνυ πολλῶν. ὥσπερ γὰρ ἐπ' ἄλλων φυτῶν, τὸ πλεῖστον τῆς οὐσίας, ἔν τε τοῖς καυλοῖς, καὶ τοῖς στελέχεσιν· οὕτως ἐπὶ τούτων ἐν τῇ ῥίζῃ, καὶ ταύτην ἡ φύσις αὐτῶν μάλιστα αὐξάνει τε καὶ τρέφει, καὶ τὸ μὴ καλῶς ἐν αὐταῖς κατεργασθὲν, εἴς τε τὰ φύλλα καὶ τοὺς καυλοὺς ἀποκρίνει. τὴν μὲν οὖν ῥίζαν ἔχει ταῦτα, καὶ διὰ τοῦ χειμῶνος μεγάλην, τὸν καυλὸν δὲ, φύει κατὰ τὸ ἔαρ, ἡνίκα πρὸς τὸν καρπὸν ἐξορμᾷ. φαίνεται δὲ κἀπὶ τῶν ζώων, ἡ φύσις ἐνίοτε τὸ περίττωμα τῆς ὅλης οὐσίας τοῦ ζώου, καθάπερ καὶ Ἀριστοτέλης ἔλεγεν, εἰς τινων μορίων οὐκ ἀναγκαίων καταχρῆσθαι γένεσιν, ὡς ἐπὶ τῶν ἐλάφων μὲν, εἰς τὰ κέρατα· κατ' ἄλλα δὲ τῶν ζώων, εἰς πλῆθος καὶ μέγεθος ἀκανθῶν, ἢ τριχῶν. ἐπισκοπεῖσθαι τοίνυν ἀσφαλέστερόν ἐστιν, ἕκαστον τῶν ἐν τοῖς φυτοῖς μορίων, αὐτὸ καθ' αὑτὸ, γευόμενον μὲν καὶ ὀσμώμενον πρότερον, εἶτα καὶ διὰ τῆς ἐδωδῆς πειρώμενον· ἡ μὲν γὰρ ὄσφρησίς τε καὶ ἡ γεῦσις, ὁποῖόν τινα τὸν χυμόν τε καὶ τὸν ἀτμὸν ἔχει τὸ μόριον τοῦ φυτοῦ διδάσκουσαι, συνενδείκνυνται τούτοις εὐθέως, καὶ τὴν ὅλην κρᾶσιν αὐτοῦ. διὰ δὲ τῆς πείρας, ἐάν γέ τις αὐτὴν ποιῆται μετὰ τῶν οἰκείων διορισμῶν, ἀκριβῶς ἡ δύναμις εὑρίσκεται, συνενδεικνυμένης αὐτοῖς ἐνίοτε καὶ τῆς συστάσεως τοῦ φυτοῦ, μετὰ καὶ τοῦ κατ' αὐτὸ χυλοῦ. τινὰ μὲν γὰρ ὑγρὸν καὶ ὑδατώδη, τινὰ δὲ, παχὺν ἢ γλίσχρον ἔχει τὸν χυμὸν, ὧν καὶ αὐτῶν ἰδίᾳ πάλιν γεύεσθαι προσήκει. ἔνιοι μὲν γὰρ αὐτῶν εἰσι δριμεῖς, ἢ ὀξεῖς, ἢ πικροὶ, ἔνιοι δὲ ἁλυκοί τε καὶ ἁλμυροὶ, καθάπερ γέ τινες μὲν αὐτῶν αὐστηροὶ, τινὲς στρυφνοὶ, τινὲς δὲ ὑδατώδεις, ἢ γλυκεῖς. οὐκ οὖν χρὴ πεισθέντας τῷ Μνησιθέῳ πιστεύειν ὡς ὑγιεῖ καθόλου τῷ λόγῳ, πειρᾶσθαι δὲ μᾶλλον ἑκάστου τῶν ἐν τοῖς φυτοῖς μορίων, αὐτὸ καθ' ἑαυτό.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΞΒ'.

Περὶ γογγυλίδων.

ΕΙτε γογγυλίδα καλεῖν, εἴτε βουνιάδα βούλοιο τὸ φυτὸν τοῦτο, λαχανῶδες μὲν αὐτοῦ τὸ τῆς γῆς ἐξέχον, ἡ δ' ἐν

αὐτῇ περιεχομένη ῥίζα, πρὶν μὲν ἑψηθῆναι, σκληρά καὶ ἄβρωτος ὑπάρχει, δι' ὕδατος δ' ἑψηθεῖσα, θαυμάσαιμ' ἂν εἴ τινος τῶν ὁμογενῶν φυτῶν, ἔλαττον τρέφει. πολυειδῶς δὲ καὶ ταύτην σκευάζουσιν ἄνθρωποι, ἄχρι τοῦ συντιθέναι δι' ἅλμης, ἢ ὄξους, ὡς ἔχειν εἰς ὅλον ἐνιαυτὸν χρῆσθαι. χυμὸν δ' ἀναδίδωσιν εἰς τὸ σῶμα παχύτερον τοῦ συμμέτρου, διὸ κἂν πλεονάσῃ τις ἐπὶ τῆς ἐδωδῆς αὐτοῦ, καὶ μάλιστα, ἐάν τις ἐνδεῶς ἐν τῇ γαστρὶ πέττῃ αὐτήν, ἀθροίσει τὸν καλούμενον ὠμὸν χυμόν. εἰς ὑποχώρησιν δὲ γαστρὸς, οὔτ' ἐναντιοῦσθαι αὐτήν τις, οὔτε συντελεῖν φαίη, καὶ μάλιστα ὅταν ἑψηθῇ καλῶς. χρήζει γὰρ αὕτη πλείονος ἑψήσεως, καὶ γίνεται καλλίστη, δὶς ἑψηθεῖσα, καθότι λέλεκται πρόσθεν ὑπὲρ τῆς τοιαύτης σκευασίας. εἰ δ' ὠμοτέρα ληφθείη, δυσπεπτότερός ἐστι, καὶ φυσώδης, καὶ κακοστόμαχος. ἐνίοτε δὲ καὶ δῆξιν ἐργάζεται κατὰ τὴν γαστέρα.

A terra extat: radix autem quæ terra continetur, dura quidem est, nisi coquatur, & non esculenta: aquæ autem incocta, miraberis quod nullâ plantarum congenerum minus nutriat: hanc quoque variè vulgò apparant, adeo, vt in muria, vel aceto condientes, in totum annum ipsa vtantur. Succum autem in corpus distribuit mediocri crassiorem: proinde si quis ipsa liberaliùs vescatur, succum crudum quem vocant, aceruabit, potissimùm si ipsam minus iusto in ventriculo confecerit. Quod verò ad ventrem attinet, nemo ipsam, aut deiicere, aut sistere dixerit, præsertim quum cocta bellè fuerit: coctionem enim B diuturniorem postulat: eáque est laudatissima, quæ cocta bis fuerit, quemadmodum prius de eiusmodi præparatione docuimus, quòd si sumpta crudior fuerit, concoctu est difficilior, ac flatulenta stomachóque noxia: nonnunquam autem, & ventrem mordicat.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ξγ'.

Περὶ ἄρου.

Ἔστι μὲν ἡ ῥίζα καὶ τούτου τοῦ φυτοῦ, παραπλησίως ἐσθιομένη τῇ τῆς γογγυλίδος. ἐν χώραις δέ τισι φύεται δριμυτέρα πως, ὡς ἐγγὺς εἶναι τῇ τοῦ δρακοντίου. καὶ χρὴ τὸ πρότερον αὐτῆς ὕδωρ ἀποχέοντα κατὰ τὴν ἕψησιν, εἰς ἕτερον ἐπεμβάλλειν θερμὸν, ὡς ἐπὶ κράμβης τε καὶ φακῆς εἴρηται. κατὰ δὲ Κυρήνην, ἔμπαλιν ἔχει τὸ φυτὸν, πρὸς τὴν παρ' ἡμῖν χώραν. ἥκιστα γὰρ ἔχει φαρμακῶδές τε καὶ δριμὺ, τὸ ἄρον, ἐν ἐκείνοις τοῖς τόποις, ὡς καὶ τῶν γογγυλίδων εἶναι χρησιμώτερον. καὶ διὰ τοῦτο, καὶ εἰς Ἰταλίαν κομίζουσι τὴν ῥίζαν, ὡς ἂν καὶ διαμένειν δυναμένην χρόνῳ πλείονι, χωρὶς τοῦ σαπῆναί τε, καὶ βλαστῆσαι: πρόδηλον δ', ὅτι πρὸς μὲν τροφὴν, ἡ τοιαύτη κρείττων ἐστὶν, εἰ δέ τις ἀναβήττειν ἐκ θώρακός τε, καὶ πνεύμονος βούλοιτό τι τῶν ἀθροιζομένων ἐν αὐτοῖς παχέων, ἢ γλίσχρων ὑγρῶν, ἡ δριμυτέρα, καὶ φαρμακωδεστέρα βελτίων. ἐσθίεται δὲ δι' ὕδατος ἑψηθεῖσα, μετὰ νάπυος, ἢ μετ' ὄξους, σὺν ἐλαίῳ, καὶ γάρῳ, καὶ μέν τοι καὶ μεθ' ὑποτριμμάτων, ἄλλων τε, καὶ τῶν διὰ τοῦ τυροῦ σκευαζομένων. οὐκ ἄδηλον δ', ὅτι καὶ ὁ ἐξ αὐτῆς ἀναδιδόμενος, εἰς ἧπάρ τε καὶ ὅλον τὸ σῶμα χυμὸς, ἐξ οὗ τρέφεται τὰ ζῷα, παχύτερός πώς ἐστιν, ὡς ἐπὶ τῶν γογγυλίδων εἴρηται, καὶ μάλισθ' ὅταν ὦσιν αἱ ῥίζαι, καθάπερ αἱ ἀπὸ τῆς Κυρήνης, ἀφάρμακοι. παρ' ἡμῖν γὰρ ἐν Ἀσίᾳ, πολλὰ τῶν ἄρων δριμύτερά ἐστι καὶ ἤδη φαρμακώδη τὴν δύναμιν ἔχει.

CAPVT LXIII.

De Aro.

Manditur & huius plantæ radix eodem modo, quo rapi. C In quibusdam autem regionibus acrior quodammodo prouenit, vt propè ad dracontij radicem accedat. Et dum ipsam coquis, priore aqua effusa, in aliam calidam conuenit coniicere: quemadmodum in brassica, ac lente diximus, ad Cyrenem autem planta hæc à nostrate est diuersa: nam in illis locis Arum minimè est medicamentosum, & acre, vt rapis etiam sit vtilius: idcirco hanc quoque radicem in Italiam aduehunt, vt quæ longiori tempore imputris, & sine germine possit perdurare. Perspicuum autem est, quod talis in cibo quidem est præstantior: si quis tamen humores crassos, D vel lentos in thorace, & pulmonibus collectos tussi velit eiicere, acrior, ac medicamentosa magis est præferenda. Manditur autem, & aquæ cum sinapi, vel aceto incocta, cum oleo, & garo, atque etiam cum condimentis, saléque, & iis quæ ex caseo parantur. Non obscurum etiam est, quod succus, qui ex ipsa in hepar, & totum corpus distribuitur, ex quo animalia aluntur, crassior quodammodo est, quemadmodum de rapis diximus: potissimum quum radices ipsæ qualitatis medicamentosæ fuerint expertes: cuiusmodi sunt, quæ Cyrenis afferunt. Quandoquidem apud E nos in Asia Arum magna ex parte est acrius, facultatémque habet iam medicamentosam.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ξδ'.

Περὶ δρακοντίου.

Καὶ τούτου τὴν ῥίζαν ἕψοντες δίς που καὶ τρὶς, ὡς ἀποθέσθαι τὸ φαρμακῶδες, ἐσθίειν ἐνίοτε δίδομεν, ὥσπερ καὶ τὰς τῶν ἄρων, ὅταν ἰσχυροτέρας δέηται δυνάμεως, τὰ κατὰ θώρακα καὶ πνεύμονα περιεχόμενα γλίσχρα καὶ παχέα. κοινὸν δὲ ἐπὶ πάντων ἐδεσμάτων μεμνῆσθαί σε χρὴ, τὰ μὲν δριμέα καὶ πικρὰ, κατὰ τὴν ἐδωδὴν ἐλάττονα τροφὴν διδόναι τῷ σώματι, τὰ δ' ἄποια, καὶ μᾶλλον αὐτῶν τὰ γλυκέα, πολλὴν, ἔτι δὲ μᾶλλον, ἐὰν ἐστηριγμένην ἔχωσι τὴν οὐσίαν, ὡς μήτε ὑγρὰ, μήτε παχέα, μήτε χαῦνα ταῖς συστάσεσιν ὄντα. τούτων δὴ

CAPVT LXIV.

De dracontio.

Hvius quoque radicem bis, térve elixantes, quoad medicamentosum omne deposuerit, nonnunquam exhibemus mandendam, quemadmodum & ari, quando humores crassi, & lenti, qui in thorace, ac pulmonibus habentur, vi F maiore indigent. Commune autem id omnibus cibariis memoria est tenendum, quòd acria quidem, & amara, si edantur, corpus parcius nutriunt: insipida autem, & iis adhuc magis dulcia, multum: & multò magis, si compactam habeant substantiam, vt neque humida sint consistentia, neque crassa, neque laxa. Hæc certè

si

si perpetuò memoria tenueris; & præterea attẽderis, nũ singula, quæ explorantur, dum elixantur, aut assantur, aut in sartagine parãtur, suæ qualitatis vehementiã deponãt; nihil erit, quod à me de omnibus speciatim audire desideres; sed (quod in aliis feci) ea potissimũ exponã, quibus assiduè vescimur.

A ἀεὶ μεμνημένος, ἔτι δὲ καὶ προσέχων, εἰ κατὰ τὰς ἑψήσεις, ἢ ὀπτήσεις, ἢ τὰς διὰ τηγάνου σκευασίας ἀποτίθεται τὰς ἰσχυρὰς ποιότητας, ἕκαστα τῶν εἰς πεῖραν ἀγομένων, οὐ δεήσῃ παρ' ἐμοῦ περὶ πάντων ἀκοῦσαι κατ' εἶδος. ἀλλ' ὥσπερ ἐπὶ τῶν ἄλλων ἐποίησα, τὰ συνεχῶς ἐσθιόμενα μάλιστα ἐξηγήσομαι.

CAPVT LXV.

De Asphodelo.

Radix asphodeli, & magnitudine, & figura, & amarore scillæ radici quodãmodo est similis. Si tamen, vt lupini, paretur, maximam partem sui amaroris deponit, in eóque à scilla discrepat; nam scillæ qualitas difficillimè eluitur. Hesiodus certè asphodelum laudat, quum sic ait.

Nec quanta in malua atque albuco sint bona, norunt.

Equidem noui quosdam rusticos qui grassante fame vix tandem compluribus elixationibus, lotionibus, macerationibúsque in aqua dulci esculentam ipsam reddiderint. Porrò hæc quoque radix, quemadmodum & dracontij, facultatem habet tenuandi, atque aperiendi, proinde quidam pro summo remedio ipsius recentissimum turionem ictero laborantibus exhibent.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΞΕ'.

Περὶ ἀσφοδέλου.

Τῇ τῆς σκίλλης ῥίζῃ, παραπλησία πώς ἐστιν ἡ τοῦ ἀσφοδέλου, μέγεθος, καὶ σχῆμα, καὶ πικρότητα. B σκευαζομένη μέντοι καθάπερ οἱ θέρμοι, τὸ πλεῖστον τῆς πικρότητος ἀποτίθεται. καὶ ταύτῃ σκίλλης διαφέρει. δυσέκνιπτος γάρ ἐστιν ἱκανῶς, ἡ ἐκείνης ποιότης. Ἡσίοδος μὲν οὖν ἔοικεν ἐπαινεῖν τὸν ἀσφόδελον ἐν οἷς φησίν.

Οὐδ' ὅσον ἐν μαλάχῃ τε καὶ ἀσφοδέλῳ μέγ' ὄνειαρ.

Ἐγὼ δ' οἶδα, διὰ λιμὸν, ἀγροίκους τινὰς ἑψήσεσί τε πλείοσι, καὶ ἀποβρέξεσιν ἐν ὕδατι γλυκεῖ, μόλις αὐτὴν ἐδώδιμον ἐργασαμένους. ἥ γε μὴν δύναμις καὶ ταύτης τῆς ῥίζης, ἐστὶν ἐκφρακτική τε καὶ λεπτυντική, καθάπερ C καὶ ἡ τοῦ δρακοντίου. διὸ καὶ τὸν ἀσπάραγον αὐτοῦ, τοῖς ἰκτερώδεσι διδόασί τινες, ὡς μέγιστον ἴαμα.

CAPVT LXVI.

De Bulbis.

Bulbi quoque eiusdem cum prædictis sunt generis. Manditur enim ipsorum radix sine foliis, vere autem interdum, & asparagus. Facultatem autem habet in se amaram, & austeram, eámque insignem: vnde etiam stomachum exolutum, ad appetendum quodammodo excitat. Et quanquam in corporis substãtiam habeat crassiorem, ac lentam magis, non tamẽ aduersatur ne iis quidem, quibus ex thorace, ac pulmonibus aliquid conuenit expuere: sed quũ amaritudo ipsa suapte natura, crassa ac lenta incidat, crassitiei aduersatur, quemadmodum in commentariis de medicamentis docuimus. Quaprõpter si elixi bis fuerint, magis quidem nutrient: verùm quum amarorem omnẽ iam deposuerint, aduersabuntur iis quæ sputo sunt eiicienda: melius autẽ tunc fuerit ipsos ex aceto, oleo, & garo mixtis, mandere: suauiores enim sic quidẽ fiũt, & magis nutrientes, flatúsque magis expertes, ac concoctu faciliores. Quidam autem ex ipsorum esu liberaliore semen sibi inauctum, séque ad venerem alacriores redditos manifestè senserunt. Variè autem ipsos vulgo apparant: nam non modò in aqua elixos, vt dixi, mandunt, verùm etiam patinas ex ipsis variè condiunt: sunt qui & frixos, alij assos super prunas, mandunt, verùm hi quidem diuturnam elixationem non sustinent, sed exigua admodũ sunt contenti, quidam autẽ austeritate ipsorum, atque amarore seruatis delectati, omnino non elixant: incitant enim ipsos magis ad cibum capescendũ: iuuabuntur tamen, si duos, aut tres dies ipsis, vt appetentiam excitantibus, vsi fuerint: quod si iis ita paratis largiùs vtantur, & potissimũ, si (vt solent) crudiores sumant, in cruditatem rursus incident. Sunt qui flatus etiam & tormina, nisi bellè fuerint concocti inferant. Cæterùm alimentũ, quod ex iis ita mansis fit, nõ boni est succi: ex iis autem, qui plurimùm, aut vt diximus, bis elixi fuerint, succus gignitur crassior quidem, verum præstantior alioqui, & qui valentiùs nutriat.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ξϛ'.

Περὶ βολβῶν.

Ἐκ ταὐτοῦ τοῦ γένους εἰσὶ καὶ οἱ βολβοὶ, τοῖς προειρημένοις. ἐσθίεται γὰρ αὐτῶν ἡ ῥίζα χωρὶς τῶν φύλλων· ἐν ἦρι δέ ποτε καὶ ὁ ἀσπάραγος. ἔχει δ' ἐν αὐτῷ, πικράν τε καὶ αὐστηρὰν δύναμιν ἐπιφανῆ. διὸ καὶ τὸν στόμαχον ἐκλελυμένον, ἐπεγείρει πως εἰς ὄρεξιν. οὐκ ἐναντιοῦται δὲ, οὐδὲ τοῖς ἀναπτύειν τι δεο- D μένοις ἐκ θώρακός τε καὶ πνεύμονος, καίτοι τὴν οὐσίαν τοῦ σώματος παχυτέραν τε καὶ γλισχροτέραν ἔχοιεν. ἀλλ' ἡ πικρότης, αὐτίκα παρὰ τῷ πάχει, τέμνειν τὰ γλίσχρα, καὶ παχέα, πέφυκεν. καθάπερ ἐν τοῖς περὶ τῶν φαρμάκων εἴρηται, διὸ κἂν δὶς ἑψηθέντες ληφθῶσι, τροφιμώτεροι μέν εἰσι, ἐναντιοῦνται δὲ ἤδη τοῖς ἀναπτύεσθαι δεομένοις, ὡς ἂν ἀποτιθέμενοι τὸ πικρὸν ἅπαν. ἐσθίειν δ' αὐτοὺς ἄμεινον τηνικαῦτα, δι' ὄξους, ἅμα ἐλαίῳ, καὶ γάρῳ, καὶ ἡδίους οὕτω γε τροφιμώτεροι, καὶ ἀφυσότεροι, καὶ πεφθῆναι ῥᾴους γίγνονται. πλεονάσαντες δὲ κατὰ τὴν ἐδωδὴν E αὐτῶν ἔνιοι, προδήλως ᾔσθοντο, καὶ σπέρμα πλεῖον ἴσχοντες, καὶ προθυμότεροι γιγνόμενοι πρὸς ἀφροδίσια. σκευάζουσι δὲ καὶ τούτους οἱ ἄνθρωποι πολυειδῶς. οὐ γὰρ μόνον ἑφθοὺς, ὡς ἔφην, δι' ὕδατος, ἀλλὰ καὶ λοπάδας ἐξ αὐτῶν ποικίλως ἠρτυμένας συντιθέασιν, ἐκ ταγήνου τέ τινες ἄλλοι προσφέρονται, πολλοὶ δ' ὀπτῶντες ἐπ' ἐσχάρας. ἀλλ' οὗτοί γε τὴν πολλὴν ἕψησιν οὐχ ὑπομένουσιν, ἀρκοῦνται δὲ πάνυ βραχείᾳ. τινὲς δ' οὐδ' ὅλως προσέψουσι χαίροντες αὐτῶν τῷ πικρῷ τε καὶ αὐστηρῷ διασωζομένῳ. προτρέπει γὰρ αὐτοὺς μᾶλλον ἐπὶ τὴν ἐδωδὴν, ἀλλ' εἰ μὲν ὡς προτρέποντι χρήσαιντο, μέχρι δυοῖν ἢ καὶ τριῶν προσελ- F θόντες, εἴη ἄν τι πλέον αὐτοῖς, εἰ δὲ πλεονάσαιεν ἐπὶ τῶν οὕτω σκευασθέντων, καὶ μάλισθ' ὅταν, ὡς εἰώθασιν, ὠμοτέρους αὐτοὺς λαβόντες, αὐτοὶ πάλιν ἀπεπτήσονται. καί τινές γε, καὶ φύσας, καὶ στρόφον ἐπιφέρουσι μὴ πεφθέντες καλῶς. ἐκ μὲν δὴ τῶν οὕτως ἐσθιομένων, οὐκ εὔχυμος ἡ τροφὴ γίγνεται. τῶν δ' ἐπὶ πλεῖστον ἑψηθέντων, ἢ καὶ δὶς, ὡς εἴρηται, παχύτερος μὲν ὁ χυμὸς, ἀμείνων δὲ τἄλλα, καὶ τροφιμώτερος γίνεται.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΞΖ'.

Περὶ σταφυλίνου, καὶ δαύκου, καὶ κάρεως.

Αἱ ῥίζαι καὶ τούτων ἐσθίονται. τροφὴν δ' ἥττονα τῶν γογγυλίδων ἔχουσι, καθάπερ γε καὶ τῶν Κυρηναίων ἄρων. θερμαίνουσι δὲ σαφῶς, καί τι καὶ ἀρωματίζον ἐμφαίνουσι. τὸ μὲν οὖν δύσπεπτον αὐταῖς ὁμοίως ὑπάρχει, ταῖς ἄλλαις ῥίζαις. οὐρητικαὶ δ' εἰσί, καὶ εἰ πλεονάζοι τις αὐτῶν ἐν τῇ χρήσει, κακόχυμα μετρίως. εὐχυμότερος γε μήν ἐστιν, ἡ κάρος, τοῦ σταφυλίνου. τινὲς δὲ τὸν ἄγριον σταφυλῖνον, ὀνομάζουσι δαῦκον, οὐρητικώτερον μὲν ὄντα, φαρμακωδέστερον δ' ἤδη, καὶ πολλῆς ἑψήσεως δεόμενον, εἰ μέλλοι τις ἐσθίειν αὐτόν.

CAPVT LXVII.

De Pastinaca, Dauco, & Caro.

A Horum quoque radices manduntur, minus tamẽ quàm rapæ, & arum Cyrenaicũ nutriunt. Calefaciũt autem insigniter, & aromaticum quiddam ostentant: cæterũ quomodo & aliis radicibus conficiendi difficultas ipsis inest. Vrinã autẽ cient: & si quis ipsis copiosius vtatur, vitiosum succum, mediocriter gignent. Cari tamẽ radix melioris est B succi, quàm pastinacæ. Quidam autem pastinacam agrestem, vocat daucum, qui vrinam quidem mouet potentius, medicamentosior tamen iam est, multúmque, si quis eo vesci velit, est elixandus.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΞΗ'.

Περὶ ὕδνων.

Ἐν ῥίζαις, ἢ βολβοῖς ἀριθμεῖν ἀναγκαῖον ἐστι καὶ ταῦτα, μηδεμίαν ἔχοντα σαφῆ ποιότητα. χρῶνται τοιγαροῦν αὐτοῖς οἱ χρώμενοι, πρὸς ὑποδοχὴν ἀρτυμάτων, ὥσπερ καὶ τοῖς ἄλλοις, ὅσα καλοῦσιν ἄποια, καὶ ἀβλαβῆ, καὶ ὑδατώδη κατὰ τὴν γεῦσιν. ἔστι δ' ἁπάντων αὐτῶν κοινόν, ὡς μηδὲ τὴν ἀναδιδομένην εἰς τὸ σῶμα τροφὴν, ἐξαίρετόν τινα δύναμιν ἔχειν, ἀλλ' ὑπόψυχρον μὲν εἶναι, τῷ πάχει δ', ὁποῖον ἂν τι καὶ αὐτὸ τὸ ἐσθιόμενον ᾖ, παχύτερον μὲν τὸ ἐξ ὕδνων, ὑγρότερον δὲ καὶ λεπτότερον ἐκ κολοκύνθης, ἐπί τε τῶν ἄλλων, ἀνάλογον.

CAPVT LXVIII.

De Tuberibus.

Hæc quoque radicibus, aut bulbis sunt annumeranda, vt quę nullam qualitatẽ habeant insignem: proinde quę ipsis vtuntur, vtuntur ad condimenta excipienda, quemadmodum & aliis quæ C vocant insipida, & innoxia, & ad gustum aquosa. Quibus omnibus est commune, vt alimentum quod ab ipsis in corpus distribuitur nullam insignem habeat facultatem, sed subfrigidum quidem sit, crassitie verò quale id ipsum est quod sumptum fuerit. Crassius quidem est, quod ex tuberibus: humidius autem, ac tenuius, quod ex cucurbita: atque in aliis proportione.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΞΘ'.

Περὶ μυκήτων.

Καὶ μυκήτων, οἱ βωλίται καλῶς ἑψηθέντες ἐν ὕδατι, πλησίον ἥκουσι τῶν ἀποίων ἐδεσμάτων. οὐ μὴν οὕτω γε μόνοις αὐτοῖς ἄνθρωποι χρῶνται. σκευάζουσι δὲ καὶ ἀρτύουσι πολυειδῶς, ὥσπερ καὶ τἄλλα ὅσα μηδεμίαν ἐξαίρετον ἔχει ποιότητα. φλεγματώδης δ' ἐστὶν ἡ ἐξ αὐτῶν τροφή. καὶ δῆλον ὅτι καὶ ψυχρά, κἂν πλεονάζῃ τις ἐν αὐτοῖς, κακόχυμος. ἀβλαβέστατοι μὲν οὖν τῶν ἄλλων μυκήτων εἰσὶν οὗτοι· δεύτεροι δὲ μετ' αὐτῶν οἱ ἀμανῖται· τῶν δ' ἄλλων, ἀσφαλέστερόν ἐστι μηδ' ὅλως ἅπτεσθαι· πολλοὶ γὰρ ἐξ αὐτῶν ἀπέθανον. ἐγὼ δ' οἶδά τινα, καὶ τῶν βωλιτῶν αὐτῶν, οἵπερ ἀβλαβέστατοι δοκοῦσιν εἶναι, πλείονας οὐκ ἀκριβῶς ἑφθοὺς φαγόντα, θλιβέντα τὸ στόμα τῆς κοιλίας, καὶ βαρυνθέντα, καὶ στενοχωρηθέντα, καὶ δυσπνοήσαντα, καὶ λιποψυχήσαντα, καὶ ψυχρὸν ἱδρώσαντα, καὶ μόλις σωθέντα διὰ τῶν τεμνόντων τοὺς παχεῖς χυμοὺς προσφορᾶς, ὁποῖόν ἐστιν ὀξύμελι, καθ' ἑαυτό τε, καὶ μεθ' ὑσσώπου ἢ ὀριγάνου, μετρίως ἑψηθέντων ἐν αὐτῷ. καὶ γὰρ ἔκ τινος, ἐκεῖνος ἔλαβε καὶ τοῦτο, καὶ νίτρου τὸ ἀφρόν. ἐπιπασθέντα αὐτοῖς, ἐφ' οἷς ἤμεσε τοὺς ἐδηδεσμένους μύκητας, ἤδη πως εἰς φλεγματώδη χυμὸν, ἱκανῶς ψυχρὸν καὶ παχὺν, ὑπηλλαγμένους.

CAPVT LXIX.

De Fungis.

D Ex fungis boleti, si bellè in aqua elixi fuerint, propriè accedunt ad cibos insipidos: non tamen sic solis ipsis, vt vulgò vtuntur, sed apparant variè, & condiunt, vt alia omnia, quæ nulla insigni qualitate sunt prædita. Alimentum autem ex ipsis est pituitosum, & frigidum videlicet, prauúmque est succi, si quis ipsis largiùs vtatur. Omnium igitur fungorum hi minimum sunt noxij: secundi autem post hos sunt amanitæ: reliquos verò tutius est omnino ne attingere quidem, multi enim ex ipsorum esu interierunt. Equidem noui quendam, cui post boletorum non satis elixorum (qui E innocentissimi esse putantur) vsum largiorem, os ventriculi pressum, ac grauatum, coarctatúmque fuit, difficilémque habuit respirationem, & in animi deliquium incidit, sudorémque frigidum sudauit: ac demum seruari ægrè, sumptis iis quæ humores crassos incidunt, potuit: cuius generis est oxymeli ipsum per se, & cum hyssopo, & origano ipsi mediocriter incoctis: is enim tum hoc à quodam accepit, tum nitri spumam ipsis inspersam: post quæ fungos, quos comederat, vomuit, qui iam quodammodo in succum pituitosum, frigidúmque admodum, ac crassum erant mutati.

F

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ο'.

Περὶ ῥαφανίδος.

Ὠμὴν μὲν ἐσθίουσιν αὐτὴν μόνην τοὐπίπαν, οἱ κατὰ τὰς πόλεις ἄνθρωποι, πρὸ τῶν ἄλλων ἁπάντων μετὰ

CAPVT LXX.

De Radicula.

Vrbani quidem homines solã ipsam crudam, vt plurimum, ante alios sanè cibos, cum garo, alui

A alui deiiciendæ gratia, mandunt; quidam autem aceti quidpiam admiscent. Rustici verò cum pane sæpenumero assumunt, in alia opsonia quæ sponte proueniunt; in quibus est origanum viride, & cardamum, thymus, satureia, pulegium, serpylum, mentha, calaminthe, pyrethrum, & eruca; omnia enim hæc viridia, opsonia sunt esculenta, manduntúrque cum alimentis, súntque ex genere plantarum herbacearum. Radiculæ autem caulem etiam, ac folia mandunt, sed coacti potius, quàm lubentes. Radix autem ex iis est, quibus assiduè vescimur, éstque opsonium magis, quàm alimentum: nimirum, quæ & ipsa cum manifesta calefactione attenuandi habet facultatem: B nam qualitas acris in ipsa superat. Vere autem caulem quendam, qui in altum assurgit, gignere consueuit, quemadmodum & alia omnia, quæ caulem sunt productura; quem caulem elixantes mandunt cum oleo, & garo, & aceto, vt rapæ caulem, ac sinapi, & lactucæ: nutrítque magis caulis iste, quàm cruda radicula, vt qui in aqua acrimoniam omnem deponat: paucissimum tamen & ipse habet alimentum. Quidam autem non caulem modò, sed & radiculas ipsas elixantes mandunt, non aliter, ac rapas. C Mirarique subit eos medicos, atque idiotas, qui post cœnam, coctionis iuuandæ gratia, crudas ipsas esitant: ipsi quidem hanc rem experientia satis sibi exploratam esse affirmant, qui tamen ipsos sunt imitati, omnes læsi fuerunt.

CAPVT LXXI.

De cæpis, alliis, porris, & ampeloprasis.

D HArum quoque plantarum radices quidem vulgò frequentissimè esitant, caulem autem rarò, & folia, quæ & ipsa proportione radicum acrem admodum habent facultatem. Corpus calefaciunt: & qui in ipso sunt, humores crassos tenuant, lentósque incidunt: si tamen bis, térve fuerint elixa, acrimoniam quidem deponunt, tenuant tamen adhuc, & alimentum corpori dant paucissimum, quod certè priùs quàm elixa essent, omninò non dabant. Cæterùm allium quidem mandunt, non vt opsonium, sed vt salubre medicamentum, quod digerendi & obstructiones aperiendi habet facultatem; quòd si elixum paulùm E fuerit adeo vt acrimoniam deposuerit, vires quidem habet imbecilliores, succi autem prauitatem non amplius retinet, quemadmodum nec porra quidem, nec cæpæ, quum elixa bis fuerint. Ampeloprasa verò tantum à porris dissident, quantum in aliis omnibus congeneribus agrestia à domesticis differunt. Quidam autem in totum annum sequentem, vt cæpas aceto condientes, sic & ampeloprasa reponunt: fiúntque in cibo præstantiora, ac minus habent vitiosi succi. Abstinendum tamen ab assiduo vsu omnium acrium: & potissimum quum is, qui ipsis vescitur, natura fuerit F biliosus: solis enim iis, qui vel succum pituitosum, vel crudum, & crassum, ac lentum aceruarint, cibi eiusmodi sunt accommodati.

A γάρου, γαστρὸς ὑπαγωγῆς ἕνεκα, ὀλίγοι δὲ καὶ ὄξους ἐπιχέουσιν. οἱ δ' ἄγροικοι, καὶ μετ' ἄρτου πολλάκις προσφέρονται, παραπλησίως τοῖς ἄλλοις αὐτοφυέσιν ὄψοις, ἐξ ὧν ἐστι καὶ ὀρίγανος ἡ χλωρὰ, καὶ κάρδαμον, καὶ θύμα, καὶ θύμβρα, καὶ γλήχων, καὶ ἕρπυλλος, ἡδύοσμός τε καὶ καλαμίνθη, καὶ πύρεθρον, καὶ εὔζωμον. ἅπαντα γὰρ ταῦτα τῶν ἐδωδίμων ἐστὶν, ὄψα χλωρὰ, μετὰ τῶν τροφῶν ἐσθιόμενα, τῶν ποωδῶν φυτῶν ὄντα. τῆς ῥαφανίδος δὲ καὶ τὸν καυλὸν ἐσθίουσι, καὶ τὰ φύλλα, κατ' ἀνάγκην μᾶλλον, ἢ ἑκόντες. ἡ μέντοι ῥίζα, τῶν συνεχῶς ἐσθιομένων ἐστὶν, ὡς ὄψον μᾶλλον ἢ τροφὴ, τῆς λεπτυντικῆς δυνάμεως οὖσα καὶ αὐτὴ δηλονότι, μετὰ τοῦ θερμαίνειν σαφῶς. B ἐπικρατεῖ γὰρ ἡ δριμεῖα ποιότης ἐν αὐτῇ. κατὰ δὲ τὸ ἔαρ, εἴωθεν καυλόν τινα γεννᾶν, εἰς ὕψος ἀνερχόμενον, ὥσπερ τἄλλα τὰ μέλλοντα καυλοφορήσειν, ὅν τινα καυλὸν ἕψοντες, ἐσθίουσι δι' ἐλαίου τε καὶ γάρου, καὶ ὄξους, ὥσπερ καὶ τὸν τῆς γογγυλίδος, καὶ τὸν τοῦ νάπυος, καὶ τὸν τῆς θριδακίνης, καὶ τρέφει μὲν δηλονότι μᾶλλον ὁ καυλὸς οὗτος, τῆς ὠμῆς ῥαφανίδος, ὡς ἐναποτιθέμενος ἐν τῷ ὕδατι τὴν δριμύτητα, βραχυτάτην δ' ὅμως καὶ αὐτὸς ἔχει τροφήν. ἔνιοι δὲ οὐ μόνον τὸν καυλὸν, ἀλλὰ καὶ αὐτὰς ἕψοντες ἐσθίουσι τὰς ῥαφανίδας, ὁμοίως ταῖς γογγυλίσι. C θαυμάσαι δ' ἐστὶ καὶ τῶν ἰατρῶν καὶ τῶν ἰδιωτῶν ἐκείνους, ὅσοι μετὰ δεῖπνον ὠμὰς ἐσθίουσιν αὐτὰς, εὐπεψίας ἕνεκεν. αὐτοὶ μὲν γὰρ ἱκανὴν ἐσχηκέναι φασὶ τούτου πεῖραν, οἱ μιμησάμενοι δὲ αὐτοὺς, πάντες ἐβλάβησαν.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΟΑ.

Περὶ κρομμύων, καὶ σκορόδων, καὶ πράσων, καὶ ἀμπελοπράσων.

D ΚΑὶ τούτων φυτῶν, τὰς μὲν ῥίζας ἐσθίουσιν οἱ ἄνθρωποι πλειστάκις· ὀλιγάκις δὲ τὸν καυλὸν, καὶ τὰ φύλλα, δριμεῖαν ἱκανῶς ἔχοντα δύναμιν, ἀνάλογον αὐταῖς. θερμαίνει τε τὸ σῶμα, καὶ λεπτύνει τοὺς ἐν αὐτῷ παχεῖς χυμοὺς, καὶ τέμνει τοὺς γλίσχρους. ἑψηθέντα μέντοι δὶς, ἢ καὶ τρὶς, ἀποτίθεται μὲν τὴν δριμύτητα, λεπτύνει δ' ὅμως ἔτι, καὶ τροφὴν βραχυτάτην δίδωσι τῷ σώματι. τέως δὲ, οὐδ' ὅλως ἐδίδου, πρὶν ἑψηθῆναι. τό γε μὴν σκόροδον οὐ μόνον ὡς ὄψον, ἀλλὰ καὶ ὡς φάρμακον ὑγιεινὸν ἐσθίουσιν, ἐκφρακτικῆς τε καὶ διαφορητικῆς ὑπάρχον δυνάμεως. ἑψηθὲν δ' ἐπ' ὀλίγον, ὡς ἀποθέσθαι E τὴν δριμύτητα, τῇ μὲν δυνάμει καταδεέστερον, τὴν κακοχυμίαν δὲ, οὐκ ἔτι διασώζει, καθάπερ οὐδ' ὅταν ἑψήσῃ δὶς τὰ πράσα, καὶ τὰ κρόμμυα. τὰ δ' ἀμπελόπρασα διαφέρει τῶν πράσων τοσοῦτον, ὅσον καὶ τοῖς ἄλλοις ἅπασι τοῖς ὁμογενέσι, τὰ ἄγρια τῶν ἡμέρων. ἀποτίθενται δ' εἰς τὸ ἐπιὸν ἔτος ὅλον ἔνιοι, καθάπερ καὶ τὰ κρόμμυα μετ' ὄξους συντιθέντες· οὕτως καὶ τὰ ἀμπελόπρασα, καὶ γίνεται πρός τε τὴν ἐδωδὴν ἀμείνω, καὶ ἧττον κακόχυμα. φείδεσθαι δὲ τῆς συνεχοῦς ἐδωδῆς ἁπάντων τῶν δριμέων, καὶ μάλιστα F ὅταν ὁ προσφερόμενος αὐτὰ, χολωδέστερος ᾖ φύσει. μόνοις γὰρ τοῖς, ἤτοι τὸν φλεγματώδη χυμὸν, ἢ τὸν ὠμὸν, καὶ παχὺν, καὶ γλίσχρον ἠθροικόσιν, ἐπιτήδεια τὰ τοιαῦτα τῶν ἐδεσμάτων ἐστίν.



ΓΑΛΗΝΟΥ ΠΕΡΙ ΤΡΟΦΩΝ ΔΥΝΑΜΕΩΣ ΒΙΒΛΙΟΝ Γ.

GALENI DE ALIMENTORVM FACVLTATIBVS LIBER TERTIVS.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΤΩΝ ΕΝ ΤΩι ΤΡΙΤΩι.

Περὶ τῶν ἀπὸ τῶν ζώων τροφῶν· καὶ ὕστερον περὶ μέλιτός τε, καὶ οἴνου, καὶ ἁλὸς ἡδυνθησομένων, καὶ τῶν μέσων ἐδεσμάτων διέρχεται.

ARGVMENTVM LIBRI TERTII.

De alimentis quæ ex animalibus parantur; ac postremò de melle, de vino, de sale condiendis, ac mediis eduliis, pertractat.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Α'.

Προκείμενον τοῦ βιβλίου.

ΥΠΟΛΟΙΠΟΝ δ' ἂν εἴη περὶ τῆς ἀπὸ τῶν ζώων τροφῆς διελθεῖν, οὐκ ὀλίγας ἐχούσης διαφορὰς δυνάμεων, κατά τε τὰ μόρια καὶ κατά τινα τῶν ἐν αὐτοῖς περιεχομένων, ἢ γεννωμένων, ὧν ἐστι καὶ τὰ ᾠά, καὶ τὸ γάλα, τυρός τε, καὶ τὸ βούτυρον, καὶ τὸ αἷμα. A

CAPVT I.

Propositum libri.

RELIQVVM autem fuerit de alimento quod ab animalibus sumitur, pertractare: quod nõ paucas habet facultatum differentias, tũ in partibus: tum in quibusdam quæ in partibus ipsis continentur aut generãtur: cuius generis sunt oua, lac, caseus, butyrum, & sanguis.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Β'.

Περὶ τῆς ἀπὸ τῶν πεζῶν ζώων τροφῆς.

ΟΥ τὴν αὐτὴν ἁπλῶς δύναμιν ἔχει τὰ μόρια τῶν B ζώων, ἀλλ' αἱ μὲν σάρκες, ὅταν καλῶς πεφθῶσιν, αἵματός εἰσιν ἀρίστου γεννητικαί, καὶ μάλιστα ἐπὶ τῶν εὐχύμων ζώων, ὁποῖόν ἐστι τὸ γένος τῶν ὑῶν. φλεγματικώτερα γὰρ τὰ νευρώδη μόρια. πάντων μὲν οὖν ἐδεσμάτων, ἡ σὰρξ τῶν ὑῶν, ἐστὶ τροφιμωτάτη, καὶ τούτου πεῖραν ἐναργεστάτην οἱ ἀθλοῦντες ἔχουσιν. ἐπὶ γὰρ τοῖς ἴσοις γυμνασίοις, ἑτέρας τροφῆς ἴσον ὄγκον ἐν ἡμέρᾳ μιᾷ προσενεγκάμενοι, κατὰ τὴν ὑστεραίαν εὐθέως ἀσθενέστεροι γίνονται. πλείοσι δ' ἐφεξῆς ἡμέραις τοῦτο πράξαντες, οὐκ ἀσθενέστεροι μόνον, ἀλλὰ καὶ C ἀτροφώτεροι σαφῶς φαίνονται· τὴν δ' αὐτὴν τοῦ λόγου βάσανον, ἔνεστί σοι καὶ ἐπὶ τῶν ἐν παλαίστρᾳ διαπονουμένων παίδων ποιήσασθαι, καὶ τῶν ἄλλων τῶν πάνυ ἐνέργειαν ἰσχυρὰν καὶ σφοδρὰν ἐνεργούντων, ὁποία καὶ ἡ τῶν σκαπτόντων ἐστί, τὰ δὲ βόεια κρέα, τροφὴν μὲν καὶ αὐτὰ δίδωσιν οὐκ ὀλίγην,

CAPVT II.

De alimento quod à pedestribus animalibus sumitur.

PArtes animalium omnes non eadem facultate sunt præditæ: sed carnes quidem, quum probè concoctæ fuerint, optimum gignunt sanguinem, & potissimum, si eæ animalium boni succi fuerint, cuiusmodi est suum genus: nam partes neruosæ iusto sunt pituitosiores. Omnium itaque ciborum, suum caro potentissimè nutrit: cuius rei athletæ certissimũ tibi præbent indicium. Si enim paribus exercitationibus parem molem alterius cibi diem vnam comederint, postero die statim sentient sese redditos imbecilliores: quod si pluribus deinceps diebus id fecerint, non imbecilliores modò, verùm etiam alimenti penuria macilentiores palàm conspicientur. Idem etiam de eo, quod dicimus, potes in pueris, qui in palęstra sese exercent experiri: & in aliis qui quamlibet actionem fortem, ac vehementem (cuiusmodi est fodientium) obeunt. Porrò carnes bubulæ alimentũ quidem & ipsæ corpori suggerunt non mediocre, neque

neque dissipatu facile: sanguinem tamen generant, quàm conueniat, crassiore. Quod si quis temperamento naturali melancholicus magis fuerit, affectu aliquo melancholico prehẽdetur, si largius his vescatur. Affectus autem melancholici sunt cancer, elephas, scabies, lepra, febris quartana, & quæ peculiari nomine melancholia nominatur. Lien autem quibusdã à tali succo intumuit: quam rem prauus habitus, & hydropes sæpenumero sunt consequuti. Cæterùm quantum carnes bubulæ totius suæ substantiæ crassitie suillam superant, tanto suillæ bubulas lentore antecedunt, cæterùm ex suum carnibus, hominibus quidem ætate florentibus, fortibus, & qui sese multum exercent, suum ætate florentium carnes ad coquendum sunt præstantiores: aliis vero suum adhuc increscentium. Porrò quemadmodum ex suibus qui ætate sunt florenti iis iuuenibus qui bono corporis sunt habitu, conueniunt, sic & boum qui nondum florentem ętatem attigerunt: bos enim temperamento est, quàm sus, multò sicciore: quemadmodum & vir ætate florens, quàm puer. Iure igitur iis animalibus quæ natura temperamento sunt sicciore, adolescens ætas ad mediocritatem ipsam confert: humidiorum verò natura, quod sibi ad probam ac conuenientem temperiem deest, ab ætate florenti assumit. Non modò itaque vituli carnes habent ad conficiendum perfectis bobus præstantiores, sed etiam hœdi capris: capra namque temperamento minus, quam bos, est sicca: si tamen homini & sui comparetur, multum superat. Suillæ autem carnis similitudinem cum humana ex eo poteris intelligere, quod quidam carnes humanas pro suillis sine vlla in gustu, vel olfactu suspicione comederunt: id enim ab improbis hospitibus, & aliis quibusdam factum fuisse iam compertum est. Merito igitur porcelli alimentum nobis præbent tanto magis suibus excrementosius, quanto ipsis sunt humidiores: merito minùs etiã nutriunt: nam alimentum humidius, & distribuitur, & discutitur celeriùs. Cæterum agni carnem habent humidissimam ac pituitosam: ouium vero excrementosior est ac succi deterioris. Caprarum quoque caro præter succum vitiosum, acrimoniam etiam habet: Hircorum autem tum ad coquendum, tum ad succum bonum generandum est deterrima: hanc sequitur, arietum: post, taurorum. Porro in his omnibus carnes castratorum sunt præstantiores: senum autem pessimæ tum ad coquendum, tum ad succum bonum generandum, tum ad nutriendum: quemadmodum & sues ipsi, qui quanquam temperamento sunt humidi, quum tamen iam senuerint, carnem habent nonnunquam siccam, ac concoctu difficilem. Ad hæc caro leporum sanguinem quidem gignit crassiorem, sed melioris succi, quàm bubula, & ouilla. Ceruina autem non minus iis succum vitiosum generat, ac concoctu difficilem. His agrestium asinorum bene habitorum, ac iuuenum caro est propinqua. Sunt tamen, qui & asinorum domesticorum, vbi senuerint, carnes mandant: quæ pessimi sunt succi, ac concoctu difficillimæ, stomachúmque lædunt: & præterea inter edendum sunt insuaues, quemadmodum equorum ac camelorum carnes, quibus & ipsis homines animo, & corpore asinini, ac camelini vescuntur. Sunt qui & vrsis, & iis adhuc deterioribus, leonibus, ac pardis vescantur, semel, aut bis, elixantes. Quid autem sit bis elixare, dictum nobis ante fuit. Quid iam loquar de canibus

A οὔτ᾽ εὐδιαφόρητον, αἷμα μέντοι παχύτερον, ἢ προσήκει, γεννᾷ. εἰ δὲ καὶ φύσει τις εἴη μελαγχολικώτερος τὴν κρᾶσιν, ἁλώσεταί τινι παθήματι τῶν μελαγχολικῶν, ἐν τῇ τούτων ἐδωδῇ πλεονάσας. τοιαῦτα δ᾽ ἐστὶ πάθη, καρκίνος, ἐλέφας, ψώρα, λέπρα, πυρετὸς τεταρταῖος, ἡ τ᾽ ἰδίως ὀνομαζομένη μελαγχολία. καὶ σπλὴν δὲ ἐνίοις εἰς ὄγκον ἤρθη διὰ τοιοῦτον χυμόν, ᾧ καχεξία τε καὶ ὕδεροι πολλάκις ἠκολούθησαν. ὅσον δ᾽ ἐν τῷ πάχει τῆς ὅλης οὐσίας ἑαυτῶν, τὰ βόεια κρέα τῶν ὑείων πλεονεκτεῖ, τοσοῦτον τῇ γλισχρότητι τὰ ὕεια τῶν βοείων. εἰς πέψιν δὲ πολὺ βελτίω τὰ τῶν ὑῶν ἐστι, τοῖς μὲν ἀκμάζουσι καὶ ἰσχυροῖς, B καὶ διαπονουμένοις τὰ τῶν ἀκμαζόντων· τοῖς δ᾽ ἄλλοις τὰ τῶν ἔτ᾽ αὐξανομένων. ὥσπερ δὲ ἐν τοῖς ὑσίν, οἱ κατὰ τὴν ἀκμαστικὴν ἡλικίαν, ἐπιτήδειοι τοῖς εὐεκτικοῖς νεανίσκοις εἰσίν, οὕτω τῶν βοῶν, οἱ πρὸ τῆς ἀκμῆς. ξηρότερος γὰρ πολλῷ τὴν κρᾶσιν βοῦς, ὑός, ὥσπερ γε καὶ ἀκμάζων ἀνὴρ, παιδός. εἰκότως οὖν, ὅσα μὲν φύσει ζῷα ξηροτέραν ἔχει τὴν κρᾶσιν, ὑπὸ τῆς νεότητος εἰς συμμετρίαν αὐτὴν ὠφελεῖται. τῶν δ᾽ ὑγροτέρων ἡ φύσις, ὑπὸ τῆς ἀκμαστικῆς ἡλικίας προσλαμβάνει τὸ λοιπὸν εἰς τὴν προσήκουσαν εὐκρασίαν. οὐ μόνον οἱ μόσχοι, τῶν τελείων βοῶν, ἀμεί- C νους εἰς πέψιν ἔχουσι τὰς σάρκας, ἀλλὰ καὶ ἔριφοι τῶν αἰγῶν. ἧττον μὲν γὰρ βοὸς ἡ αἲξ ξηρὰ τὴν κρᾶσίν ἐστιν, ἀλλ᾽ ἀνθρώπῳ καὶ συὶ παραβαλλομένη, πολὺ διαφέρει. τὸ δὲ ὑὸς σαρκὸς, πρὸς τὴν ἀνθρώπου ὁμοιότητα, καταμαθεῖν δ᾽ ἔνεστι κἀκ τοῦ τινὰς ἐδηδοκότας ἀνθρωπείων κρεῶν ὡς χοιρείων, οὐδεμίαν ὑπόνοιαν ἐσχηκέναι κατά γε τὴν γεῦσιν αὐτῶν, καὶ τὴν ὀσμήν· ἐφωράθη γὰρ ἤδη τοῦτο γεγονὸς, ὑπὸ πονηρῶν πανδοχέων, καὶ ἄλλων τινῶν. εἰκότως οὖν οἱ χοῖροι, περιττωματικωτέραν ἡμῖν εἰς τοσοῦτον παρέχουσι τὴν τροφήν, εἰς ὅσον τῶν μεγάλων ὑῶν εἰσιν ὑγρότεροι. εἰκό- D τως δὲ καὶ ἧττον τρέφουσιν. ἡ γὰρ ὑγροτέρα τροφὴ, καὶ ἀναδίδοται, καὶ διαφορεῖται θᾶττον. ὑγροτάτην δὲ ἔχουσι καὶ φλεγματώδη σάρκα, καὶ οἱ ἄρνες. ἀλλὰ καὶ ἡ τῶν προβάτων σὰρξ, καὶ περιττωματικωτέρα τέ ἐστι καὶ κακοχυμοτέρα. κακόχυμος δὲ καὶ ἡ τῶν αἰγῶν, μετὰ δριμύτητος. ἡ δὲ τῶν τράγων χειρίστη καὶ πρὸς εὐχυμίαν, καὶ πρὸς πέψιν, ἐφεξῆς δὲ ἡ τῶν κριῶν, εἶθ᾽ ἡ τῶν ταύρων. ἐν ἅπασι δὲ τούτοις, τὰ τῶν εὐνουχισθέντων ἀμείνω. τὰ δὲ πρεσβυτικὰ, χείριστα πρὸς πέψιν, καὶ πρὸς εὐχυμίαν, καὶ πρὸς θρέψιν. ὥσπερ καὶ τῶν ὑῶν αὐτῶν, καίτοι τῶν ὑγρῶν E ὄντων τὴν κρᾶσιν, οἱ γηράσαντες, ἔνια δὲ, καὶ ξηράν, καὶ δύσπεπτον ἔχουσι τὴν σάρκα. καὶ ἡ τῶν λαγωῶν δὲ σὰρξ, αἵματος μέν ἐστι παχυτέρου γεννητική, βελτίων δὲ εἰς εὐχυμίαν, ἢ κατὰ βοῦς, καὶ πρόβατα. κακόχυμος δὲ τούτων οὐχ ἧττόν ἐστι, καὶ ἡ τῶν ἐλάφων, καὶ δύσπεπτος. ἡ δὲ τῶν ἀγρίων ὄνων, ὅσοι γ᾽ εὐεκτοι καὶ νέοι, πλησίον ἥκει τοῖσδε. καίτοι καὶ τῶν ἡμέρων ὄνων γηρασάντων, ἔνιοι τὰ κρέα προσφέ- F ρονται, κακοχυμώτατα, καὶ δυσπεπτότατα, καὶ κακοστόμαχα, καὶ προσέτι καὶ ἀηδῆ κατ᾽ ἐδωδὴν ὄντα, καθάπερ καὶ τὰ τῶν ἵππων τε καὶ καμήλων, ὧν καὶ αὐτῶν, ἐσθίουσιν οἱ ὀνώδεις τε καὶ καμηλώδεις ἄνθρωποι τὴν ψυχὴν καὶ τὸ σῶμα. καὶ τῶν ἄρκτων δ᾽ ἔνιοι προσφέρονται, καὶ τὰ τούτων ἔτι χείρω, λεόντων τε καὶ παρδάλεων, ἤτοι γ᾽ ἅπαξ ἑψῶντες, ἢ δίς. εἴρηται δὲ ἔμπροσθεν ὁποῖόν τι τὸ δὶς ἑψεῖν ἐστι. περὶ δὲ τῶν κυνῶν, τί δεῖ καὶ λέγειν;

ὡς τοὺς νέους τε καὶ λιπαροὺς αὐτῶν, καὶ μάλισθ' ὅταν εὐ- A
νουχισθῶσι, κατ' ἔνια τῶν ἐθνῶν ἐσθίουσι πάμπολλα. καὶ
πρὸς τούτοις, τά τε τῶν πανθήρων οὐκ ὀλίγοι, καθάπερ
γε καὶ τὰ τῶν ὄνων, ὅταν εὐεκτοῦντες τύχωσιν, ὥσπερ οἱ
ἄγριοι. ταῦτα μὲν οὐ μόνον ἐσθίουσιν, ἀλλὰ καὶ ἐπαινοῦ-
σιν ἔνιοι τῶν ἰατρῶν. τὰ δὲ τῶν ἀλωπέκων ἐν φθινοπώρῳ,
καὶ οἱ παρ' ἡμῖν κυνηγέται, προσφέρονται, πιαίνονται γὰρ
ἀπὸ τῶν σταφυλῶν. καὶ τῶν ἄλλων δὲ ζώων, ὅσα τὰς οἰ-
κείας ἀφθόνως τροφὰς ἔχουσι, ταῦτα πολὺ βελτίω σφῶν
αὐτῶν, εἰς ἐδωδὴν γίνονται, καθάπερ γε καὶ χείρω, τἀναν-
τία. καὶ ὅσα γε τὰς ἐκ τῆς γῆς ἀνιούσας πόας, ἢ τῶν δένδρων B
ἀκρέμονας, ἢ βλάστας ἐσθίει, καθ' ὃν ἂν καιρὸν εὐπορῇ δα-
ψιλῶς τούτων, εὐεκτικώτερα γάρ, καὶ πιαίνεται, καὶ πρὸς
τροφὴν ἡμῖν, ἐπιτηδειότερα πάντα καθίσταται· καὶ διὰ τοῦ-
το τὰ μὲν τὴν βαθεῖαν πόαν νέμεσθαι δεόμενα, λεπτὰ
καὶ κακόχυμα γίνεται, κατά τε τὸν χειμῶνα, καὶ τὰ πρῶ-
τα, καὶ μέσα τοῦ ἦρος, ὥσπερ οἱ βόες, εὐχυμότεροί τε
καὶ παχύτεροι σαφῶς γινόμενοι τοῦ χρόνου προϊόντος, ὅταν
αὐξάνηται καὶ παχύνηται, καὶ εἰς ἐκκάρπησιν ἡ πόα προέρ-
χηται. τὰ δ' ὑπὸ τῆς μικρᾶς τρέφεσθαι δυνάμενα, βελ- C
τίω κατά τε τὰ πρῶτα, καὶ τὰ μέσα τοῦ ἦρός ἐστιν, ὥσ-
περ τὰ πρόβατα. κατὰ δὲ τὴν ἀρχὴν καὶ τὰ μέσα τοῦ θέ-
ρους, αἱ αἶγες, ἡνίκα βλάσται πλεῖσται θάμνων εἰσίν, ἃς
ἔθος αὐταῖς ἐσθίειν. ὅταν οὖν ἀκούσῃς μου, παραβάλλον-
τος ἀλλήλοις εἴδη ζώων, ἐξέταζε, καὶ κρῖνε, καὶ βασά-
νιζε, καὶ τῇ πείρᾳ τὸν λόγον, οὐ τὸ καλῶς τεθραμμένον
τε καὶ πῖον, ἰσχνῷ καὶ ἀτρόφῳ παραβάλλων, οὐδὲ τὸ νέον τῷ
γεγηρακότι, μοχθηρὰ γὰρ ἤδη καὶ ἄδικος ἡ κρίσις, ἀλλὰ τὸ,
καθ' ἕκαστον εἶδος ἢ γένος, ἢ ὅπως ἂν θέλοις ὀνομάζειν,
ἄριστα διακείμενον, ἑτέρῳ τοιούτῳ. οὔκουν ἔτι δεήσομαι D
λόγων μακρῶν, εἰς τὸ, τὰ καθ' ἕκαστον ἔθνος ἐπιχώρια
τῶν ζώων ἅπαντα διέρχεσθαι, καθάπερ ἐν Ἰβηρίᾳ τὸ τοῖς
λαγωοῖς ὅμοιον ζῴφιον, ὃ καλοῦσι κουνίκουλον. ἐν Λευ-
κανίᾳ δὲ τῆς Ἰταλίας, τὸ μεταξύ πως ἄρκτου τε καὶ συὸς
ὥσπερ γε καὶ τὸ τῶν ἀρουραίων μυῶν, καὶ τῶν καλουμέ-
νων ἐλειῶν ἐν μέσῳ, κατά τε τὴν αὐτὴν χώραν τῆς Ἰτα-
λίας ἐν ἄλλοις τε πολλοῖς τόποις ἐσθιόμενον. ὅσα γὰρ εὔ-
τροφα τῶν τοιούτων ζώων ἐστὶ καὶ σαφῶς πίονα, ταῦτα τῇ
πείρᾳ βασάνιζε, τοὺς τρόπους τῆς σκευασίας αὐτῶν, οὓς ἐξ
ἐμπειρίας ἔμαθεν ἕκαστος τῶν ἐπιχωρίων, ἀκούων τε καὶ E
μανθάνων παρ' ἐκείνων. ὁποία δ' ἐστὶν ἡ δύναμις αὐτῶν
ἑκάστου, ἤδη σοι πάρεστι καὶ παρ' ἐμοῦ μανθάνειν, ὅσα μὲν γὰρ
ὀπτῶντες, ἢ τηγανίζοντες ἐσθίουσι, ξηροτέραν τροφὴν δι-
δόασι τῷ σώματι, ὅσα δὲ ἐν ὕδατι προαφεψοῦσιν, ὑγρο-
τέραν. ὅσα δ' ἐν ταῖς λοπάσιν ἀρτύοντες, ἐν τῷ μεταξὺ
τούτων ἐστί, καὶ τούτων δ' αὐτῶν, οὐ σμικρὰ διαφορὰ γάρ
παρὰ τὸν τρόπον τῆς ἀρτύσεως. ὅσα μὲν γὰρ δαψιλῶς οἴνου
ἔχει καὶ γάρου, ξηρότερα τῶν μὴ ἐχόντων ἐστί, τὰ δὲ τού-
των μὲν ἐνδεέστερα, ἤτοι δὲ σίραιον ἔχοντα πλέον, ὅ τινες F
ἕψημα καλοῦσιν, ἢ κατὰ τὸν ὀνομαζόμενον ἁπλοῦν, καὶ λι-
τόν, καὶ λευκὸν ζωμὸν ἥψηται, πολλῷ τῶν προειρημένων
ἐστὶν ὑγρότερα. τὰ δὲ ἀπὸ ὕδατος μόνου, καὶ τούτων ἐστὶν
ἔθ' ὑγρότερα. μεγίστη δὲ ἐν τῇ σκευασίᾳ διαφορὰ γάρ, καὶ
κατὰ τὴν τῶν ἐπεμβαλλομένων αὐτοῖς δύναμιν, ἁπάντων
μὲν ξηραινόντων, ἀλλ' ἤτοι μᾶλλον ἢ ἧττον. ἔστι δὲ ταῦτα,
σπέρματα μὲν ἀνήθου, καὶ σελίνου, καὶ καρόου, καὶ λιβυστικοῦ,

(quos & ipsos iuuenes ac pingues, & potissimum quum fuerint castrati, apud quasdam gentes frequentissimè mandunt) quum multi sint, qui pantheris, vt & asinis bene habitis, cuiusmodi sunt agrestes, vescantur? Hæc quidem non manduntur modò, sed à quibusdam etiam medicis laudantur. Vulpium autem carnibus autumno venatores apud nos vescuntur, tunc enim vuarum esu pinguescunt. Porrò animalia omnia, quibus alimenta propria affatim suppetunt, longè seipsis in cibo euadunt præstantiora: quemadmodum deteriora fiunt, quibus ea minùs adsunt. Proinde quæ herbas è terra emergentes, aut arborum surculos, aut germina depascuntur, ea omnia, quum his abundant, habitiora sunt, ac pinguia, nobísque alendis accommodatiora. Eáque de causa, quibus herbas altiores pasci est naturale, hyeme, vere primo ac medio fiunt gracilia, ac praui succi, vt boues, qui procedente tempore manifestò fiunt obesiores, succíque melioris, quum herbæ augentur, ac densescunt, & ad semen producendum festinant. Quæ verò animalia humili herba nutriri queunt, ea primo ac medio vere sunt præstantiora, vt oues: æstate autem prima, ac media capræ, quum scilicet fruticum germina (quibus capræ vesci solent) sunt frequentissima. Quum igitur me animalium species inter se comparantem audiueris, dictum meum experientia examina, ac diiudica, atque expende, non animal quod bene nutritum fuerit ac pingue, gracili, ac penuria alimenti extenuato comparans, neque adolescens seni, iniquum enim, ac malum est id iudicium: sed quod in vnaquaque specie, ac genere, aut quocunque modo appellare velis, optimè est dispositum, alteri, quod sit eiusmodi, conferens. Non igitur ampliùs opus erit pluribus exequi animalia omnia, quæ apud singulas gentes propriè nascuntur, cuius generis est in Iberia animalculum, quod lepori est simile, quódque cuniculum nominant. In Lucania autem Italiæ regione, quod inter vrsum, ac suem quodammodo est medium, ceu aliud quoddam inter agrestes mures, & quos glires nominant, est medium quod in eadem Italiæ regione, & aliis plerísque locis manditur. Quæ enim ex eiusmodi animalibus bene sunt nutrita ac planè pinguia, ea experientia explora, præparandorum ipsorum rationem, quam incolæ experientia didicerunt, ab ipsis audiens, ac discens. Qualis autem singularum præparationum sit facultas, iam à nobis discas licet. Quæ namque assantes, aut in sartagide frigentes mandunt, ea corpori siccius dant alimentum. Quæ verò in aqua præcoquunt, humidius. Quæ in patinis condiuntur, inter hæc media sunt, quanquam & ipsa pro modo condituræ, inter se multum discrepant: siquidem quæ vinum, aut garum habent copiosum, ea sunt aliis quæ ea non habent, sicciora; rursùs, quæ exiguam quidem illorum portionem, aut sapæ (quam hepsema quidam nuncupant) ampliorem habent: aut in simplici ac plebeio, albóque appellato iure elixa sunt: ea prædictis longè sunt humidiora. Quæ autem in sola aqua coquuntur, iis quoque adhuc sunt humidiora. Maximum præterea in præparatione discrimen accidit pro eorum, quę iniiciuntur facultate, vt quum omnia siccant quidem, sed alia magis, alia minus. Sunt porrò hæc, ex seminibus quidem anethum, apium, carum, libysticum, cuminum,

A cuminum, & alia quædam id genus; ex plantis verò ipsis porrum, cæpa, anethum, thymus, satureia, pulegium, mentha odorata, origanum, & alia huiusmodi ad opsonatricem commentationem pertinentia, de qua nunc disserere non est propositum; quemadmodum autem modo præcepimus, quum animalium differentia inquiritur, quæ optimo sunt habitu, esse comparanda; ita nunc quoque, quæ pulcherrimè sunt præparata, conferantur. Hęc itaque de pedestrium animalium carne audiuisse sufficiat; de aliarum autem partium facultate deinceps, quum sermonem de limacibus absoluerimus, sumus tractaturi.

CAPVT III.

De Limacibus.

B PErspicuum quidem est quòd neque inter volatilia, neque inter aquatilia hoc animal est numerandum. Quòd si inter pedestria ipsius non meminerimus, nihil prorsus de limacium alimento dicturi sumus; quod iniquum fuerit silentio prætermittere, quemadmodum vermes, qui in lignis nascuntur; viperas, aliósque serpentes, quibus in Ægypto, & apud alias quasdam gentes vescuntur: neque enim illorum quisquam hæc nostra lecturus est; neque nos, quæ apud illos sunt esculenta, vnquam comedemus. Limaces verò Græci omnes quotidie mandunt, carnem quidem duram habentes, eóque concoctu difficilem, sed quæ confecta, potentissimè nutriat. Succus autem ipsis inest, qui ventrem subducit, quemadmodum & iis quibus testa pro cute est: quapropter quidam oleo, garo vinóque ipsas condientes, eo iusculo ad aluum deiiciendam vtuntur: quod si huius animalis carne, vt cibo solo esculento, vti velis, vbi prius in aqua elixaris, in aliam aquam transferas, in qua rursus elixabis: tum demum condies, ac tertio elixabis, vsque dum caro tota intabescat: hoc enim modo præparata aluum quidem sistet, sed alimentum corpori dabit non contemnendum.

CAPVT IV.

De Animalium pedestrium partibus excarnibus.

PEdestrium animalium partes excarnes homines mandunt, pedes, rostra, & aures; easque vt plurimum in aqua elixas mandunt cum aceto & garo, nonnunquam autem, & finapi: quidam autem ex oleo, & garo, vinum affundentes: sunt qui cum oleribus, aut in aqua elixis, aut in patinis conditis. Porcellorum autem pedes ptisanæ elixæ iniectis, aptissimi sunt; tum vt illam meliorem efficiant: tum vt ipsi molliores reddantur, & ob id ad elaborationem, quæ in ore fit, ac ventriculo, meliores. Non parua tamen est, & in præparationis modo differentia, non modo in partibus animalium excarnibus, sed in aliis etiam omnibus: quam fusius in opere de arte opsonandi explicabimus. In hoc autem opere tantum vniuersales partium ipsarum differentias exponimus, ipsas inter se (vt diximus) ita comparantes, vt si omnes ad eundem modum paratæ essent: iusta enim est hæc comparatio.

A καὶ κυμίνου, καί τινα τοιαῦθ' ἕτερα. τῶν φυτῶν δ' αὐτῶν, πράσα, καὶ κρόμμυα, καὶ ἄνηθα, καὶ θύμα, καὶ θύμβρα, καὶ γλήχων, καὶ ἡ εὐώδης μίνθη, καὶ ὀρίγανος, ὅσα τε ἄλλα τοιαῦτα, τῆς ὀψαρτυτικῆς ὄντα πραγματείας, ἣν νῦν οὐ πρόκειται διέρχεσθαι. τὴν παραβολὴν δὲ τῆς διαφορᾶς τῶν ζώων, ὥσπερ ἔμπροσθεν ἔφαμεν χρῆναι ποιεῖσθαι τῶν ἄριστα ταῖς ἕξεσιν ἐχόντων, οὕτω καὶ νῦν, τῶν ἐσκευασμένων κάλλιστα γινέσθω. ταῦτα μὲν οὖν αὐτάρκη σοι περὶ τῆς τῶν πεζῶν ζώων σαρκὸς ἠκηκοέναι. περὶ δὲ τῶν ἄλλων μορίων, ὡς ἔχει τῆς δυνάμεως, ἐφεξῆς ἀκούσῃ μετὰ τὸν περὶ τῶν κο-

B χλιῶν λόγον.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Γ'.

Περὶ κοχλιῶν.

ΟΤΙ μὲν οὖν οὔτε ἐν τοῖς πτηνοῖς, οὔτε ἐν τοῖς ἐνύδροις, ἀριθμεῖσθαι δεῖ τοῦτο τὸ ζῶον, ἄντικρυς δῆλον. εἰ δὲ μηδ' ἐν τοῖς πεζοῖς αὐτοῦ μνημονεύσομεν, οὐδ' ὅλως ἐροῦμέν τι περὶ τῆς ἐκ κοχλίου τροφῆς, ὃ μὴν οὐδὲ παραλιπεῖν εὔλογον, ὥσπερ τοὺς ἐκ τῶν ξύλων σκώλη-

C κας, ἐχίδνας τε καὶ τοὺς ἄλλους ὄφεις, ὅσα τε κατ' Αἴγυπτον, καὶ ἄλλα τινὰ τῶν ἐθνῶν ἐσθίουσιν. οὔτε γὰρ ἐκείνων τις ἀναγνώσεται ταῦτα, καὶ ἡμεῖς οὐκ ἄν ποτε φάγοιμεν τῶν ἐκείνοις ἐδωδίμων. κοχλίας δὲ ὁσημέραι πάντες Ἕλληνες ἐσθίουσιν, ἔχοντας μὲν σκληρὰν τὴν σάρκα, καὶ διὰ τοῦτο δύσπεπτον, εἰ δὲ πεφθείη, τροφιμωτάτην. ὑπάρχει δ' αὐτοῖς, ὥσπερ τοῖς ὀστρακοδέρμοις, χυμὸς ὑπακτικὸς γαστρός, καὶ διὰ τοῦτο, τινὲς ἀρτύοντες αὐτοὺς δι' ἐλαίου, καὶ γάρου, καὶ οἴνου, τῷ γινομένῳ ζωμῷ χρῶνται πρὸς διαχώρησιν τῶν κατὰ τὴν κοιλίαν. εἰ δὲ θελήσεις ὡς τρο-

D φίμῳ μόνῳ ἐδέσματι, χρήσασθαι τῇ σαρκὶ τοῦ ζώου τούτου, προαφεψήσας ἐν ὕδατι, μεταθήσεις εἰς ἕτερον ὕδωρ, εἶτα ἐν ἐκείνῳ πάλιν ἑψήσας, οὕτως ἀρτύσεις τε, καὶ τὸ τρίτον ἑψήσεις, ἄχρι τοῦ κατατακερὰν ἀκριβῶς γενέσθαι τὴν σάρκα. σκευασθεῖσα γὰρ οὕτως, ἐφέξει μὲν τὴν γαστέρα, τροφὴν δὲ ἱκανὴν παρέξει τῷ σώματι.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Δ'.

Περὶ τῶν ἐν τοῖς πεζοῖς ἀκρέων μορίων.

E ΑΚρεα μόρια τῶν πεζῶν ζώων ἐσθίουσιν οἱ ἄνθρωποι, πόδας, καὶ ῥύγχη, καὶ ὦτα, καὶ τοὐπίπαν δὲ δι' ὕδατος ἑψῶντες αὐτά, προσφέρονται μετ' ὄξους καὶ γάρου, ποτὲ δέ, καὶ νάπυος, ἔνιοι δὲ καὶ δι' ἐλαίου καὶ γάρου, προσεπιχέοντες οἶνον. εἰσὶν δὲ οἳ καὶ μετὰ λαχάνων, ἤτοι γε ἐξ ὕδατος ἑψημένων, ἢ κατὰ τὰς λοπάδας ἠρτυμένων. οἱ δὲ πόδες ἐπιτηδειότατοι τῶν χοίρων εἰσίν, ἐπεμβληθέντες ἑψημένῃ πτισάνῃ, κἀκείνην ἐργάσασθαι κρείττονα, καὶ αὐτοὶ μαλακώτεροι γενέσθαι, καὶ διὰ τοῦτο βελτίους, εἴς τε τὴν ἐν τῷ στόματι, καὶ τῇ γαστρὶ κατεργασίαν. διαφορὰ μὲν οὖν ἐστιν οὐκ ὀλίγη, καὶ παρὰ τὸν τρόπον τῆς σκευα-

F σίας, οὐ μόνον ἐν τοῖς ἀκρέοις μέρεσι τῶν ζώων, ἀλλὰ καὶ τοῖς ἄλλοις ἅπασιν, ἣν ἐπιπλέον ἐν τοῖς ὀψαρτυτικοῖς ἐροῦμεν. ὅσον δὲ ἐπ' αὐτοῖς τοῖς μορίοις αἱ καθ' ὅλου διαφοραὶ κατὰ τήνδε τὴν πραγματείαν δηλοῦνται μόναι, παραβαλλομένων αὐτῶν ἀλλήλοις, ὡς εἰ καὶ κατὰ τὸν αὐτὸν τρόπον ἐσκεύαστο, ὡς καὶ πρόσθεν εἴρηται. δικαία γὰρ ἡ τοιαύτη παραβολή.

τὰ χοίρων ἄκρα μόρια τοῦ σώματος, ἥκιστα μὲν ἔχει πιμελὴν, ἥκιστα δὲ καὶ τὴν σαρκώδη φύσιν. ἐπικρατεῖ δ' ἐν αὐτοῖς τό, τε νευρῶδες, καὶ τὸ δερματῶδες, οὐ τοῦ κυρίως νεύρου καὶ δέρματος, οἷον τὸ καθ' ὅλον σῶμα. γεγύμνασται γὰρ ἐν τοῖς ἀκρέοις μᾶλλον. ἔστι δὲ, καὶ διὰ τοῦτο, καὶ γλισχρότερα. καὶ γὰρ καὶ νεῦρον καὶ δέρμα πολὺ ἑψόμενον, εἰς τοιαύτην ἀφικνεῖται φύσιν. εἰκότως οὖν, ἐλάττονα μὲν τροφὴν δίδωσι τῷ σώματι, ῥᾷον δὲ ὑποχωρεῖ κατὰ τὴν γαστέρα, διὰ τὴν γλισχρότητα. βελτίους δ' οἱ πόδες τῶν ὑῶν εἰσι τοῦ ῥύγχους, ὥσπερ καὶ τοῦτο τῶν ὤτων. ἔνια γὰρ ἐκ μόνου συνέστηκε χόνδρου, καὶ δέρματος. ἔστι δ' ὁ χόνδρος ἐν μὲν τοῖς τελείοις ζώοις, ἄπεπτος παντάπασιν· ἐν δ' ἔτι αὐξανομένοις, ὅταν καλῶς ἐν τῷ στόματι λεανθῇ ἢ πεπεμμένος τε, καὶ τροφὴν ὀλίγην δίδωσι τῷ σώματι. κατὰ δὲ τὴν αὐτὴν ἀναλογίαν, ἐπὶ τῶν ἄλλων ζώων ἄκουε τοῦ νῦν εἰρημένου ἡμῖν λόγου. καθ' ὅσον γὰρ αὐτῶν αἱ σάρκες εἰς ἀρετὴν ἀπολείπονται τροφῆς τῶν ὑῶν, κατὰ τοσοῦτον, καὶ τῶν ἀκρέων ἐν ὑὶ μορίων ἐστὶ χείρω τὰ κατ' ἔνια τὰ ζῶα. εὔδηλον δ' ὅτι νευρώδη μόρια, τὰ κατὰ τοὺς πόδας ὀνομάζω, καθ' ὁμοιότητα τὴν πρὸς τὸ κυρίως καλούμενον νεῦρον, ὃ τὴν φύσιν ἐξ ἐγκεφάλου, καὶ νωτιαίου λαμβάνει. τὰ δ' ἐν τοῖς ἀκρέοις νευρώδη σώματα, καθ' ὁμοιότητα μὲν οὕτως ὀνομάζεται, σύνδεσμοι δ' εἰσὶ τῶν ὀστῶν ἀναίσθητοι, καί τινες ἐπ' αὐτοῖς τένοντες.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ε'.

Περὶ τῆς ἐν τοῖς πεζοῖς ζώοις γλώττης.

Ἰδιότης τῆς οὐσίας ἐστὶν ἐν τῷδε τῷ μορίῳ, χαυνοτέρας τε καὶ ἐναιμοτέρας σαρκός. αἱ γὰρ ἀκριβεῖς σάρκες, οἱ μύες εἰσὶ, καὶ τούτων αὐτῶν, τὰ μέσα μάλιστα. πολλοὶ γὰρ ἐν τοῖς πέρασιν ἑαυτῶν εἰς τένοντας ἀξιολόγους τελευτῶσιν, οὓς ἀπονευρώσεις μυῶν, οἱ πολλοὶ τῶν ἰατρῶν ὀνομάζουσιν. οἱ μέγιστοι δὲ τούτους γεννῶσιν εἰς τὰ τῶν κώλων πέρατα καθήκοντες μύες, ἀλλὰ καὶ τὰς κεφαλὰς ἔχουσιν ἔνιοι τῶν μυῶν, νευρώδεις. καὶ τῆς γλώττης δ' αὐτῆς, ἣν ἐξαιροῦντες τῶν ὑῶν ἕψουσιν οἱ μάγειροι, τὸ μὲν ἴδιον σῶμα, χαύνη τίς ἐστιν, ὡς εἴρηται, σάρξ, οὐ μὴν μόνην ταύτην ἐξαιροῦσιν, οὐδ' ἕψουσι μόνον, ἀλλὰ μετά τε τῶν ἐμφυομένων μυῶν. ὡς τὰ πολλὰ δὲ, καὶ σὺν ἐπιγλωττίδι, καὶ λάρυγγι, καὶ τῶν ἐνταῦθα ἀδένων, τῶν τε γλώττης ἰδίων, οἳ τὸ σίαλον γεννῶσι, καὶ τῶν κατὰ τὰ παρίσθμια, καὶ τὸν λάρυγγα. τὸ μὲν γὰρ τῶν ἀρτηριῶν, καὶ φλεβῶν, καὶ νεύρων κοινὸν τῆς γλώττης, καὶ πρὸς τὰς ἄλλας σάρκας ἐστὶ, καὶ γὰρ ἔνια σὺν τούτοις ἐσθίεται, πλὴν ὅτι μείζω τε, καὶ πλείω τοῦ κατὰ τὴν ἀναλογίαν μεγέθους ὑπάρχει τῷ μορίῳ τῷδε τὰ τρία γένη τῶν ἀγγείων. ἥτις δὲ δύναμίς ἐστι τῆς ἐκ τῶν ἀδενωδῶν σωμάτων τροφῆς, ἑξῆς ἄκουε.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ς'.

Περὶ ἀδένων.

Τοσοῦτον ἀποκεχώρηκεν, ἡ τῶν ἀδένων οὐσία τῆς κατὰ τὴν γλῶτταν, ὅσον ἐκείνη τῆς σαρκὸς, οὐ μὴν ἴσον γε πάντες

A Partes igitur corporis excarnes, vt pinguedinis, ita substantiæ carnosæ habent minimum: neruosa enim ac cutacea natura in ipsis præpollet: non tamen tales huius nerui cutisve sunt, quales in reliquo sunt corpore, nam in excarnibus magis sunt exercitata, eóque magis lenta. Etenim neruus omnis ac cutis, dum elixantur, ad huiuscemodi naturam deueniunt: quare meritò corpus quidem minus alunt, ob lentorem tamen per aluum faciliùs deiiciuntur. Meliores autem sunt suum pedes, quàm rostrum: quemadmodum hoc auribus est præstantius: hæ enim constant sola cute, ac cartilagine. Cartilago B porrò in perfectis quidem animalibus omninò confici non potest: in iis verò quæ adhuc augescunt, si in ore bene læuigata, & in ventriculo confecta fuerit, paucum alimentum corpori dabit. Eadem autem est eius quod dicimus in aliis animalibus proportio. Quantò enim eorum carnes alimenti bonitate suilla sunt inferiores, tanto illorum partes excarnes partibus suum excarnibus sunt deteriores. Cæterùm illud nequaquam arbitror quenquam latere, quod partes neruosas voco eas, quæ pedibus insunt, ad similitudinem eius, qui propriè neruus nomi- C natur, quíque ex cerebro, ac spinali medulla originem ducit. Quæ autem in partibus excarnibus neruosa sunt corpora, ad similitudinem quidem ita nominantur: sunt autem ossium ligamenta sensus expertia, & præterea tendones quidam.

CAPVT V.

De Animalium pedestrium lingua.

Peculiaris quædam huic parti inest substantia: carnem enim habet fungosiorem, ac D sanguineam magis. Musculi enim carnes sunt exactæ, & potissimum ipsorum partes mediæ: nam multi in suis ipsorum finibus in magnos tendones desinunt, quos plerique medicorum aponeuroses musculorum nominant: quos longè maximos musculi generant, qui ad artuum fines pertinent: quin & mùsculi quidam capita habent neruosa. Et ipsius linguæ, quam coci è suibus eximentes elixant, corpus quidem proprium caro quædam est fungosa, vti diximus: non tamen eam eximunt solam, neque E elixant, sed simul cum musculis, qui in ipsam inseruntur: vt plurimum verò etiam cum epiglottide, & larynge, & glandulis, quæ illic sunt tum iis, quæ linguæ sunt propriæ, saliuámque generant, tum iis, quæ sunt ad paristhmia, ac laryngem. Præterea venæ, & arteriæ, & nerui, linguæ cum aliis carnibus sunt communia: illa enim vnà cum carnibus manduntur, nisi quòd in hac particula tria hæc vasorum genera plura sunt, ac maiora, quàm proportione magnitudinis. Quæ porro facultas sit alimenti, quod à glandulosis corporibus sumitur, deinceps audito.
F

CAPVT VI.

De Glandulis.

Quantùm lingua à carnis substantia, tantum glandulæ à linguæ substantia recesserunt: non tamen omnes æquali omnino ab ea distant interuallo

A interuallo. Sed, quæ illi adiacent, ac contingunt, iis quadantenus sunt similes, quæ in mammis habentur, quando saltem eæ lacte nondum refertæ fuerint. Non enim glandulæ mamillares perpetuò suo munere funguntur, vt cùm aliæ propemodum omnes, tum autem eæ, quæ sunt circa linguam; natura enim eas linguæ comparauit ad saliuam generandam; mamillares verò post fœtum conceptum fiunt raræ, ac laxæ, & lacte plenæ. At quo tempore lacte carent, contrahuntur ac densantur, tantùm à se ipsis differentes, quantùm permadidæ spongiæ ab exsiccatis; sic enim appellant, à quibus quum hu- B morem omnem expresserint, circundatis vinculis ipsas constringunt, totúmque ipsarum corpus cogunt. Sunt autem, & circa larynga, ac pharynga huiusmodi quædam glandulæ, sicut & in mesenterio; verùm hæ quidem sunt exiles, eóque vulgus ipsum latent; quæ verò sunt ad paristhmia, ac larynga, magnæ sunt, ac conspicuæ. Sunt & aliæ exiguæ in multis corporis partibus, vasorum diuisiones firmantes, ac fulcientes. At glandula illa, cui thymo nomen est, haudquaquam est exigua, sed in nuper natis animantibus est quàm maxima, increscentibus autem illis C ipsa decrescit. Omnibus autem ipsis illud est commune, vt suaues in cibo, ac friabiles appareant. Mamillares verò, quum lac habent, de ipsius etiam dulcedine quidpiam præ se ferunt: quapropter hæ glandulæ, quum lacte sunt plenæ, summopere à gulosis expetuntur, præcipuè suillæ. Alimentum autem, quod ex iis probè quidem in ventriculo concoctis prouenit, propè sanè ad carnium alimentum accedit; quod si minus, quam sat est, sint confectæ, succum crudum, aut pituitosum generant, humidiores quidem pituitosum, durio- D res verò crudum: de quo ante diximus. Testes autem, quum ex genere sint glandularum, non perinde tamen laudabilis sunt succi, vt mamillares: sed habent virosum quiddam, seminis quod generant, naturam referentes, ceu renes, vrinæ. Atque etiam animalium gressilium testes ad coquendum longè sunt difficiliores. Nam gallorum gallinaceorum altilium testes, & suauissimi sunt, & laudabile corpori præbent alimentum. Glandulæ item collo vesicæ adiacentes, propè ad testium naturam accedunt. Sunt qui renes quoque inter glandulas annumerent: hi namque E glandulosum quiddam habere ipsis videntur. Verùm praui admodum sunt succi, & concoctu difficiles, vt adultiorum animalium testes, quum exectos ipsos mandunt: iuniorum enim sunt præstantiores. Taurorum autem, & hircorum, & arietum, insuaues sunt, ac ad coquendum difficiles, & mali succi.

ἀκριβῶς διεστήκασιν, ἀλλ' οἱ μὲν παρακείμενοι, καὶ ψαύοντες αὐτῆς, ὅμοιοί πώς εἰσι τοῖς κατὰ τοὺς τιτθούς, ὅταν γε μή πω μεστοὶ γάλακτος ὦσιν. οὐ γὰρ διὰ παντὸς ἐργάζονται τὸ σφέτερον ἔργον οἱ κατὰ τοὺς τιτθοὺς ἀδένες, ὥσπερ οἵ τ' ἄλλοι σχεδὸν ἅπαντες, οἵ τε τῆς γλώττης. οἱ μὲν γὰρ ταύτης εἰς σιάλου γένεσιν ὑπὸ τῆς φύσεως παρεσκευάσθησαν, οἱ δὲ ἐν τοῖς τιτθοῖς, ἀραιοὶ μὲν γίνονται, καὶ χαῦνοι, καὶ γάλακτος πλήρεις ἐπὶ ταῖς κυήσεσιν, ἐν ᾧ δὲ οὐκ ἔχουσι χρόνῳ τὸ γάλα, συστέλλονταί τε, καὶ πυκνοῦνται, διαφέροντες ἀλλήλων τοιαύτην διαφορὰν, οἵαν οἱ διάβροχοι σπόγγοι τῶν ἐσκελετευμένων, οὕτω γὰρ ὀνομάζουσιν, ὧν αὖ ἐκθλίψαντες ἅπασαν τὴν ὑγρότητα, σφίγγωσί τε καὶ συνάγωσιν ὅλον τὸ σῶμα, δεσμοὺς περιβάλλοντες. εἰσὶ δὲ καὶ κατὰ τὴν φάρυγγα, καὶ λάρυγγα, τοιοῦτοί τινες ἀδένες, ὥσπερ κἂν τῷ μεσεντερίῳ, ἀλλ' οὗτοι μὲν σμικροὶ, καὶ διὰ τοῦτο, τοὺς πολλοὺς λανθάνουσιν, οἱ δὲ κατὰ τὰ παρίσθμια καὶ τὸν λάρυγγα, σαφεῖς τέ εἰσι καὶ μεγάλοι. καὶ ἄλλοι δὲ κατὰ πολλὰ μέρη τοῦ σώματος ἀδένες εἰσὶ σμικροὶ, σχίσεις ἀγγείων στηρίζοντες. οὐ σμικρὸς δὲ ἀδήν ἐστιν, οὐδὲ ὁ καλούμενος θύμος, ἀλλὰ καὶ πάνυ μέγιστος ἐπὶ τῶν νεογενῶν ζώων, αὐξανομένων δὲ, μικρότερος γίνεται. πάντων δ' οὖν αὐτῶν κοινὸν, ἡδεῖς τε καὶ ψαθυροὺς φαίνεσθαι κατὰ τὴν ἐδωδήν. οἱ δ' ἐν τοῖς τιτθοῖς, ὅταν ἔχωσι γάλα, καὶ τῆς ἐκείνου τι γλυκύτητος ἐμφαίνουσι. καὶ διὰ τοῦτο, περισπούδαστόν ἐστι τοῖς λίχνοις ἔδεσμα, πλήρεις γάλακτος οἱ ἀδένες οὗτοι γινόμενοι, καὶ μάλιστα ἐπὶ τῶν ὑῶν. ἡ δὲ ἐξ αὐτῶν τροφὴ, καλῶς μὲν πεφθέντων ἐν γαστρὶ, ἐγγὺς μὲν τῇ κατὰ τὰς σάρκας ἐστὶν, ἐλλιπέστερον δὲ κατεργασθέντων, τὸν ὠμὸν, ἢ τὸν φλεγματώδη χυμὸν γεννᾷ, τῶν μὲν ὑγροτέρων ἀδένων, τὸν φλεγματώδη, τῶν δὲ σκληροτέρων, τὸν ὠμὸν, ὑπὲρ οὗ ἔμπροσθεν εἴρηται. ὄντες δὲ ἐκ τοῦ γένους τῶν ἀδένων οἱ ὄρχεις, οὐχ ὁμοίως εἰσὶν εὔχυμοι, τοῖς κατὰ τοὺς τιτθοὺς, ἀλλά τι καὶ βρωμῶδες ἔχουσιν, ἐνδεικνύμενοι τοῦ σπέρματος, ὃ γεννῶσι φύσιν, ὥσπερ οἱ νεφροὶ τὴν τοῦ οὔρου. καὶ μὲν τοι καὶ πεφθῆναι πολὺ χείρους εἰσὶν, οἱ γε τῶν πεζῶν ζώων. οἱ γὰρ τῶν σιτευθέντων ἀλεκτρυόνων, ἥδιστοί τε ὑπάρχουσι, καὶ τὴν τροφὴν χρηστὴν τῷ σώματι διδόασι. καὶ οἱ παρακείμενοι δὲ τῷ τραχήλῳ τῆς κύστεως ἀδένες, ἐγγύς τι τῶν ὄρχεων εἰσὶ τὴν φύσιν. ἔνιοι δὲ ἐν τοῖς ἀδέσι, καὶ τοὺς νεφροὺς ἀριθμοῦσιν. ἔχειν γὰρ ἀδενῶδές τι καὶ οὗτοι δοκοῦσιν αὐτοῖς. κακόχυμοι δέ εἰσιν ἱκανῶς, καὶ δύσπεπτοι, καθάπερ οἱ τῶν ἐπὶ πλέον ηὐξημένων ζώων ὄρχεις, ὅταν ἐκτέμνοντες αὐτοὺς ἐσθίωσιν. ἀμείνους γὰρ οἱ τῶν νεωτέρων εἰσὶν, οἱ δὲ τῶν ταύρων, καὶ τράγων, καὶ κριῶν, ἀηδεῖς καὶ δύσπεπτοι, καὶ κακόχυμοι.

CAPVT VII.

De Testibus.

F IVuenibus suibus, ac bobus apud nos testes exsecant, sed propter vsum diuersum; nam suum quidem testes cibi causa secantur: suum enim castratorum caro suauior fit, & plenioris alimenti, & ad coquendum facilior: boum verò, vt ad agriculturam sint meliores: tauri enim

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ζ'.

Περὶ ὄρχεων.

ΤΟὺς ὄρχεις τῶν νέων ὑῶν, καὶ βοῶν, ἐκτέμνουσι παρ' ἡμῖν, οὐ τῆς αὐτῆς ἕνεκα χρείας, ἀλλὰ τῶν μὲν ὑῶν, τῆς ἐδωδῆς, καὶ γὰρ ἡδίων καὶ τροφιμωτέρα γίνεται, καὶ πεφθῆναι βελτίων, ἡ σὰρξ τῶν ἐκτμηθέντων ὑῶν, τῶν δὲ βοῶν, ἕνεκα τῆς εἰς τὴν γεωργίαν χρείας. δυσπειθεῖς γὰρ

αὐτοῖς εἰσιν οἱ ταῦροι. τῶν δ' αἰγῶν, καὶ τῶν προβάτων, κατ' ἀμφοτέρας τὰς χρείας ἐκτέμνουσι τοὺς ὄρχεις. εἰσὶ δ' ἅπαντες οἱ τῶν εἰρημένων ζώων ὄρχεις δύσπεπτοι, καὶ κακόχυμοι, πεφθέντες δὲ καλῶς, εὔτροφοι. τὸ δ' ἧττον καὶ μᾶλλον ἐν αὐτοῖς, ἀνάλογόν ἐστι τῷ κατὰ τὰς σάρκας εἰρημένῳ. εἰς ὅσον γὰρ τῶν ὑῶν σὰρξ, τῆς τῶν ἄλλων ἐστὶ βελτίων, εἰς τοσοῦτον καὶ ὄρχεις, τῶν ὄρχεων. μόνοι δ' οἱ τῶν ἀλεκτρυόνων ἄριστοι κατὰ πάντα, καὶ μάλιστα τῶν σιτευθέντων.

A non facilè ab hominibus domantur. Capræ autē & oues propter vtrunque vsū castrātur. Porrò omnes memoratorū animalium testes ad coquēdum sunt difficiles, ac mali succi: nutriunt tamen si bellè cōficiantur, alij magis, alij minus, pro ea proportione, quā in carnibus inesse diximus. Nam quanto suum caro aliis est præstantior, tantò horū quoque testes aliorum animantiū testibus sunt meliores: soli autem gallorum gallinaceorū vndequaque sunt præstantissimi, & potissimū eorū, qui saginati fuerint.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Η'.

Περὶ ἐγκεφάλου.

Φλεγματικώτερόν ἐστι, καὶ παχύχυμον ἔδεσμα, καὶ βραδύπορον, καὶ δύσπεπτον, οὐχ ἥκιστα δὲ, καὶ κακοστόμαχον ἅπας ἐγκέφαλος. ἐξαπατώμενοι δὲ ὑπὸ τῆς μαλακότητος αὐτοῦ, διδόασιν ἔνιοι τοῖς κάμνουσιν, ὄντα πρὸς τοῖς ἄλλοις, καὶ ναυτιώδη. μᾶλλον οὖν εἴ ποτε ἐμέσαι τινὰ βουληθῇς ἀπὸ τροφῆς, καὶ τούτου τὸ μόριον αὐτοῦ δίδου λιπαρῶς ἠρτυμένον, ἐν τοῖς τελευταίοις προσενέγκασθαι, φυλάττου δὲ ἀπὸ τῶν ἀνορέκτων, οὓς ἀποσίτους ἐκάλουν οἱ παλαιοί. εἰκότως οὖν, οὐδ' ἐσθίει τις ὕστερον αὐτὸν τῶν ἄλλων ἐδεσμάτων, τῇ πείρᾳ δεδιδαγμένων ἁπάντων, ὅπως ἐστὶ ναυτιώδης. εὐλόγως δὲ καὶ σὺν ὀριγάνῳ πολλοὶ προσφέρονται, καθάπερ ἔνιοι μετὰ τῶν ποικίλως ἠρτυμένων ἁλῶν. ἅτε γὰρ παχύχυμος ὤν, καὶ περιττωματικὸς, ἀμείνων ἐμετοῦ ἐστὶ πάντα, μετὰ τῶν τεμνόντων καὶ θερμαινόντων σκευασθείς. εἰ μέντοι καλῶς πεφθῇ, τροφὴν ἀξιόλογον δίδωσι τῷ σώματι.

CAPVT VIII.

De Cerebro.

B Cerebrum omne cibus est pituitosior, crassique succi, & tardè permeans, ac ad coquendum difficilis: non minimùm etiam cerebrum omne stomacho nocet. Quidam autem ipsius mollitie decepti ipsum ægrotis exhibent, quum præter alia nauseam etiam concitet: quinimo, quum cuipiam à cibo vomitum mouere vis, huius partem pinguiter conditam, postremis epulis edendam exhibe. Illis vero caue exhibeas qui non appetunt, quos veteres inappetentes appellabant: meritò igitur C nemo cerebrum summis epulis mandit, quum omnes ipsa experientia docti sciant ipsum nauseam excitare. Iure etiam plerique cum origano mandunt, vti nonnulli cum sale variis modis apparato: quippe quum crassi sit succi, & excrementitium, omnino vomitioni fit accommodatius, quādo cum incidentibus, & calefacientibus fuerit paratum, si tamen rectè confici possit, alimentum corpori præstabit non contemnendum.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Θ'.

Περὶ τοῦ ἐν τοῖς ὀστοῖς μυελοῦ.

Γλυκύτερος, καὶ ἡδίων ἐστὶ, καὶ λιπαρώτερος ὁ ἐν τοῖς ὀστοῖς εὑρισκόμενος μυελὸς, τοῦ ἐγκεφάλου, ὥστ' εἴ τις ἐκ παραβολῆς αὐτῶν γεύοιτο, δόξει τι καὶ αὐστηρὸν ἔχειν τὸν ἐγκέφαλον. ἔστι δὲ καὶ ναυτιῶδες ἔδεσμα, πλείων προσενεχθεὶς ὁ μυελὸς, ὥσπερ καὶ ὁ ἐγκέφαλος, εἴ γε μὴν καλῶς πεφθείη, τρόφιμός ἐστι καὶ αὐτός.

CAPVT IX.

De Ossium medulla.

D Medulla, quæ in ossibus inuenitur, cerebro est dulcior, iucundior, ac pinguior, adeo vt si ea inter se comparando gustes, putaturus sis, cerebrum austerum etiam aliquid in se habere. Porro medulla nauseam prouocat, si liberalius sumatur, quemadmodum & cerebrum: nutrit tamen & ipsa, si probè conficiatur.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ι'.

Περὶ νωτιαίου μυελοῦ.

Ὁ νωτιαῖος μυελὸς, ὁμογενὴς μέν ἐστιν ἐγκεφάλῳ, κακῶς δ' ὀνομάζεται μυελός. ἔστι γὰρ μυελὸς ὑγρότερός τε, καὶ μαλακώτερος, καὶ λιπαρώτερος, οὐ μόνον τοῦ νωτιαίου, ἀλλὰ καὶ αὐτοῦ τοῦ ἐγκεφάλου. ἐπεὶ δ' ὑπὸ τῶν κατὰ τὴν ῥάχιν ὀστῶν περιέχεται, παραπλήσιος ὢν κατὰ τὴν χρόαν μυελῷ, διὰ τοῦτο μυελὸν ὀνομάζουσιν αὐτόν, ὥσπερ γε καὶ αὐτὸν τὸν ἐγκέφαλον, ἔνιοι προσηγόρευσαν ὡσαύτως. ἔστι δ' ὁ νωτιαῖος μυελὸς, συνεχὴς μὲν τῷ ἐγκεφάλῳ, καὶ τῆς αὐτῆς φύσεως αὐτῷ, σκληρότερος δ' οὐκ ὀλίγῳ, καὶ μάλιστα ἐν τοῖς κάτω τῆς ῥάχεως πέρασιν. εἰς ὅσον γὰρ ἀφίσταται τοῦ ἐγκεφάλου, τοσοῦτον μᾶλλον σκληρύνεται. λιπαρότητός τε οὖν ἥκιστα μετέχει, καὶ διὰ τοῦτο καὶ ναυτιῶδες ἐκπέφευγε, κἂν πεφθῇ καλῶς τροφὴν οὐκ ἐλαχίστην δίδωσι τῷ σώματι.

CAPVT X.

De Spinali medulla.

E Spinalis medulla eiusdem quidem cum cerebro est generis: eam tamen perperam medullam appellarunt, quum medulla ipsa non modo spinali hac, verùm etiam cerebro ipso sit humidior, ac mollior, & pinguior. Quòd vero in spinæ ossibus contineatur, coloremque habeat medullæ assimilem, ob id, ipsum medullam nominant; quo nomine quidam ipsum quoque cerebrum vocitarunt. Est porro spinalis medulla cerebro continua, ac eiusdem cum eo naturæ, nisi quod ipso multo est durior, potissimum in infernis spi- F næ finibus: quantum enim à cerebro abscedit, tanto magis durescit. Pinguedinis sanè habet minimum: quo fit, vt nauseam non prouocet: & si probè conficiatur, non exiguum corpori dat alimentum.

A

CAPVT XI.

De Adipe, & seuo.

VTrunque quidem est oleosum, humiditate tamen & siccitate inter se differunt. Pinguedo namque humida quæpiam res est, oleo longa vetustate incrassato assimilis. Seuum vero adipe multo est siccius: ideoque si calefactum ipsum fundas, coit facilè, ac concrescit. Pauci vtrunque est nutrimenti: potiúsque carnium nos alentium sunt condimenta, quàm alimenta.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΑ'.

Περὶ πιμελῆς καὶ στέατος.

Ελαιώδη μὲν ἄμφω ταῦτα, διαφέρει δὲ ἀλλήλων, ὑγρότητι καὶ ξηρότητι. πιμελὴ μὲν γάρ, ὑγρόν τι χρῆμά ἐστι παραπλήσιον ἐλαίῳ, διὰ μακρὰν παλαιότητα πεπαχυμμένῳ. τὸ στέαρ δὲ, ξηρότερόν ἐστι πιμελῆς πολλῷ, καὶ διὰ τοῦτο, κἂν θερμήνας αὐτὸ καταχέῃς, συνίσταται καὶ πήγνυται ῥᾳδίως. ὀλιγότροφα δὲ ἄμφω, καὶ μᾶλλον ἡδύσματά ἐστι τῶν τρεφουσῶν ἡμᾶς σαρκῶν, ἢ αὐταὶ τροφαί.

B

CAPVT XII.

De Pedestrium animalium visceribus.

OMnium quidem animalium iecur crassi est succi, ac ad coquendum difficile, tardéque permeat: omnium autem est præstantissimum, non modo ad voluptatem, sed ad alia etiam omnia, quod ficatum appellatur: quam appellationem inde habuit, quod animalis mactandi iecur multatum ficuum siccarum esu sic præparent: quod maximè faciunt in suibus, propterea quòd huius animalis viscera, aliorum animalium visceribus natura multo sunt suauiora: euadunt tamen & illa seipsis meliora, quum animal ipsum caricas affatim comederit: verùm minimè consentaneum hominibus videtur, præteritis quæ naturâ cæteris præstant, deteriora consectari. Reliquorum autem viscerum lien quidem gustu est non exacte suauis: est enim in eo perspicua quædam acerbitas. Merito autem praui quoque succi esse creditur, vt qui sanguinem melancholicum generet. Vtroque verò tanto pulmo est ad coquendum facilior quanto est rarior: multo tamen, quod ad nutriendum attinet, hepate est inferior. Pituitosius autem longè est id alimentum, quod corpori præbet. Cor substantiâ quidem caro est fibrosa, ac dura, ideoque ad coquendum est difficile, & tardè permeat: si tamen probè conficiatur, alimentum corpori exhibet non paucum, neque mali succi. De renibus autem (nam hos quoque quidam inter viscera connumerant) priùs diximus.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΒ'.

Περὶ τῶν ἐν τοῖς πεζοῖς ζώοις σπλάγχνων.

ΤΟ μὲν ἧπαρ ἁπάντων τῶν ζώων, παχύχυμόν τε ἐστὶ καὶ δύσπεπτον, καὶ βραδύπορον ὑπάρχον. ἄμεινον δ᾽ ἐν αὐτοῖς, οὐκ εἰς ἡδονὴν μόνον, ἀλλὰ καὶ εἰς τ᾽ ἄλλα, τὸ συκωτὸν ὀνομαζόμενόν ἐστι, τῆς προσηγορίας ταύτης τυχὸν, ἐπειδὴ πολλῶν σύκων ξηρῶν ἐδωδῇ, τοῦ μέλλοντος

C

σφάττεσθαι ζώου, τοιοῦτον παρασκευάζουσιν αὐτὸ, ὃ πράττουσιν οὕτως ἐπὶ τῶν ὑῶν μάλιστα, διὰ τὸ, φύσει, τὰ τούτου τοῦ ζώου σπλάγχνα, πολὺ τῶν ἐν τοῖς ἄλλοις ὑπάρχειν ἡδίω. γίγνεται δὲ κἀκεῖνα σφῶν αὐτῶν ἀμείνω, φαγόντος τοῦ ζώου πολλὰς ἰσχάδας, ἀλλ᾽ οὐκ εὔλογον εἶναι δοκεῖ τοῖς ἀνθρώποις ὑπερβᾶσι τὸ φύσει κάλλιον, ἐπὶ τὰ χείρω παραγίνεσθαι. τῶν δὲ ἄλλων σπλάγχνων ὁ μὲν σπλὴν, οὐδὲ πρὸς τὴν γεῦσιν ἀκριβῶς ἡδύς ἐστιν, ἔχει γάρ τι στρυφνὸν ἐμφαινόμενον. εἰκότως δὲ καὶ κακόχυμος εἶναι πεπίστευται, μελαγχολικοῦ γεννητικὸς αἵματος ὑπάρχων. ἀμφοῖν δ᾽ εὐ-

D

πεπτότερος ὅσῳ καὶ ἀραιότερος, ὁ πνεύμων ἐστὶ, παμπόλλῳ γε μὴν ἥπατος εἰς θρέψιν ἥττων. τὴν δὲ δίδωσι τροφὴν τῷ σώματι, φλεγματικωτέρα μᾶλλόν ἐστιν. ἡ δὲ καρδία, κατὰ μὲν τὴν οὐσίαν, ἰνώδης σάρξ ἐστι, καὶ σκληρὰ, καὶ διὰ τοῦτο δύσπεπτός ἐστι, καὶ βραδύπορος, εἰ δὲ πεφθείη καλῶς, τροφὴν οὐκ ὀλίγην, οὐδὲ κακόχυμον δίδωσι τῷ σώματι. περὶ δὲ νεφρῶν, καὶ γὰρ καὶ τούτους τινὲς ἐν τοῖς σπλάγχνοις ἀριθμοῦσιν, ἔμπροσθεν εἴρηται.

E

CAPVT XIII.

De Quadrupedum animalium ventriculo, vtero, & intestinis.

DVriores carnibus sunt hæ partes: ob id, etiam si ritè conficiantur, succum tamen gignent non planè sanguineum, neque inculpatum, sed frigidiorem, ac crudiorem. Proinde multum temporis requirunt priusquam satis confici & in probum sanguinem mutari queant.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΓ'.

Περὶ κοιλίας, καὶ μήτρας, καὶ ἐντέρων, τῶν ἐν τοῖς τετράποσι ζώοις.

ΣΚληρότερά τε κρέα ταῦτά ἐστι τῶν σαρκῶν, διὸ κἂν καλῶς πεφθῇ, τὸν χυμὸν οὐκ ἀκριβῶς αἱματικόν τε καὶ ἀμεμπτον, ἀλλὰ ψυχρότερόν τε καὶ ὠμότερον ἐργάζεται: πρότερον οὖν χρόνου πλέονος δεῖται πρὸς τὸ καλῶς κατεργασθῆναι, καὶ αἷμα χρηστὸν γενέσθαι.

F

CAPVT XIV.

De agrestium, ac domesticorum animalium differentiis.

DOmestica animalia temperie humidiora sunt quàm agrestia, tum ob aëris in quo degunt humiditatem, tum verò etiam ob vitæ ignauiam. Quæ vero in montibus degunt, multum exercentur ac fatigantur, præterea in aëre sicciore viuunt:

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΔ'.

Περὶ τῆς τῶν ἡμέρων καὶ ἀγρίων ζώων διαφορᾶς.

ΤΩν ἡμέρων ζώων ἡ κρᾶσις, ὑγροτέρα τῆς τῶν ἀγρίων ἐστὶ, διά τε τὴν ὑγρότητα τοῦ ἀέρος ἐν ᾧ διαιτῶνται, καὶ τὴν ῥᾳθυμίαν τοῦ βίου. τὰ δὲ ἐν τοῖς ὄρεσι, ταλαιπωρεῖταί τε καὶ κάμνει πολλὰ, καὶ κατὰ ξηρότερον ἀέρα διατρίβει.

διὰ τοῦτο οὖν, ἥτε σὰρξ αὐτῶν ἐστὶ σκληροτέρα, καὶ πιμελῆς ἢ οὐδόλως, ἢ ὀλιγιστόν τι μετέχει. ταύτῃ τοι καὶ ἀσηπτότερα πλείοσιν ἡμέραις διαμένει, τῶν ἡμέρων τε, καὶ ἀργῶς διαιτωμένων ζώων. πρόδηλον δ', ὅτι καὶ ἀπέριττός ἐστιν ἐξ αὐτῶν τροφὴ μᾶλλον, ὥσπερ ἡ ἐπὶ τῶν ἡμέρων τε καὶ ἀργῶν περιττωματική. τρέφειν τε οὖν ἀναγκαῖόν ἐστι τὴν τοιαύτην τροφὴν μᾶλλον, εὐχυμοτέραν τε πολλῷ τῆς ἑτέρας ὑπάρχειν.

A quapropter eorũ caro est durior, nulliúsque prorsus pinguedinis, aut paucissimæ particeps: quæ causa est cur pluribus diebus quàm domesticorum & otiosè degentium animalium, seruetur imputris. Liquet item quòd alimentum quod ab iis prouenit, minus habet excrementi: contrà, excrementitium est quod à domesticis atque otiosis sumitur. Necesse igitur est alimentum eiusmodi nutrire valentius quàm alterum, succúmque gignere multò meliorem.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΕ'.

Περὶ γάλακτος.

Καὶ τοῦτο τῆς ἀπὸ τῶν ζώων ἐστὶ τροφῆς ἕν τι, διαφέρειν μὲν καὶ κατὰ τὰς ὥρας τοῦ ἔτους, οὐ σμικρὰν διαφοράν, ἔτι δὲ μείζονα, τὴν κατ' αὐτὰ τὰ ζῷα. τὸ μὲν γὰρ τῶν βοῶν, παχύτατόν ἐστι καὶ λιπαρώτατον, ὑγρότατον δὲ, καὶ ἥκιστα λιπαρώτατον, τὸ τῆς καμήλου καὶ μετ' αὐτὸ ἵππου. μετὰ δὲ ταῦτ' ὄνου· σύμμετρον δὲ τῇ συστάσει, τὸ τῆς αἰγός ἐστι γάλα· τὸ δὲ τοῦ προβάτου, παχύτερον τούτου· κατὰ δὲ τὰς ὥρας τοῦ ἔτους, ὑγρότατον μέν ἐστι τὸ μετὰ τὴν ἀποκύησιν, ἀεὶ δὲ μᾶλλον ἐν τῷ προϊέναι, παχύνεται. καὶ κατὰ μέσον τὸ θέρος, ἐν τῷ μέσῳ καὶ αὐτὸ τῆς αὐτοῦ φύσεως καθίσταται. μετὰ δὲ τὸν καιρὸν τοῦτον, ἤδη παχύνεται κατὰ βραχὺ, μέχρις ἂν παύσηται τελέως. ἔστι δ', ὥσπερ ὑγρότατον ἦρος, οὕτω καὶ πλεῖστον. ὅτι δ', ὡς προείρηται, καὶ κατὰ τῶν ζώων εἴδη τὸ γάλα διαφέρει, θεασαμένῳ μὲν αὐτίκα φαίνεται, σαφέστερον δὲ γίγνεται, κἀκ τοῦ σκευαζομένου καθ' ἕκαστον αὐτῶν τυροῦ. πλεῖστον μὲν γὰρ ὀρρὸν ἴσχει τὸ ὑγρότατον γάλα, πλεῖστον δὲ τυρὸν, τὸ παχύτατον. ὑπάγει τοίνυν εἰκότως τὴν γαστέρα, τὸ μὲν ὑγρότερον μᾶλλον, ἧττον δὲ, τὸ παχύτερον. ἔμπαλιν δὲ, τὸ παχύτερον μὲν τρέφει μᾶλλον, τὸ λεπτότερον δὲ ἧττον. εἰ δὲ προαφεψήσας τις τὸ γάλα, τὸν ὀρρὸν ἐκδαπανήσειεν, οὐδ' ὅλως ὑπάγει. κοχλάκων δὲ διαπύρων ἐμβληθέντων, τοσούτων ὡς ἐκδαπανῆσαι τὸν ὀρρὸν ἅπαντα, πρὸς τῷ μηκέτι ὑπάγειν τὴν γαστέρα τὸ οὕτως σκευασθὲν, ἔτι καὶ τοὐναντίον ἐργάζεται, καὶ δίδομεν αὐτὸ τοῖς ὑπὸ τῶν δριμέων περιττωμάτων δακνομένοις κατὰ τὴν γαστέρα. τῶν κοχλάκων δὲ, οὐχ ἧττον, ἀλλὰ μᾶλλον, ἐμβαλλόμενοι κυκλίσκοι σιδήρου διάπυροι, ταὐτὸν ἐργάζονται. τυροῦται γε μὴν ἐν τῇ γαστρὶ ῥᾳδίως, τὸ οὕτως σκευασθὲν γάλα. διὸ καὶ μίγνυμεν αὐτῷ μέλιτός τε, καὶ ἁλῶν, ἀσφαλέστερον δὲ, καὶ ὕδατος ἐπιχέειν, ὥσπερ καὶ ποιοῦσι τῶν ἰατρῶν οὐκ ὀλίγοι. καὶ μὴ θαυμάσῃς, εἰ τὸν ὀρρὸν ἐκδαπανήσαντες, αὖθις ὕδατος ἐπιχέουσιν. οὐ γὰρ τὴν ὑγρότητα τοῦ ὀρροῦ φεύγουσιν, ἀλλὰ τὴν δριμύτητα, καθ' ἣν ὑπάγει τὴν γαστέρα τὸ σύμπαν γάλα, μικτὸν ἐξ ἐναντίων οὐσιῶν ὑπάρχον, ὀρροῦ τε καὶ τυροῦ. μετέχει δὲ πρὸς τοῖσδε, καὶ τρίτου τοῦ λιπαροῦ χυμοῦ, πλείστου μὲν, ὡς εἴρηται, τὸ τῶν βοῶν γάλα, διὸ καὶ σκευάζουσιν ἐξ αὐτοῦ τὸ καλούμενον βούτυρον, ὃ καὶ γευσάμενος, καὶ θεασάμενος μόνον, ἐναργῶς γνώσῃ πόσον αὐτῷ λιπαρότητος μέτεστιν. εἰ δὲ καὶ χρίσαις τι μέρος τοῦ σώματος, ἀνατρίψαις αὐτὸ, λιπαινόμενον, ὡς ἐξ ἐλαίου θεάσῃ τὸ δέρμα. κἂν εἰ νεκροῦ δὲ ζώου δέρμα ξηρὸν ἀλείψαις αὐτῷ, τὴν αὐτὴν ἐνέργειαν ὄψει. καὶ μέντοι καὶ ἄνθρωποι κατὰ πολλὰ τῶν ψυχρῶν χωρίων, ἐν οἷς ἀποροῦσιν ἐλαίου, χρῶνται λουόμενοι τῷ βουτύρῳ.

B

CAPVT XV.

De Lacte.

LAc quoque inter cibos, qui ab animalibus sumuntur, est numerandum: in quo haud parua est pro anni temporibus differentia, & ea adhuc maior pro ipsorum animalium specie. Siquidem vaccarum lac crassissimum est, ac pinguissimum: liquidissimum autem ac minimè pingue, camelarum: mox, equarum; deinde asinarum: C mediæ autem consistentiæ est caprarum: hoc crassius, ouium. Secundum autem anni tempora, lac post partum est liquidissimum: temporis verò progressu, magis semper, ac magis incrassescit; æstate verò media ipsum etiam in medio suæ naturæ consistit: post id autem tempus, sensim iam crassescit, quoad penitus deficiat, vere autem vt liquidissimum, ita etiam copiosissimum: Quòd autem lac, vt priùs diximus, pro animalium specie differat, id vel intuenti quidem protinus apparet: manifestius autem fiet, si ex vnoquoque lactis genere caseus paretur: etenim liquidissimum lac, serum: crassissimum, caseum D habet plurimum. Meritò igitur liquidius quidem lac, magis: crassius autem, minus aluum subducit. Contra autem, crassius quidem valentius nutrit: tenuius autem, minus. Quod si quis lac prius elixando serum omne consumpserit, nihil prorsus subducet. Iniectis verò lapillis ignitis tantisper, dum serum omne consumatur, præterquam quod sic paratum, aluum non subducit, contrarium etiam efficit, ipsúmque iis exhibemus, quibus venter acrium excrementorum demorsu infestatur; id ipsum autem efficiunt non minùs, quàm lapilli, aut E etiam efficacius, ferrei orbiculi igniti. Facilè tamen lac sic paratum, in ventriculo in caseum cogitur: ob id mel illi & salem admiscemus, quin & aquam etiam affundere securius fuerit, vt plerique medicorum factitant: neque mirum tibi videatur, quod sero consumpto, rursus aquam infundant: non enim seri humiditas est, quam fugiunt, sed acrimonia: cuius occasione, lac omne aluum subducit, ex substantiis contrariis mixtum, sero scilicet, & caseo. Ad hæc tertium etiam pinguem succum habet, & ipsum quidem lac vaccarum, F vt dictum est, plurimum: ideoque butyrum (quod vocant) ex eo conficiunt: quod gustu solo, visúque quantum in se pinguedinis habeat, facilè cognoscas: quòd si partem aliquam corporis eo inunxeris, ac fricueris, cernes cutim pinguem non aliter, ac si oleo fricuisses: præterea, si mortui animalis corium aridum eo inunxeris, eundem cernes effectum: quinimo homines in plerisque frigidis regionibus, in quibus oleo carent, in balneo butyro vtuntur:

cernitur

cernitur præterea; si ignitis carbonibus ipsum infundas, non aliter, ac pinguedo, flammam excitare; denique vtimur ipso in illis, in quibus vtimur adipe, cataplasmatibus, aliisque medicamentis ipsum permiscentes. Pinguissimum itaque, vt diximus, est lac bubulum: ouillum verò ac caprinum habent quidem & ipsa pinguedinis quidpiam, sed multò minus; asininum verò huius succi habet minimum: quocirca rarò in ventriculo cuiusquam coagulatur, si statim vt mammis excidit, calidum fuerit epotum; quòd si sal, & mel adiiciantur, fieri non potest, vt ipsum in ventriculo concrescat, ac coaguletur. Eandem ob causam magis per aluum deiicitur, vt quod serum multum habeat, à quo lac omne facultatem accipit deiiciendi; vti à caseosa substantia, sistendi. Quantum verò serum ab alia lactis natura succi bonitate superatur, tantò alia omnia, quæ ventrem deiiciunt, superat: ob id veteres ad aluum subducendam hoc potu plurimo vsi videntur. Tantum autem mellis optimi ei est iniiciendum, quantum suaue citra stomachi euersionem sentietur. Pari modo & salem ea mensura iniicies, quoad gustum non offendat: quod si ipsum magis subducere velis, salis quamplurimum iniicies. Hæc certè diffusius explicuimus quàm præsens institutum postulet: propositum enim fuerat ea commoda exponere quæ lacti insunt vt alimento: quibus quum id commodum quod nobis præstat in aluo deiicienda esset admixtum, fecit rei affinitas vt in hanc digressionem sermo noster deflexerit. Rursus igitur ad propositum reuersi, quæ de lactis facultate supersunt exequamur, quorum id omnium est maximum, quòd omnium ferè quæ mandimus, lac optimum, optimi est succi: verum caue ne malè accipias quod iam pronunciauimus. Non enim simpliciter diximus, lac omne optimi esse succi, sed præterea optimum adiunximus. Nam lac quidem quod vitiosi est succi, tantum abest vt ad succum probum gignendum conferat, vt qui eo vtuntur, cacochymos reddat. Cui rei argumento fuit is infans, qui quum priore nutrice mortua, alterius praui succi lac suxisset, totum corpus multis vlceribus habuit refertum: vtebatur autem secunda hæc nutrix in agro syluestribus oleribus propter annonæ caritatem, quæ veris tempore acciderat: vnde & ipsa huiuscemodi vlceribus scatuit, & alij quidam, qui in eodem agro simili victu sunt vsi. Vidimus & aliis permultis mulieribus infantes nutrientibus id temporis idem accidere. Atque etiam si capræ, aut alterius cuiuspiam animalis scammonium, aut tithymallum depasti, lac cibi loco quis sumpserit, omninò aluus illi fluet. Quemadmodum igitur de aliis omnibus, ita de lactis facultatibus intelligere oportet, non tanquam simpliciter de quouis dicatur, sed de optimo duntaxat: quantum autem in singulis generibus vnumquodque ab optimo deficit, tanto commodis quæ optimum id nobis præstat, est inferius. Lac igitur quod seri habet plurimum, etiamsi semper eo vtare, nihil penitus afferet periculi: quod verò huiuscemodi humiditatem habet exiguam, caseosam autem crassitiem multam, omnibus qui in ipso multum vtuntur, est periculosum. Nam eos quidem renes offendet qui calculis generandis sunt opportuni: iecur item obstruet iis qui hoc affectu facilè prehendi possunt:

A φαίνεται δὲ κἂν ἐπ' ἀνθράκων διαπύρων ἐκχέοις αὐτὸ, φλόγα ποιοῦν, ὥσπερ ἡ πιμελὴ, καὶ μέντοι καὶ χρώμεθα αὐτῷ πολλάκις, εἰς ὅσα καὶ τῷ στέατι, καταπλάσμασί τε καὶ ἄλλοις φαρμάκοις μιγνύντες. τὸ μὲν οὖν βόειον, ὡς ἔφην, γάλα, λιπαρώτατόν ἐστι· τὸ δὲ τῶν προβάτων τε καὶ τῶν αἰγῶν, ἔχει μέν τοι καὶ αὐτὸ λίπους, ἀλλ' ἧττον πολὺ, τὸ δὲ τῶν ὄνων, ἥκιστα μετέχει τοιούτου χυμοῦ. διὸ καὶ σπανίως ἐτυρώθη τινὶ κατὰ τὴν γαστέρα, πινόμενον αὐτίκα θερμὸν, ἅμα τῷ τῶν τιτθῶν ἐκπεσεῖν. εἰ δ' ἁλῶν λάβοι, καὶ μέλιτος, ἀδύνατον παγῆναί τε αὐτὸ, καὶ τυρωθῆναι κατὰ τὴν γαστέρα. διὰ δὲ τὴν
B αὐτὴν αἰτίαν, ἡ κάτω διαχώρησις αὐτῷ γίνεται πλείων, ὡς ἂν καὶ τὸν ὀρρὸν ἔχοντος πολὺν, ὑφ' οὗ, τὸ σύμπαν γάλα, τὴν ὑπακτικὴν λαμβάνει δύναμιν, ὅσον ἐπὶ τῷ τυρώδει, τὴν σταλτικὴν ἔχον. ὁπόσον δ' ἀπολείπεται τῆς ἄλλης τοῦ γάλακτος φύσεως εἰς εὐχυμίαν ὁ ὀρρὸς, τοσοῦτον πλεονεκτεῖ τῶν ἄλλων ἁπάντων, ὅσα λαπάττει τὴν γαστέρα. διό μοι δοκοῦσι καὶ οἱ παλαιοὶ, πλείστῳ χρῆσθαι τούτῳ τῷ πόματι πρὸς ὑπαγωγὴν γαστρὸς, ἐμβάλλειν δ' αὐτῷ χρὴ μέλιτος ἀρίστου τοσοῦ ὅσον ἡδύναι, χωρὶς ἀνατροπῆς στομάχου. κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν λόγον καὶ τῶν ἁλῶν, ἄχρι τοῦ μὴ λυπῆσαι τὴν γεῦσιν.
C εἴγε μὴν ὑπάγειν αὐτὸ μᾶλλον ἐθέλοις, ὡς πλεῖστον ἔμβαλε τῶν ἁλῶν. ταῦτα μὲν οὖν ἐπὶ πλέον, ἢ κατὰ τὴν ἐνεστῶσαν εἴρηται πραγματείαν, ὅσα γὰρ ὡς τροφῇ τῷ γάλακτι, συμβέβηκεν ἔχειν ἀγαθὰ, ταῦτα προὔκειτο διέρχεσθαι, μεμιγμένου δ' αὐτοῖς τοῦ κατὰ τὴν ὑπαγωγὴν τῆς γαστρὸς, ἐκ τῆς κοινωνίας τῆσδε, τὴν ἐκτροπὴν ὁ λόγος ἔσχε. πάλιν οὖν αὐτὸ ἐπαναγάγωμεν ἐπὶ τὸ προκείμενον, εἴπωμέν τε τὰ μήπω λελεγμένα περὶ τῆς ἐν τῷ γάλακτι δυνάμεως, ὧν ἐν τοῖς μάλιστα καὶ τοῦτ' ἐστιν, εὐχυμότατον εἶναι τὸ ἄριστον γάλα, σχεδὸν ἁπάντων ὅσα προσφερόμεθα· μὴ παρακούσης
D δὲ τοῦ προκειμένου κατὰ τὸν λόγον. οὐ γὰρ ἁπλῶς εἶπον εὐχυμότατον εἶναι γάλα πᾶν, ἀλλὰ προσέτι, τὸ ἄριστον. ὡς τό γε κακόχυμον γάλα, τοσοῦτον οὐ συντελεῖ εἰς εὐχυμίαν, ὥστε καὶ τοὺς χρωμένους αὐτῷ, κακοχύμους ἐργάζεται, καὶ φανερὸν; ὥς γε παιδίον, ἀποθανούσης τῆς προτέρας τίτθης, ἑτέρας κακοχύμου παρασχούσης αὐτῷ γάλα, πολλῶν ἑλκῶν ἐνεπλήσθη τὸ σύμπαν σῶμα· διῄτητο δ' ἐπὶ λαχάνοις ἀγρίοις ἡ δευτέρα τιτθὴ κατ' ἀγρὸν, ἦρος ὥρᾳ, λιμοῦ κατασχόντος. αὐτή τε οὖν ἐπληρώθη τοιούτων ἑλκῶν, ἕτεροί τέ τινες τῶν κατὰ τὴν αὐτὴν χώραν, ὁμοίως διαιτη-
E θέντες. εἴδομεν δὲ τοῦτο κἀπὶ πολλῶν ἄλλων γυναικῶν, παιδία τρεφουσῶν, κατὰ τὸν αὐτὸν ἐκεῖνον χρόνον. ἀλλὰ κἂν αἰγὸς, ἢ τινος ἄλλου ζώου νεμηθέντος σκαμμωνίαν, ἢ τιθύμαλλον, ἐν τροφῆς μέρει προσενέγκηταί τις γάλα, ῥυήσεται πάντως ἡ γαστὴρ αὐτῷ. καθάπερ οὖν ἐπὶ τῶν ἄλλων ἁπάντων, οὕτω κἀπὶ τοῦ γάλακτος ἀκούειν σε χρὴ, τῶν δυνάμεων οὐχ ἁπλῶς λεγομένων ἐπὶ τοῦ τυχόντος, ἀλλ' ἐπὶ τοῦ καλλίστου μόνου· τὸ δὲ ἀπολειπόμενον ἐν ἑκάστῳ γένει τοῦ πρωτεύοντος, ἀπολείπεται τοσοῦτον, καὶ τῆς εἰς ἡμᾶς ὠφελείας. τὸ μὲν οὖν ὀρροῦ πλεῖστον ἔχον, ἀκινδυ-
F νότατόν ἐστιν, εἰ καὶ διαπαντὸς αὐτῷ τις χρῷτο, τὸ δ' ὀλίγον μὲν ἔχον ὑγρότητος τοιαύτης, οὐκ ὀλίγον δὲ παχύτητος τυρώδους, οὐκ ἀσφαλές ἐστιν ἅπασι τοῖς ἐν αὐτῷ πλεονάζουσι. βλάψει μὲν γὰρ νεφροὺς, ὅσοι γ' ἐπιτηδείως ἔχουσιν εἰς λίθων γένεσιν, ἐμφράξεις δὲ, καὶ καθ' ἧπαρ ἐργάζεται τοῖς ἑτοίμως παθεῖν δυναμένοις τοῦτο·

τοιοῦτοι δ' εἰσίν, οἷς στενὰ τὰ πέρατα τῶν μεταλαμβανομένων ἀγγείων, τὴν ἐκ τῶν σιμῶν τοῦ σπλάγχνου τροφὴν, εἰς τὰ κυρτά. τοῖς δὲ κατὰ θώρακα καὶ πνεύμονα χωρίοις, ἀγαθὸν ἅπαν ἐστὶ γάλα· κεφαλῇ δ' οὐκ ἐπιτήδειον, εἰ μή τις ἰσχυρὰν ἔχοι πάνυ, καθάπερ οὐδ' ὑποχονδρίοις, ὅσα ῥᾳδίως ἐμφυσᾶται· πνευματοῦται γὰρ ἐν τῇ γαστρὶ παμπόλλοις, ὡς ὀλίγους εἶναι, τοὺς μὴ πάσχοντας τοῦτο. μετὰ δέ τινος τῶν παχὺν ἐχόντων χυμὸν ἐδεσμάτων, ἐπιπλέον ἑψηθὲν, ἀποτίθεται μὲν τὸ φυσῶδες, ἐμφρακτικώτερον δὲ ἥπατος γίνεται, καὶ τῶν ἐν νεφροῖς λίθων γεννητικώτερον. ἐδέσματα δ' εἶναι τοιαῦτα, κατὰ τὸν πρῶτον εἴρηται λόγον, ἄμυλός τε, καὶ σεμίδαλις, καὶ χόνδρος, καὶ τράγος, καὶ ὄρυζα, λάγανά τε, καὶ ῥυήματα, καὶ ἄρτοι μήτε καλῶς ὠπτημένοι, μήτε προπαρεσκευασμένοι διὰ τρίψεως πολλῆς, ἅμα δαψιλέσιν ἁλσί, μήτε ζύμης ἔχοντες σύμμετρον. ὥσπερ δὲ ἐπὶ τούτων, οὕτως κἀπὶ τῶν ἄλλων, ὅσα μιγνύντες γάλακτι προσφέρονταί τινες, ἡ τῶν μιγνυμένων δύναμις, ἤτοι γ' αὐξήσει τινὰ τῶν τοῦ γάλακτος δυνάμεων, ἢ μειώσει. νῦν δὲ ἡμεῖς αὐτοῦ τὴν δύναμιν ἀφοριζόμενοι λέγομεν, εὔχυμόν τε, καὶ τρόφιμον εἶναι, συγκείμενον ἐξ ἐναντίων οὐσιῶν τε καὶ δυνάμεων, ὑπακτικῆς τε καὶ σταλτικῆς, ἐμφρακτικῆς τε καὶ λεπτυντικῆς. τὸ μὲν γὰρ ὀρρῶδες αὐτοῦ, λεπτύνει τὸ πάχος τῶν χυμῶν, ὑπάγει τε γαστέρα, τὸ δὲ τυρῶδες ἐπέχει τὴν γαστέρα, καὶ παχεῖς ἐργάζεται τοὺς χυμοὺς, δι' οὓς, ὡς ἔφην, ἐμφράξεις τε καθ' ἧπαρ, ἐν νεφροῖς τε λίθοι γεννῶνται. βλάπτει δ' ἡ συνεχὴς χρῆσις αὐτοῦ, καὶ τοὺς ὀδόντας, ἅμα ταῖς περικειμέναις σαρξὶν, ἃς ὀνομάζουσιν οὖλα, ταύτας μὲν γὰρ πλαδαρὰς, τοὺς δὲ ὀδόντας, εὐσήπτους τε καὶ ῥᾳδίως διαβιβρωσκομένους ἐργάζεται. χρὴ τοίνυν ἐπὶ τῇ προσφορᾷ τοῦ γάλακτος, οἴνῳ κεκραμένῳ διακλύζεσθαι· βέλτιόν τε εἰ καὶ μέλιτος ἐπεμβάλοις αὐτῷ. πᾶν γὰρ οὕτως ἀπορρύπτεσθαι, τὸ περιπεπλασμένον τοῖς ὀδοῦσι, καὶ τοῖς οὔλοις, ἐκ τοῦ γάλακτος τυρῶδες, εἰ δὲ καὶ χωρὶς τοῦ προσεμβάλλειν ὕδατος τῷ οἴνῳ, μὴ βλάπτοιτό τις τὴν κεφαλὴν, διακλυζόμενος αὐτῷ, βελτίων ἡ τοιαύτη χρῆσις, ὡς πρός τε τοὺς ὀδόντας τε καὶ τὰ οὖλα. τό γε μὴν μέλι, καὶ τοῦτο μιγνύμενον, ἄμεινον ἐργάζεται τὸ μικτὸν ἐξ ἀμφοῖν. ἀρίστη δὲ χρῆσις εἰς ἀσφάλειαν ὀδόντων, ὡς μηδὲν ὑπὸ γάλακτος βλάπτεσθαι, μετὰ τὸ προσενέγκασθαι, μελικράτῳ μὲν πρότερον διακλύζεσθαι, δεύτερον δ' οἴνῳ στύφοντι.

A tales autem sunt quibus fines eorum vasorum quæ cibum ex simis visceris in gibba transumunt, sunt angusti; Thoracis autem ac pulmonis partibus lac omne est vtile. Capiti verò, nisi ipsum habeat admodum firmum, non est accommodatum, vt nec hypochondriis, quæ leui de causa inflantur; plurimis enim in ventriculo vertitur in flatus, súntque paucissimi, quibus id non accidat. Si verò cum aliquo eorum cibariorum, quæ crassi sunt succi, diutiùs elixum fuerit, flatuosam quidem naturam deponit, sed iecur magis obstruit, & calculos in renibus promptiùs gignit. B Huiusmodi autem edulia libro primo esse diximus, amylum, similaginem, alicam, tragum, oryzam, lagana, rhyemata, & panes non bene in clibano assos, nec multa tritura prius elaboratos, nec multo sale, ac fermento mediocri saturatos. Cæterum, vt in iis, ita in aliis quæ nonnulli lacti admiscentes mandunt, mixtorum facultas aliquam ex lactis facultatibus augebit, aut imminuet. Nunc autem ipsius facultatem definiamus, illud boni esse succi, & multi alimenti statuentes, quod ex contrariis substantiis ac facultatibus conflatum, C subducendi scilicet, ac sistendi, obstruendíque, ac tenuandi, quod namque eius serosum est, succos crassos tenuat, & aluum subducit; quod verò caseosum est, aluum sistit, & succos crassos gignit, ex quibus, quemadmodum diximus, in hepate obstructiones, & in renibus calculi oriuntur. Nocet autem ipsius vsus assiduus dentibus, & circundatis carnibus, quas gingiuas nominant: has enim flaccidas, dentes verò putrefactioni & erosioni admodum obnoxios reddit. Sumpto igitur lacte, os vino diluto colluere conueniet; satius autem fuerit, si mel- D lis etiam quidpiam ipsi inieceris; ita namque omne caseosum, quod ex lacte dentibus, ac gingiuis circunfixum fuerit, abstergetur. Quòd si etiam cuipiam tam robustum sit caput, vt vini meri collutione non offendatur, melius is dentibus, & gingiuis consuluerit; veruntamen & mel vino permixtum, mixturam ex vtroque reddit meliorem. Illud verò dentium incolumitati tutissimum aduersus lactis iniurias fuerit præsidium, si quis post sumptum ipsum primo melicrato, deinde vino adstringente os colluat.

E

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙϚ'.

Περὶ ὀξυγάλακτος.

Τὸ δὲ ὀξύγαλα καλούμενον, οὐ βλάπτει μὲν τοὺς ὀδόντας, ὅσοι γε κατὰ φύσιν ἔχουσιν, ὅσοι δ' ἔτι διὰ φυσικὴν δυσκρασίαν, ἤ τινα ἐπίκτητον διάθεσιν εἰσὶ ψυχρότεροι τοῦ δέοντος, οὗτοι μόνοι βλάπτονται καθάπερ ὑπὸ τῶν ἄλλων ψυχρῶν, οὕτω καὶ ὑπὸ τοῦδε· καὶ τὸ σύμπτωμα τούτοις ἐνίοτε γίνεται τὸ καλούμενον αἱμωδία τοιοῦτον, οἷον ἐπὶ τοῖς ἀώροις συκαμίνοις, ὅσα τ' ἄλλα στρυφνὰ καὶ ὀξέα συμβαίνειν εἴωθε. πρόδηλον δ' ὅτι καὶ ἡ γαστὴρ, ἡ μὲν ψυχροτέρα, καθ' ἥντιναοῦν αἰτίαν, οὐ πέττει καλῶς ὀξύγαλα. ἡ συμμέτρως δὲ ἔχουσα, δύσπεπτον μὲν, οὐ μὴν ἄπεπτόν γε παντάπασιν. ὅσαι δὲ θερμότεραί εἰσι τοῦ προσήκοντος γαστέρες, εἴτε ἐξ ἀρχῆς,

CAPVT XVI.

De acido lacte.

Acidum autem lac quod vocant, dentes quidem qui saltem secundum naturam habent, nihil offendit; qui verò aut ob naturalem intemperiem, aut adscititium quempiam affectum, iusto sunt frigidiora, hi soli, vt ab aliorum frigidorum occursu, ita ab hoc quoque offenduntur; accidítque iis nonnunquam symptoma quod stuporem nominant, quale post esum mororum F immaturorum, & aliorum omnium acerborum & acidorum euenire consueuit. Illud item perspicuum est, quod ventriculus qui quauis de causa est frigidior, acidum lac non bellè conficit: temperatus vero quamuis ægrè conficit tamen aliquantum. Contrà ventriculi iusto calidiores, siue ab initio tales fuerint, siue

siue à quapiam causa posteà in eā temperiem sint adducti, præterquam quòd nihil ab huiuscemodi eduliis læduntur, commodo etiam aliquo fruuntur. Quin hi quoque acidum lac ipsum circundata niue priùs refrigeratum, indolenter ferunt, quemadmodum & alia pleraque id genus edulia, atque adeo aquam ipsam niue sic præparatam. Quocirca admirari subit plerosque medicos, qui de singulis eduliis pronunciarunt, hoc quidem nobis esse vtile, aliud verò noxium: præterea ad coquendum facile, aut difficile; mali succi esse, aut boni: multi, aut pauci esse alimenti; stomacho conuenire, aut aduersari; aluum ducere, aut sistere; aut aliam quamuis virtutem, vitiúmque obtinere. De quibusdam certè licet pronunciare, hoc quoddam edulium omnibus hominibus praui esse succi, aut ad coquendum difficile, aut stomacho noxium: de plurimis tamen fieri non potest, vt vnico edicto citra vllam distinctionem verè pronuncies. Cæterùm, quum necessariò longa futura esset oratio, si in singulis eduliis, tam naturalium temperamentorum, quàm acquisititiorū affectuum, distinctiones adscripsissemus, satius fore existimauimus (quemadmodum in primo horum commentariorum fecimus) ab initio vniuersalem quidem totius doctrinæ methodum ostendere: post autem in particularibus nonnunquam eam ad memoriam reuocare, præsertim in iis, quæ non simplicis sunt naturæ, qualis vtique est lac de quo nunc agimus: quod, tametsi sensui quidem similare apparet, ex diuersis tamen substantiis, ac facultatibus est compositum. Huic namque etiamsi optimum fuerit, pro diuersa tamen ventriculorum natura accidit, vt interdum quidem in hoc acescat: aliàs verò fumosum, ac nidorulentum ructum in altero sursum emittat. Etenim contrarij sunt affectus, secundum quos, quod in ventriculo non fuit coctum, acidum aut fumosum euadit: siquidem caloris inopia in acorem, eiusdem autem excessus, in nidorem ac fumum vertit: quæ duo lacti eueniunt, quia in se non modò serosam naturam, verùm etiam pinguem & caseosam continet. Hac certè de causa acidum lac quidem, si in ventriculo non coquatur, nunquam in nidorem vertitur, potissimùm si in biliosissimum ac feruentissimum ventriculum inciderit. Neque enim ampliùs calidam acrémque qualitatem ac facultatem retinet, quam lac à sero habet: nec pinguem & mediocriter calidam, quam lac à pinguedine, quæ sibi inest, possidebat. In huiuscemodi enim præparatione, sola relinquitur caseosa substantia, eáque ipsa non eiusdem naturæ, cuius ab initio fuit, sed ad frigidius conuersa. Itaque de acido lacte dixisse suffecerit, quod frigidum est ac crassi succi: hæc enim sequitur, vt ipsum non facilè à corpore mediæ temperiei conficiatur: ad eam enim in omnibus meis operibus, quum aliquid simpliciter pronuncio, sæpè iam monui id esse referendū. Quin etiam succum crudum, quem vocant (cuius naturam tum prius alibi exposui, tum etiam in libro superiore de eo disserui) consentaneum est ab istiusmodi cibis abundè generari. Non abs re autem edulium hoc calidissimis ventriculis est vtile, quemadmodum frigidioribus aduersissimum. Id tamen in singulis cibariis non conuenit adscribere: sed in quibusdam meminisse suffecerit, quod succus eiusmodi, qualis ex acido lacte, caseo,

A εἴτε ἐκ τινὸς ὕστερον αἰτίας, εἰς τοιαύτην κρᾶσιν ἀχθεῖσαι, πρὸς τῷ μηδὲν βλάπτεσθαι, καὶ χρηστοῦ τινος ἀπολαύουσιν ἐκ τῶν τοιούτων ἐδεσμάτων. αὗται καὶ περιψυχθὲν αὐτὸ διὰ χιόνος περιπλάσεως, ἀλύπως φέρουσιν, ὥσπερ καὶ ἄλλα πολλὰ τῶν τοιούτων ἐδεσμάτων, καὶ δηλονότι καὶ τὸ ὕδωρ αὐτὸ, παρασκευασθὲν ὁμοίως, ἐφ᾽ ᾧ καὶ θαυμάζειν ἐπῆλθέ μοι πολλοὺς τῶν ἰατρῶν, ἀποφηναμένους περὶ ἑκάστης τροφῆς, τῆς μὲν ὡς ὠφελούσης ἡμᾶς, τῆς δὲ ὡς βλαπτούσης, εὐπέπτου τε καὶ δυσπέπτου, κακοχύμου τε B καὶ εὐχύμου, τροφίμου τε καὶ ἀτρόφου, κακοστομάχου τε καὶ εὐστομάχου, καὶ κοιλίαν ὑπαγούσης, ἢ ἱστώσης, ἤ τινα ἄλλην ἀρετὴν, ἢ κακίαν ἐχούσης. ἐπὶ τινῶν μὲν γὰρ ἐγχωρεῖ φάναι, πᾶσιν ἀνθρώποις εἶναι κακόχυμον, ἢ δύσπεπτον, ἢ κακοστόμαχον ἔδεσμα τόδε τι, περὶ δὲ τῶν πλείστων, οὐχ οἷόν τε, χωρὶς διορισμοῦ, διὰ προφάσεως μιᾶς ἀληθεῦσαι. μακροῦ δ᾽ ἐξ ἀνάγκης ἐσομένου τοῦ παντὸς λόγου, γραφόντων ἡμῶν, ἐφ᾽ ἑκάστου τῶν ἐδεσμάτων, τοὺς ἀπὸ τῶν φυσικῶν κράσεων διορισμοὺς, ἐπι- C κτήτων τε διαθέσεων, ἄμεινον εἶναι δόξειεν, καθόλου μὲν ἐξ ἀρχῆς τῆς διδασκαλίας ἐπιδεῖξαι τὴν μέθοδον, ὡς ἐποιήσαμεν ἐν τῷ πρώτῳ τῶνδε τῶν ὑπομνημάτων, ἀναμιμνήσκειν δ᾽ ἐπὶ τῶν κατὰ μέρος ἐνίοτε, καὶ μάλιστα ἐφ᾽ ὧν ἡ φύσις οὐχ ἁπλῆ, καθάπερ ἀμέλει κἀπὶ τοῦ γάλακτός ἐστι, συγκειμένου μὲν ἐξ ἐναντίων οὐσιῶν τε καὶ δυνάμεων, ὁμοιομεροῦς δὲ φαινομένου, πρός γε τὴν αἴσθησιν. οὕτω γὰρ αὐτῷ συμβαίνει, κἂν κάλλιστον ᾖ, παρὰ τὴν τῶν κοιλιῶν διαφορὰν, ἐνίοτε μὲν ἐπὶ τούτου ὀξύνεσθαι, κνισώδη δ᾽ αὖθις ἐφ᾽ ἑτέρου τὴν ἐρυγὴν ἀναπέμπειν· καί τοι γ᾽ ἐναντίων διαθέσεων οὐσῶν, καθ᾽ ἃς ὀξῶ- D δες, ἢ κνισῶδες γίνεται τὸ κατὰ τὴν κοιλίαν ἀπεπτηθέν. ἡ μὲν γὰρ ἔνδεια τῆς θερμασίας, ὀξύνειν αὐτὸ πέφυκεν, ἡ δ᾽ ὑπερβολὴ κνισοῦν. γίγνεται δὲ ἄμφω ταῦτα τῷ γάλακτι, διὰ τὸ μὴ μόνον ἔχειν ἐν ἑαυτῷ τὴν ὀρρώδη φύσιν, ἀλλὰ καὶ τὴν λιπαρὰν, καὶ τὴν τυρώδη. τὸ γοῦν ὀξύγαλα διὰ τὴν αἰτίαν ταύτην οὐδέποτε κνισῶδες ἀπεπτηθὲν γίνεται, κἂν μάλιστα εἰς χολωδεστάτην ἢ πυρωδεστάτην ἐμπέσῃ κοιλίαν. οὔτε γὰρ ἔτι τὴν θερμὴν καὶ δριμεῖαν ἔχει ποιότητα καὶ δύναμιν, ἧς μετεῖχε τὸ γάλα διὰ τὸν ὀρρὸν, οὔ- E τε τὴν λιπαρὰν τε καὶ μετρίως θερμὴν ἐκέκτητο, διὰ τὸ λιπαρὸν τὸ ἐν ἑαυτῷ. μόνον γὰρ ὑπολείπεται κατὰ τὴν τοιαύτην σκευασίαν τὸ τυρῶδες, οὐδὲ τοῦτο τοιοῦτον φύσει, ὁποῖον ἐξ ἀρχῆς ὑπῆρχεν, ἀλλ᾽ ἐπὶ τὸ ψυχρότερον ἐκτετραμμένον. ἀρκεῖ τοιγαροῦν ἐπὶ ὀξυγάλακτος εἰπεῖν, ὅτι ψυχρόν ἐστι, καὶ παχύχυμον. ἕπεται γὰρ τούτοις, τὸ μήτε ῥᾳδίως πέττεσθαι πρὸς τῆς συμμέτρως ἐχούσης κράσεως σώματος, ἐπ᾽ ἐκείνην γὰρ ἀναφέρεσθαι τὸν λόγον ἠξίωσα πολλάκις ἤδη, κατὰ τὰς ἐμὰς πραγματείας, ὅταν ἁπλῶς ἀποφαίνωμαί τι, καὶ μήν τοι καὶ τὸν ὠμὸν F ὀνομαζόμενον χυμὸν, οὗ τὴν φύσιν ἔμπροσθέν τε διῆλθον, ἑτέρωθί τε κατὰ προηγούμενον λόγον ἐξηγησάμην, εὔλογόν ἐστιν ἐκ τῶν τοιούτων ἐδεσμάτων πλεῖστον γεννᾶσθαι. χρήσιμον δὲ εἶναι τὸ ἔδεσμα τοῦτο ταῖς πυρωδεστέραις κοιλίαις, οὐδὲν ἄλογον. ὥσπερ ταῖς ψυχροτέραις, ἐναντιώτατον. οὐ μὴν οὐδὲ τοῦτο δεῖ καθ᾽ ἕκαστον τῶν ἐδεσμάτων γράφειν, ἀλλὰ μιμνήσκειν ἐπὶ τινῶν μόνον, ὡς ὁ τοιόσδε χυμὸς, ὁποῖος ἐξ ὀξυγάλακτός τε καὶ τυροῦ,

καὶ τῶν παχυχύμων ἁπάντων γίνεται), λίθους ἐν νεφροῖς πέ- A
φυκε γεννᾶν, ὅταν ὦσι θερμότεροι τοῦ δέοντος, ἤτοι κατὰ φυσικὴν
δυσκρασίαν, ἢ κατά τινα ἄλλην ὕστερον ἐγγενομένην αὐτοῖς
διάθεσιν, οὐ μὴν ἀνάλογόν τε τῆς θερμασίας, τὰς διεξόδους εὐ-
ρείας ἔχουσιν. αἱ γάρ τοι νοσωδέσταται κατασκευαὶ τῶν σωμάτων,
ἐξ ἐναντίων τῇ κράσει σύγκεινται μορίων, ὡς εἶναι γαστέρα μὲν,
εἰ τύχοι θερμὴν ἱκανῶς, ἐγκέφαλον δὲ ψυχρόν· οὕτως δὲ καὶ
πνεύμονα ἐνίοτε, καὶ θώραξ ὅλος, ψυχρός ἐστιν ἐπὶ γαστρὶ
θερμῇ. πολλάκις δὲ καὶ τοὐναντίον, ἕκαστον μὲν τῶν ἄλλων θερμό-
τερον ὑπάρχει τοῦ δέοντος, ἡ γαστὴρ δὲ μόνη ψυχροτέρα, θερμό- B
τερον δὲ τὸ ἧπαρ, ἐπί τε τῶν ἄλλων μορίων ὡσαύτως. διὸ καὶ κατ᾽
ἀρχὰς ἐδείκνυον, ὠφελιμωτάτην εἶναι τὴν περὶ τῶν ἐν ταῖς τρο-
φαῖς δυνάμεων διδασκαλίαν, ὅταν ἐξηγῶνται τὴν καθ᾽ ὑγρό-
τητα, καὶ ξηρότητα, καὶ θερμότητα, καὶ ψυχρότητα, διαφοράν,
ἔτι τε τὸ γλίσχρον, ἢ παχὺ τῆς οὐσίας αὐτῶν, καὶ πρὸς τούτοις, ὡς
ὁμοιομερές ἐστιν, εἴτ᾽ ἐξ ἐναντίων ταῖς κράσεσι σύγκειται, κα-
θάπερ τὸ γάλα. πρὸς δὲ τὴν τούτων διάγνωσιν, ἐκ τῆς ὀσμῆς, καὶ
τῆς γεύσεως, ἔτι τε τῶν ἄλλων συμπτωμάτων ἔφην ἡμᾶς ποδη-
γεῖσθαι, περὶ ὧν ἐν ἀρχῇ τῆσδε τῆς πραγματείας διῆλθον, C
ὥσπερ καὶ νῦν ἐπὶ τοῦ γάλακτος, ἐπιδεικνὺς αὐτοῦ τὴν φύσιν, ἐξ
ὧν ἴσχει συμπτωμάτων, ἤτοι θερμαινόμενον, ἢ διὰ πυτίας πηγνύ-
μενον, ἢ ὁπωσοῦν ἄλλως διακρινομένων τῶν μορίων αὐτοῦ, καὶ
γὰρ ἡ σχίσις καλουμένη, τοῦτο ἐργάζεται χωρὶς τῆς πυτίας, ὅταν
ἱκανῶς θερμήναντες τὸ γάλα καταῤῥαίνωμεν ὀξυμέλιτι ψυ-
χρῷ. ταὐτὸ δ᾽ ἐργαζόμεθα καὶ δι᾽ οἰνομέλιτος. ἐνίοτε δὲ καὶ χω-
ρὶς τοῦ καταῤῥᾶναι τὴν οὐσίαν αὐτοῦ, καθιέντες εἰς ἀγγεῖον ὕδωρ
ἔχον ψυχρότατον, ἐργαζόμεθα τὴν σχίσιν. ἄνευ δὲ πυτίας, καὶ τὸ
μετὰ τὴν ἀποκύησιν ἀμελχθὲν, αὐτίκα πήγνυται, πυρωθὲν ἐπὶ
θερμῆς σποδιᾶς ὀλίγῳ χρόνῳ. καλεῖν δὲ ἐοίκασιν οἱ παλαιοὶ κω- D
μικοὶ τὸ οὕτως παγὲν γάλα πυριαστόν. οἱ δὲ παρ᾽ ἡμῖν ἐν Ἀσίᾳ,
πυριέφθον ὀνομάζουσιν αὐτό. τοῦτο μὲν ἀκριβῶς ἐστι γάλα, χω-
ρὶς οὐσίας ἑτέρας. ὅταν δὲ μέλι μίξαντες αὐτῷ, διὰ πυτίας
πήξωσι, χωρίζεται μὲν ἐν τῷ ἔργῳ, τὸ λεπτὸν καὶ ὑδατῶδες
αὐτοῦ. προσφέρονται δ᾽ ἔνιοι τὸ πεπηγὸς αὐτοῦ μόνον, συνθέ-
τον ὑπάρχον ἔκ τε τοῦ τυρώδους ἐν τῷ γάλακτι, καὶ τοῦ θερμοῦ,
καὶ τοῦ πυρώδους ἐν τῇ τῆς πυτίας δυνάμει, καὶ τοῦ μιχθέντος
αὐτοῖς μέλιτος. ἔνιοι δὲ καὶ τῷ παγέντι, τὸν ὀῤῥὸν συγκαταπί-
νουσιν, ἤτοι γε ὡσαύτως, πᾶν τε μετὰ παντός, ἢ θάτερον αὐτοῦ
πλέον θατέρου. συμβήσεται δὲ δηλονότι, τοῖς μὲν μᾶλλον ὑπα- E
χθῆναι τὴν γαστέρα, τοῖς δὲ ἧττον, ἀνάλογον τῇ ποσότητι τῆς
ὀῤῥώδους ὑγρότητος. εὔδηλον δὲ ὅτι, καὶ τραφῆναι τὸ σύμπαν
σῶμα μᾶλλον μὲν ὑπάρξει τοῖς τὸ πεπηγὸς μόνον ἐδηδοκόσιν,
ἧττον δὲ τοῖς συγκαταπιοῦσιν αὐτῷ τι καὶ τῆς ὀῤῥώδους ὑγρότητος,
ἔτι δὲ ἧττον, ὅσοι τὸ μὲν πεπηγὸς ὀλίγον προσενέγκαντο, τὸ δὲ
ὀῤῥῶδες πλεῖστον. οὕτως δὲ κἀπὶ τοῦ μετὰ τὴν ἀποκύησιν παγέν-
τος, ἤτοι χωρὶς μέλιτος, ἢ σὺν αὐτῷ, διαφορά τις οὐ σμικρὰ
γενήσεται. δυσπεπτότερον γὰρ ἔσται καὶ παχυχυμότερον, ἔτι τε
βραδύτερον εἰς τὴν κάτω διέξοδον, ὅταν μὴ προσλάβῃ μέ-
λιτος. ἥ γε μὴν ὅλου τοῦ σώματος θρέψις, ἐξ ἀμφοτέρων F
γὰρ δαψιλής. ταῦτ᾽ ἀρκεῖ περὶ δυνάμεως γάλακτος ἐπίστα-
σθαι, κατὰ τὴν νῦν ἐνεστῶσαν πραγματείαν, ὅσα γὰρ εἰς νό-
σους χρήσιμα, ἢ τοῖς φθινόουσιν ὁπωσοῦν, ἢ τοῖς ἕλκος ἔχουσιν
ἐν πνεύμονι, ταῦτ᾽ ἴδια τῆς θεραπευτικῆς ἐστι μεθόδου.

& omnibus crassi succi eduliis prouenit, calculos in renibus solet gignere, quum hi calidiores iusto fuerint, siue ob naturalem intemperiem, siue ob alium quẽdam affectum ipsis postea innatum, non tamen pro caloris modo meatuum transitus latos habeant. Corporum enim constitutiones, quæ morbis maximè sunt obnoxiæ, ex partibus contrarij temperamenti componuntur; vt v. g. si ventriculus admodum sit calidus, cerebrum autem frigidum: pari modo & pulmo aliquando ac totus thorax frigidus est, ventriculus autem calidus. Frequenter verò contrà euenit vt omnia alia scilicet æquo sint calidiora: solus autem ventriculus frigidior sit, hepar verò calidius: atque in aliis partibus similiter. Quapropter initio etiam monuimus vtilissimam esse doctrinam, quæ de facultatibus quæ alimentis insunt, tradit, quum eas differentias explicat quæ in humiditate spectantur, & siccitate, & caliditate, & frigiditate; præterea substantiæ ipsorũ lentore, aut crassitie; ad hæc, quod aut similare est de quo agetur, vel ex partibus tẽperamento contrariis compositum, cuius generis est lac. Ad horum porrò dignotionẽ dixi nos manu duci, cùm per olfactum ac gustum, tum per alia symptomata de quibus in operis huius initio disserui; vti nunc quoque in lacte, eius naturã ostendi ex iis symptomatibus quæ ei accidunt, quum calefit, aut coagulo cogitur, aut alio quouis modo partes ipsius secernuntur: etenim vel citra coagulũ scissio quam vocant, id efficit, quum lacti abundè calido oxymel frigidum instillamus. Idem etiam mulso efficimus. Interdum etiam citra vllam liquoris instillationẽ, vase frigidissimã aquam continente in lac demisso, ipsũ scindimus. Præterea sine coagulo id lac, quod post editum fœtum emulsum fuerit, protinus concrescit, si super cineres calidos parumper calefiat: videntúrque veteres Comici lac ita coactum, Pyriastẽ appellasse. In Asia autẽ apud nos Pyriephthũ ipsum nominant. Id quidẽ lac omninò ab alia substantia est purum: quum autem melle ipsi admixto per coagulum cogunt, hoc quidem opere, quod in eo est tenue & aquosum, separatur. Quidam autem ex ipso duntaxat quod coactum est, mãdunt, quod partim ex caseosa lactis substantia, partim ex calida atque ignea coaguli facultate, partim ex melle ipsis admixto, est compositum. Alij verò vnà cum eo quod cõcreuit, serũ quoque transglutiũt, idque aut pariter totũ cum toto, aut alterum altero copiosius: accidétque, vt aliis quidẽ largius, aliis verò minus, aluus subducatur, proportione quãtitatis serosi humoris. Perspicuum præterea est, quod eorum corpus, qui solum id quod cõcretum est, comederint, amplius nutritur: minùs verò eorum, qui vnà cum ipso serosi humoris quidpiam deglutierint: & multò adhuc minus eorum, qui eius quidem, quod coactum est, parum, serosi autem humoris plurimum, hauserint. Simili modo & in eo quod à partu, siue cum melle, siue absque eo coiit, non paruam differentiam inuenies. Quum enim mel non accepit, ad coquendum est difficilius, & succi crassioris: præterea per aluum tardius secedit: vtrunque tamen corpus abundè nutrit. Hæc de lactis facultate nouisse in præsenti opere suffecerit: eius namque vtilitates, quas in morbis præstat, iis qui quauis ex causa tabe laborant, aut vlcus habent in pulmone, propriè ad medendi rationem pertinent.

CAPVT XVII.

De Caseo.

DE casei quidē facultate iam diximus, quum de lacte sermonem faceremus: satius tamen fuerit nunc rursum particulatim de eo tractare. Nam dum paratur, assumit ab iniecto coagulo acrimoniam, humiditatémque omnem deponit, & potissimū si inueterarit, tum enim quàm prius acrior euadit, & manifestè calidior redditur, atque ardētior; ob id ipsum siticulosior, & ad coquendū difficilior, & peioris succi efficitur. Qua de causa nec id ipsum, quod crassis cibis acres, ac tenuantes facultates admixta habentibus inest cōmodi, caseus citra noxam possidet. Maior enim noxa ex succi ipsius prauitate, & ardenti calore accidit, quàm crassorum tenuatio conferre queat: quando ad calculorum in renibus procreationem hic succus non minus est noxius. Ostendimus enim calculos in illis corporibus nasci, in quibus succorum crassities cum igneo est calore coniuncta. Fugiendus igitur est eiusmodi caseus, vt qui nihil conferat neque ad coctionem, neque ad distributionem, neque ad mouendam vrinam, neque ad ventris deiectionē, ceu vtique nec ad succi probitatem. Deinceps autem malus quidem, sed prædicto minus est putandus, qui neque est vetus, neque acris. Omnium autem caseorū recentium is est præstantissimus, qualis apud nos Pergami, & in Mysia, quæ est supra Pergamum fit, qui ab incolis oxygalactinus appellatur, suauissimus quidem in cibo, stomacho autem minimùm noxius, aliisque omnibus caseis concoctu transitúque facilior, succum habens non vitiosum, neque vsque adeo crassum, quod vitium omniū caseorū est commune. Præstantissimus etiam est is qui Romæ apud diuites celebratur, Vatusicum appellant, & præterea alij quidam in aliis regionibus. Quum autem singillatim permagna sit in ipsis differentia, tum pro animalium natura, tum præparandi modis, & præterea ipsorum caseorum ætate, conabimur hoc in loco ipsorum facultatem paucis scopis circumscribere, quibus quis intentus meliorem à deteriore facillime discernet. Scopi quidem in genere sunt duo, quorum alter in certa substantiæ casei consistentia versatur, secundum quam mollior est aut durior, densior aut laxior, glutinosior aut friabilior; alter in gustabili qualitate consistit, secundum quam in quibusdam ipsorum acor superat, in aliis acrimonia, aut pinguitudo, aut dulcedo, aut aliud quidpiam id genus, aut omnium est velut æquabilitas. Porrò secundum speciales differentias prædictorum generum, mollior quidem duriore est præstantior; rarus verò ac laxus, denso admodum ac compacto. Iam verò quum glutinosus valdè, & is qui ad asperitatem vsque est friabilis, sint vitiosi, præstantior est, qui inter hos duos est medius. Quod autem ad eā dignotionem quæ fit gustu, pertinet, is omnium est præstantissimus, qui nullam vehementem habet qualitatem, sed dulcem habet supra alias parum eminentem. Suauis autem insuaui est præstantior, & mediocriter salitus, eo qui est permultum, & eo qui omninò salis est expers. Postea tamen quàm caseum sic examinatum sumpseris, licebit etiam ex ructu cognoscere qualis inter caseos sit melior aut deterior. Cuius namque qualitas paulatim marcescit, præstantior; cuius contra perdurat, non bonus:

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΖ'.

Περὶ τυροῦ.

ΛΕλεκται μὲν ἤδη περὶ τῆς τοῦ τυροῦ δυνάμεως, ἐν τῷ περὶ γάλακτος λόγῳ, βέλτιον δὲ καὶ νῦν αὖθις ἀποδοῦναι ἴδιον λόγον αὐτῷ. προσλαμβάνει γὰρ ἐν τῇ σκευασίᾳ, παρὰ τῆς ἐμβαλλομένης πιτύας δριμύτητα, τὴν δ' ὑγρότητα πᾶσαν ἀποτίθεται, καὶ μάλιστα χρονίσας, ἡνίκα δριμύτερος γίνεται, καὶ σαφῶς ἑαυτοῦ θερμότερός τε, καὶ καυσωδέστερος· καὶ διὰ τοῦτο καὶ
B διψαλεώτερος καὶ δυσπεπτότερος, καὶ κακοχυμότερος ἀποτελεῖται. διὰ ταῦτα τοίνυν, οὐδ' ὅπερ ἀγαθὸν ἐπικτᾶται καὶ παχύτερα τῶν ἐδεσμάτων, δριμέσι καὶ λεπτυντικαῖς μιγνύμενα δυνάμεσιν, οὐδὲ τοῦτ' ἔχει, βλάβης χωρίς· μείζων γὰρ ἡ ἐκ τῆς κακοχυμίας αὐτοῦ, καὶ τῆς καυσώδους θερμότητος ἐγγίνεται βλάβη, τῆς ἐκ τοῦ λεπτυνθῆναι τὸ πάχος ὠφελείας, ὅπου πρὸς τὴν τῶν ἐν νεφροῖς λίθων γένεσιν οὐχ ἧττόν ἐστι βλαβερὸς ὁ τοιοῦτος χυμός· ἐδείχθησαν γὰρ οὗτοι γινόμενοι κατ' ἐκεῖνα τῶν σωμάτων, ἐν οἷς ἂν συνέλθῃ πάχος χυμῶν, πυρώδει θερμότητι.
C φευκτέον οὖν μάλιστα τὸν τοιοῦτον τυρὸν, ὡς μηδὲν ἀγαθὸν ἔχοντα, μήτ' εἰς πέψιν, μήτ' εἰς ἀνάδοσιν, μήτ' εἰς οὔρησιν, μήτ' εἰς ὑπαγωγὴν γαστρὸς, ὥσπερ γε μηδ' εἰς εὐχυμίαν. ἐφεξῆς δὲ, μοχθηρὸν μὲν, ἧττον δὲ τούτου νομίζειν χρὴ, τὸν μήτε παλαιὸν, μήτε δριμύν· τῶν δὲ νέων ἁπάντων τυρῶν ἐστὶ κάλλιστος, ὁποῖος ὁ παρ' ἡμῖν ἐν Περγάμῳ, καὶ κατὰ τὴν ὑπερκειμένην αὐτῆς Μυσίαν γίνεται, καλούμενος ὑπὸ τῶν ἐγχωρίων ὀξυγαλάκτινος, ἥδιστος μὲν εἰς ἐδωδὴν, ἀβλαβέστατος δὲ στομάχῳ, καὶ πάντων τῶν ἄλλων τυρῶν ἧττον δύσπεπτος, καὶ δυσδιέξοδος, οὐ μὴν οὐδὲ κακόχυμός ἐστιν, οὐδὲ πάνυ σφόδρα παχύχυμος,
D ὅπερ ἁπάντων τυρῶν ἐστὶ κοινὸν ἔγκλημα. κάλλιστος δ' ἐστὶ, καὶ ὁ παρὰ τοῖς πλουσίοις εὐδόκιμος ἐν Ῥώμῃ, Βαθύσικος τοὔνομα, καί τινες ἄλλοι κατ' ἄλλα χωρία, παμπόλλης δ' οὔσης κατὰ μέρος ἐν αὐτοῖς διαφορᾶς, κατά τε τὰς φύσεις τῶν ζώων, καὶ τοὺς τρόπους τῆς σκευασίας, καὶ προσέτι τὰς ἡλικίας αὐτῶν τῶν τυρῶν, ἐγὼ πειράσομαι κἀνταῦθα περιορίσαι τὴν δύναμιν αὐτῶν, ὀλίγοις σκοποῖς, οἷς προσέχων τις ἐκ τοῦ ῥάστου διαγνώσεται τὰ ἀμείνονά τε, καὶ χείρω. κατὰ γένος μὲν οὖν οἱ σκοποὶ διττοὶ τυγχάνουσιν ὄντες, ὁ μὲν ἕτερος ἐν τῇ ποιᾷ συστάσει τῆς οὐσίας τοῦ τυροῦ, καθ' ἣν μαλακώτερος, ἢ σκληρότερος γίνεται, καὶ πυκνότερος, ἢ χαυνότερος, καὶ κολλωδέστε-
E ρος, ἢ ψαθυρώτερος· ὁ δ' ἐν τῇ γευστῇ ποιότητι, καθ' ἣν ἔν τισι μὲν αὐτῶν ὀξύτης ἐπικρατεῖ, κατ' ἄλλους δὲ δριμύτης, ἢ λιπαρότης, ἢ γλυκύτης, ἤ τινα τοιούτων, ἢ οἷον ἰσομοιρία πάντων. κατὰ δὲ τὰς ἐν εἴδει διαφορὰς τῶν εἰρημένων γενῶν, ὁ μὲν μαλακώτερος, τοῦ σκληροτέρου βελτίων, ὁ δ' ἀραιὸς καὶ χαῦνος, τοῦ πάνυ πυκνοῦ καὶ πεπιλημένου. μοχθηρῶν δ' ὄντων, τοῦ τε κολλώδους ἱκανῶς καὶ ψαθυροῦ, μέχρι τραχύτητος, ὁ μέσος ἐστὶν αὐτῶν βελτίων. κατὰ δὲ τὴν ἐκ τῆς γεύσεως διάγνωσιν, ἁπάντων μὲν ἄριστος, ὁ μηδεμίαν ἰσχυρὰν ἔχων
F ποιότητα, βραχὺ δέ τι τῶν ἄλλων ὑπερέχουσαν τὴν γλυκύτητα. βελτίων δὲ καὶ ἡδίων τοῦ ἀηδοῦς, καὶ ὁ σύμμετρον ἁλῶν ἔχων τοῦ παμπόλλους, καὶ μηδόλως ἔχοντος. μετά γε μὴν τὸ προσενέγκασθαι τὸν οὕτως κριθέντα, καὶ διὰ τῆς ἐρυγῆς ἔνεστι γνωρίζειν ὁποῖος αὐτῶν ἐστὶν ἀμείνων τε καὶ χείρων. ὁ μὲν γὰρ κατὰ βραχὺ μαραινομένην ἴσχων τὴν ποιότητα, βελτίων, ὁ δὲ παραμένουσαν, οὐκ ἀγαθός·

ἔνδηλος γὰρ οὗτός ἐστι δυσμετάβλητός τε, καὶ δυσαλλοίωτος, ὥστε καὶ δύσπεπτος· ἀλλοίωσις γὰρ ἐξ ἀνάγκης ἕπεται πεττομέναις ταῖς τροφαῖς, ἁπασῶν, ὧν ἔμπροσθεν εἶπον, ποιοτήτων.

A iste enim perspicuè ægrè mutatur, atque alteratur, & ob id ipsum ægrè conficitur; omnium enim qualitatum, quarum ante meminimus, alteratio necessariò sequitur alimentorum coctionem.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΗ'.

Περὶ τοῦ τῶν πεζῶν ζώων αἵματος.

Αἷμα δύσπεπτόν ἐστι, μάλιστα δὲ τὸ παχὺ, καὶ μελαγχολικὸν, οἷόνπερ ἐστὶ τὸ τῶν βοῶν· τὸ δὲ τῶν λαγωῶν, ὡς ἥδιστον τετίμηται, καὶ πολλοῖς δι' ἔθους ἐστὶν ἕψειν αὐτὸ, σὺν τῷ ἥπατι, τινὲς δὲ, καὶ μετὰ τῶν ἄλλων σπλάγχνων· ἔνιοι δὲ καὶ τὸ τῶν νέων ὑῶν ἐσθίουσιν, ὥσπερ ἄλλοι καὶ τὸ τῶν μειζόνων, ὅταν εὐνουχισθῶσι· τὸ μὲν γὰρ τῶν κάπρων, οὐδ' ἐπιχειροῦσιν, ὡς ἀηδές τε ἅμα καὶ δύσπεπτον· τὸ δὲ τῶν αἰγῶν αἷμα, καὶ Ὅμηρος οἶδεν ἐσθιόμενον, ὡς ἡδύ.

CAPVT XVIII.

De Pedestrium animalium sanguine.

Sanguis ad coquendum est difficilis, præcipuè crassus, & melancholicus, qualis est bubulus: leporinus autem, vt suauissimus celebratur, multique B ipsum cum iecore solent elixare: quidam autē cum aliis etiam visceribus. Sunt qui suū quoque iuniorum sanguinem edant, ceu alij etiam grandiorum, quum castrati fuerint. Aprorū verò nemo gustare quidem tentauerit, propterea quòd insuauis est, & ad coquendum difficilis. Homerus quoque caprarum sanguinē in cibo iucundum esse nō ignorauit.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΘ'.

Περὶ τῆς ἀπὸ τῶν πτηνῶν ζώων τροφῆς.

Ὄρνιθας ὀνομαζόντων τῶν παλαιῶν ἁπάντων, τὰ πτηνὰ ζῶα, καὶ δίποδα, τοῖς νῦν Ἕλλησιν ἔθος ἤδη γέγονε, τὰς ὑπ' ἐκείνων ἀλεκτορίδας καλουμένας, μόνας οὕτως προσαγορεύειν, ὥσπερ γε καὶ τοὺς ἄῤῥενας, ἀλεκτρυόνας. ἔστι δὲ τὸ γένος ἁπάντων τῶν πτηνῶν ὀρνίθων, ὀλιγοτροφώτατον, εἰ παραβάλλοιτο τῷ γένει τῶν πεζῶν, καὶ μάλιστα τῷ τῶν ὑῶν, ὧν τῆς σαρκὸς, οὐδὲν ἄλλο τροφιμώτερον ἔχοις εὑρεῖν. εὐπεπτοτέρα γε μὴν ἡ σὰρξ ἐστι τῶν πτηνῶν, καὶ μάλιστα περδίκος, ἀτταγῆνός τε, καὶ περιστερᾶς, ἀλεκτορίδος τε, καὶ ἀλεκτρυόνος· ἡ δὲ τῶν κιχλῶν, καὶ κοττύφων, καὶ τῶν μικρῶν στρουθῶν, ἐν οἷς εἰσι καὶ οἱ πυργῖται καλούμενοι, σκληροτέρα τούτων ἐστὶ, καὶ μάλιστα δ' ἔτι καὶ τούτων αὐτῶν ἥ τε τῆς τρυγόνος, καὶ ἡ τῆς φάττης, καὶ ἡ τῆς νήττης· ὁμοία δὲ τῶν ἀλεκτορίδων ἐστὶν, ἡ τῶν φασιανῶν εἰς πέψιν, καὶ τροφὴν, ὑπερέχουσα τῇ κατὰ τὴν ἡδονὴν ἐδωδῇ. σκληροτέρα δὲ καὶ δυσπεπτοτέρα, καὶ ἰνωδεστέρα τούτων, ἡ τοῦ ταῶνος. κοινὸν δὲ ἐπὶ πᾶσι τοῖς πτηνοῖς ζώοις, ὥσπερ καὶ τοῖς τετράποσι, γινώσκειν χρὴ, τὴν τῶν αὐξανομένων σάρκα, πολὺ βελτίονα τῆς τῶν παρακμαζόντων εἶναι· μέσην δὲ ἀμφοῖν, τὴν τῶν ἀκμαζόντων, μοχθηρὰν δὲ, καὶ τὴν τῶν πάνυ νηπίων, ἀλλ' ὑπεναντίως τῇ τῶν γεγηρακότων· ἡ μὲν γὰρ τούτων, σκληρὰ, καὶ ξηρὰ καὶ νευρώδης ἐστὶ, καὶ διὰ τοῦτο, καὶ πεφθῆναι μοχθηρὰ, καὶ τροφὴν ὀλίγην δίδωσι τῷ σώματι· τὰ δὲ παντάπασι νέων ζώων τὰ σώματα, βλεννώδη τέ εἰσι, καὶ ὑγρὰ, καὶ δι' αὐτό γε τοῦτο, περιττωματικὰ, ῥᾷον δὲ ὑπέρχεται κατὰ γαστέρα. ταῦτά μοι μέμνησο περὶ πάντων ζώων κοινῇ· καὶ γὰρ ὑπάρχει πᾶσιν αὐτοῖς ὁμοίως, ἐν ταῖς κατὰ τὴν ἡλικίαν διαφοραῖς. κοινὸς δὲ ὁ τῆς σκευασίας τρόπος, ὡς πρὸς ὑγίειαν, ὃν ἔμπροσθέν τε διῆλθον ἤδη, καὶ αὖθις ὡς ἐπὶ κεφαλαίων ἐρῶ, νῦν δὲ τὰς δυνάμεις μόνον ἀναμνήσω· ξηρότερα μὲν γάρ εἰσι, τά τε ὀπτηθέντα καὶ τὰ ταγηνισθέντα, τὰ δὲ δι' ὕδατος ἑψηθέντα γλυκέος, ὑγροτέραν διδόναι τροφὴν τῷ σώματι. λέλεκται δὲ καὶ περὶ τῶν ἐν λευκῷ ζωμῷ, καὶ ποικίλαις ἀρτύσεσι λοπάδων, ἔμπροσθεν αὐτάρκως, ὥσπερ γε καὶ περὶ τῶν ἡμέρων τε καὶ ἀγρίων. οὐ σμικρὰ δὲ διαφορὰ, καὶ τῶν ἐν λίμναις, ἢ ἕλεσιν, ἢ τελματώδεσι χωρίοις διαιτωμένων ἐστὶ, πρὸς τὰ ἐν τοῖς ὄρεσιν,

CAPVT XIX.

De alimento, quod à volucribus animalibus sumitur.

C Veteres omnes animalia volucria ac bipeda aues nominabant, nunc autem apud Græcos consuetudo inualuit, vt quas illi gallinas vocabant, nunc solas eas aues appellent, quemadmodum & masculos ipsos gallos. Auium porrò omnium volucrium genus paucissimum præstat alimentum, si ad genus gressilium conferatur, potissimum si ad suillam, qua non aliud inuenias, quod copiosioris sit nutrimenti; volucrium tamen caro ad coquendum est facilior, præcipuè perdicis, attagenis, columbæ, galli gallinacei, & gallinæ. Turdorum verò, & merularum, paruorúmque passerum (inter quos etiam sunt, quos D turricolas, vocant) caro, quàm prædictorum, est durior, his autem ipsis turturis, palumbi, anatísque caro est durior; phasianorum, quod ad concoctionem, & nutrimentum attinet, gallinis est similis, voluptate tamen in edendo superat; his durior est pauonis caro, & fibrosior, & ad coquendum difficilior. Porrò in omnibus volucribus animalibus, vt & in quadrupedibus, scire in vniuersum oportet, quod augescentium caro multo est præstantior, quàm ætate declinantium; media autem est inter vtranque florentium: praua autem admodum est valde nouellorum, sed di- E uersa ratione, ac senum: siquidem horum caro dura est, & sicca ac neruosa, ideoque praua ad coquēdum, & exigui nutrimenti; contra animalium nuperrimè editorum corpora mucosa sunt, ac humida, eóque excrementis plena, facilius tamen per aluum secedunt. Hæc in cunctis animalibus memoria teneto: id enim omnibus ipsis ex æquo inest secundum differentias, quæ ab ætate sumuntur. Communis etiam est, si sanitatem spectes, præparationis modus, quem antea exposuimus, & nunc rursum summatim repetemus, facultates duntaxat in memoriam reuocantes: quod quæ assa sunt, & frixa in sartagine, ea sunt ficciora: quæ ve- F rò in aqua dulci sunt elixa, alimentum corpori præbent humidius. De iis porrò, quæ ex albo iure, variisque patinarum condimentis estantur, antea abundè disseruimus, ceu de domesticis quoque, & agrestibus. Non mediocris verò est differentia eorum, quæ in stagnis, aut plaudibus, aut lacustribus locis viuunt, cum iis quæ in montibus,

aut locis siccis degunt; nam pro locorum natura, ac proportione, animalium carnes fiunt siccæ, & excrementis vacuæ, & ad coquendum faciliores; aut humidæ, & excrementitiæ, & concoctu difficiliores.

CAPVT XX.

De Anseribus, & Struthocamelis.

ANserum nomen veteribus etiam est consuetum, struthionum vero insolens; nominant enim eos magnos struthiones. Ego vero etiamnum adolescens audiui sophistam quendam ex eorum numero, qui de eiusmodi problematibus disserunt, in vtramque partem disceptantem, ac probantē, huiuscemodi animalia nunc aues esse, nunc vero non esse: longè autem præstiterit non id, sed qualémnam alimentum, quod ab ipsis sumitur, habeat facultatem, inquirere: id autem vbi ex me audieris, per otium ab alio disces, vtrum oporteat animalia hæc aues nominare, necne. Ipsorum igitur caro est excrementitia, multóque ad coquendum est difficilior, quàm prædictorū volucrium animalium: ipsorum tamen alæ non sunt cæterorum alis deteriores: quandoquidem in multis volatilibus, potissimùm quæ parua sunt, & carne dura prædita, alarum substantia est fibrosa, ac dura. Quarundam autē caro tota est eiusmodi, cuiusmodi gruū: quas tamen & ipsas mandunt, plurimis ante diebus macerātes, & (vt sic dicam) mortificantes. Inter grues autem, & anseres caro tardarum, quas vocant, quodammodo est media, quæ οὐτίδες, vel ὠτίδες appellantur: vtroque enim modo prima syllaba profertur, & scribitur, per ου scilicet, & per ω.

CAPVT XXI.

De differentia quæ est in partibus animalium volucrium.

VIscera quidem in volucribus animalibus eandem habent ad carnes proportionem, quam in pedestribus habere memorauimus. Intestina vero horum omnium omnino non manduntur, in eorum tamen ventriculis non ita habet; esculenti enim sunt, & nutriunt: quidam autem ipsorum valde etiam sunt iucundi, ceu anserum, post quos sunt altilium gallinarum. Quemadmodum autem in suibus, dum adhuc viuunt, hepar ex caricarū pastu ad voluptatem præparatur, ita in anseribus video ipsorum alimenta lacte imbui, vt non modo eorum iecur sit iucundissimum, sed potenter etiam nutriat, ac optimi sit succi, & deiectu minimè difficile, probéque similiter in ventriculo conficiatur. Ad hæc alæ anserum ad concoquendum, ac nutriendum sunt accommodæ, & iis adhuc magis gallinarum. Cæterùm, quum iuniorum animalium carnes ab annosorum multum dissideant, alarum quoque natura multo euidentius dissidet. Pari modo gracilia ab obesis discrepant; nam iuniorum, ac probè nutritorum carnes præstantissimæ: pessimæ autem gracilium, & annosorum. Pedes autem paulo minus omnium cibo sunt inepti. Gallorum autem gallinaceorum cristas ac palearia nemo nec probarit, nec etiam damnarit: horum vero testes sunt præstantissimi, præcipuè altilium, & multo magis si cibus eorū, quo sunt nutriti, seroso lacte fuerit imbutus: nam & boni sunt succi, & validè nutriunt, & ad coquendum sunt facillimi: deiectionem tamen nec iuuant, nec morantur.

A ἢ ξηροῖς χωρίοις. ἀνάλογον γὰρ τοῖς χωρίοις, αἱ σάρκες τῶν ζώων, ἤτοι ξηραὶ, καὶ ἀπέριττοι, καὶ πεφθῆναι ῥᾴους, ἢ ὑγραὶ, καὶ περιττωματικαὶ καὶ δυσπεπτότεραι γίνονται.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Κ'.

Περὶ χηνῶν, καὶ στρουθοκαμήλων.

ΤΟ μὲν τῶν χηνῶν ὄνομα, συνηθές ἐστι καὶ τοῖς παλαιοῖς· τὸ δὲ τῶν στρουθοκαμήλων, ἀηθές. ὀνομάζουσι γὰρ αὐτὰς μεγάλας στρουθούς. B ἤκουσα δέ ποτε σοφιστοῦ, τοῦ εἰς τὰ τοιαῦτα προβλήματα λέγοντος, ἔτι μειράκιον, ἐπιχειροῦντος εἰς ἑκάτερα, καὶ δεικνύοντος, ἐνίοτε μὲν ὄρνιθας, ἐνίοτε δὲ οὐκ ὄρνιθας εἶναι τὰ τοιαῦτα ζῶα. βέλτιον δὲ μὴ τοῦτο ζητεῖν, ἀλλ᾽ ὁποίαν ἔχει δύναμιν ἡ ἐξ αὐτῶν τροφή. τοῦτ᾽ οὖν ἀκούσας παρ᾽ ἐμοῦ, παρ᾽ ἄλλου μαθήσῃ κατὰ σχολὴν, εἴτ᾽ ὄρνιθας ὀνομάζειν χρὴ τὰ τοιαῦτα τῶν ζώων, εἴτε μή. περιττωματικὴ τοίνυν ἡ σὰρξ αὐτῶν ἐστι καὶ πολὺ δυσπεπτοτέρα, τῶν προειρημένων πτηνῶν ζώων, οὐ μὴν τά γε πτερὰ χείρω τῶν ἄλλων ἔχει. πολλοῖς γὰρ τῶν πτηνῶν C ζώων, καὶ μάλιστα ὅσα μικρὰ καὶ σκληρόσαρκα, καὶ ἡ τῶν πτερῶν φύσις ἐστὶν ἰνώδης τε καὶ σκληρά· τινῶν δὲ, καὶ ἡ σὰρξ ὅλη τοιαύτη, καθάπερ γε καὶ ἡ τῶν γεράνων, ἃς καὶ αὐτὰς ἐσθίουσιν ἑωλίσαντες πρότερον ἡμέραις πλείοσι. μεταξὺ δέ πως τῆς τῶν γεράνων τε, καὶ τῶν χηνῶν, ἡ τῶν καλουμένων οὐτίδων, ἢ ὠτίδων ἐστίν. ἑκατέρως γὰρ ὀνομάζουσί τε, καὶ γράφουσι τὴν προτέραν συλλαβὴν, διά τε τοῦ ου στοιχείου, καὶ τοῦ ω.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΚΑ'.

D Περὶ τῆς κατὰ τὰ μόρια τῶν πτηνῶν ζώων διαφορᾶς.

ΤΑ μὲν σπλάγχνα, τὴν αὐτὴν ἀναλογίαν ἔχει πρὸς τὰς ἐν πτηνοῖς ζώοις σάρκας, ἣν κἀν τοῖς πεζοῖς ζώοις ἔχειν εἴρηται· τὰ δ᾽ ἔντερα, παντάπασιν ἄβρωτα πάντων ἐστὶν αὐτῶν, οὐ μὴν ἀνάλογόν γε τούτων αἱ γαστέρες. ἐδώδιμοί τε γάρ εἰσι καὶ τρόφιμοι. τινὲς δ᾽ αὐτῶν καὶ ἥδισται πάνυ, καθάπερ καὶ ἡ τῶν χηνῶν, ἐφεξῆς δὲ ἡ τῶν σιτευτῶν ἀλεκτορίδων. ὥσπερ δὲ καὶ ἐπὶ τῶν ὑῶν, τὸ συκωτὸν ἧπαρ, ἐν τοῖς ζῶσι ζώοις προπαρασκευάζουσιν ἡδὺ, διὰ τῆς τῶν ἰσχάδων ἐδωδῆς, οὕτως E ἐπὶ τῶν χηνῶν, ὁρῶ γάλακτος ἀναδεύοντας τὰς τροφὰς, ὡς γίνεσθαι μὴ μόνον ἥδιστον, ἀλλὰ καὶ τροφιμώτατον εὐχυμώτατόν τε, καὶ διαχωρεῖν οὐ χαλεπῶς, ὡσαύτως δὲ, καὶ πρὸς τὴν ἐν τῇ γαστρὶ πέψιν ἐπιτήδειον, καὶ τὰ πτερὰ δὲ τῶν χηνῶν, ἐπιτήδεια πεφθῆναί τε καὶ θρέψαι, μᾶλλον δ᾽ αὐτῶν τὰ τῶν ἀλεκτορίδων. οὔσης δὲ οὐκ ὀλίγης ἐν ταῖς σαρξὶ διαφορᾶς τοῖς γεγηρακόσι ζώοις πρὸς τὰ νέα, σαφεστέρα πολλῷ, καὶ ἡ τῶν πτερῶν φύσις ἐστίν. ὡσαύτως δὲ, καὶ τοῖς ἰσχνοῖς πρὸς τὰ πίονα· κάλλιστα μὲν τὰ τῶν εὐτρόφων τε καὶ νέων, χείριστα δὲ τὰ τῶν ἰσχνῶν καὶ γεγηρακότων. οἱ πόδες δ᾽ F ἁπάντων, ὀλίγου δεῖν, ἄβρωτοι. λόφους δὲ καὶ κάλλαια τῶν ἀλεκτρυόνων, οὔτ᾽ ἐπαινέσειεν ἄν τις, οὔτε ψέξειεν. οἱ δ᾽ ὄρχεις ἄριστοι, καὶ μάλιστα τῶν σιτευτῶν ἀλεκτρυόνων. ἔτι δὲ μᾶλλον ὅσοι διὰ γάλακτος ὀρρώδους τὰς τροφὰς προσενήνεγκονται. καὶ γὰρ εὔχυμοι, καὶ τρόφιμοι, καὶ πεφθῆναι ῥᾷστοι· διαχώρησιν δὲ οὔτε προτρέπουσιν, οὔτ᾽ ἐπέχουσιν.

A ἐγκεφάλους δὲ μικροὺς μὲν ἔχει τὰ πτηνὰ ζῶα, βελτίους μέντοι πολὺ τῶν ἐν τοῖς πεζοῖς ζώοις, ὅσῳ καὶ σκληροτέρους. αὐτῶν δὲ τῶν πτηνῶν τὰ ὄρεια τῶν ἑλείων ἀμείνους ἔχει τοὺς ἐγκεφάλους, ἀνάλογον τοῖς ἄλλοις ἅπασι μορίοις· ἐπαινοῦσι δὲ ἔνιοι ψευδῶς τὴν τῆς στρουθοκαμήλου κοιλίαν, ὥς τι φάρμακον πεπτικόν. ἔνιοι δὲ πολὺ μᾶλλον τῆσδε, τὴν τῆς αἰθυίας, ἀλλ' οὔτ' αὐτὰ πέττονται ῥᾳδίως, οὔτε τῶν ἄλλων ἐστὶ πεπτικὸν φάρμακον, ὥσπερ ζιγγίβερι, καὶ πέπερι, καὶ καθ' ἕτερον τρόπον, οἶνός τε καὶ ὄξος. εἰ δὲ B περὶ γλώττης, ἢ ῥάμφους τῶν πτηνῶν ζώων, ἐπιχειρήσαιμι λέγειν, ἃ μηδεὶς ἀγνοεῖ, φλυαρεῖν εἰκότως ὑποληφθήσομαι.

Cæterùm animalia volucria exiguum quidem habent cerebrum, sed ipsum tanto pedestrium cerebro est præstantius, quanto est durius; volucrium autem ipsorum, montana cerebrum habent, quàm palustria præstantius, pro aliarum omnium partium proportione. Quidam autem falsò struthionis ventriculum laudant, ceu medicamentum quoddam, quòd coctionem iuuat: alij verò longè magis mergi ventriculum laudant. Verum hæc neque ipsa facilè concoquuntur, neque aliis in eo ipso, ceu medicamenta, auxiliantur, veluti zingiber, & piper; & præterea alia ratione vinum, & acetum; quod si de volucrium animalium lingua, ac rostro dicere aggrediar, quum ea nemo ignoret, garrire meritò existimabor.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΚΒ'.

Περὶ ᾠῶν.

ΤΗΣ ἀπὸ τῶν πτηνῶν ζώων τροφῆς ἐστι καὶ ταῦτα, C διαφέροντα τρισὶ διαφοραῖς ἀλλήλων, μιᾷ μὲν τῇ κατὰ τὴν οἰκείαν οὐσίαν. ἀμείνω γὰρ τά τε ἀλεκτορίδων ἐστὶ, καὶ τὰ τῶν φασιανῶν, φαυλότερα δὲ τὰ τῶν χηνῶν τε, καὶ στρουθοκαμήλων. ἑτέρᾳ δὲ, καθ' ἣν τὰ μὲν ἤδη χρόνου πλείονός ἐστι, τὰ δὲ, οὐ πρὸ πολλοῦ γεγένηται. καὶ τρίτῃ, καθ' ἣν τὰ μὲν ἐπιπλέον ἥψηται, τὰ δὲ, ἄχρι τοῦ μετρίως συστῆναι, τὰ δὲ μόνον τεθέρμανται. καθ' ἃς διαφορὰς, τὰ μὲν ἑφθὰ καλεῖται, τὰ δὲ τρομητά· τὰ δὲ ῥοφητά· κάλλιστα μὲν οὖν ἐστιν εἰς τροφὴν, τὰ τρομητὰ, τὰ δὲ ῥοφητὰ, ἧττον μὲν τρέφει, ῥᾷον δ' ὑποχωρεῖ, καὶ τὰς ἐν τῇ φάρυγγι τραχύτητας λεαίνει. τὰ δ' ἑφθὰ, καὶ δύσπεπτα, καὶ βραδύπορα, D καὶ τροφὴν παχεῖαν ἀναδίδωσι τῷ σώματι. τούτων δ' ἔτι μᾶλλόν ἐστι βραδυπορώτερά τε, καὶ κακοχυμότερα, τὰ κατὰ θερμὴν σποδιὰν ὀπτηθέντα. τὰ δ' ἐπὶ τῶν ταγήνων παχυνθέντα, καὶ καλούμενα δι' αὐτὸ τοῦτο, ταγηνιστὰ, χείριστον ἔχει τροφὴν εἰς ἅπαντα· καὶ γὰρ ἐν τῷ πέττεσθαι κνισοῦται, καὶ πρὸς τῷ παχὺν γεννᾶν χυμὸν, ἔτι καὶ μοχθηρὸν ἔχει, καὶ περιττωματικὸν αὐτόν· ἀμείνω δὲ τῶν ἑφθῶν τε καὶ ὀπτῶν ἐστι, τὰ καλούμενα πνικτά. σκευάζεται δὲ τὸν τρόπον τοῦτον· ἀναδεύσαντες αὐτὰ μετ' ἐλαίου, καὶ γάρου, καὶ οἴνου βραχέος, ἐντιθέασι τὸ ἀγγεῖον, ὕδωρ ἐχούσῃ κακκάβῃ θερμὸν, εἶτα πω- E μάσαντες ἄνωθεν ὅλην αὐτὴν, ὑποκαίουσι μέχρις ἂν συστάσεως μετρίας. τὰ γὰρ ἐπὶ πλέον παχυνθέντα, παραπλήσια τοῖς ἑψηθεῖσί τε καὶ ὀπτηθεῖσι γίγνεται, τὰ δ' ἐν τῷ συμμέτρῳ τῆς παχύνσεως ἀρθέντα, καὶ πεφθῆναι τῶν σκληρῶν ἐστιν ἀμείνω, καὶ τροφὴν τῷ σώματι βελτίονα δίδωσι. τῆς αὐτῆς οὖν συμμετρίας, κατὰ τὴν σύστασιν, χρὴ στοχάζεσθαι, κἀπὶ τῶν ἐπιχεομένων ἄνωθεν ταῖς λοπάσιν ᾠῶν, οὐκ ἐπιτρέποντας, οὐδὲ ταῦτα παχυνθῆναι τελέως, ἀλλ' ἔτ' ἐγχύλων ὄντων, ἀπὸ F τοῦ πυρὸς αἴροντας τὸ ἀγγεῖον. οὐ σμικρὰ δ' ἐν αὐτοῖς ἐστιν ὑπεροχὴ, καὶ τῶν νέων πρὸς τὰ παλαιά· κάλλιστα μὲν γὰρ τὰ νεώτατα, χείριστα δὲ τὰ παλαιότατα, τὰ δ' ἐν τῷ μεταξὺ τούτων, ἀνάλογον τῇ ἀποστάσει, τῇ ἀφ' ἑκατέρου τῶν ἄκρων, ἀρετῇ τε καὶ κακίᾳ διενήνοχεν ἀλλήλων.

CAPVT XXII.

De Ouis.

OVa quoque inter alimenta, quæ ab animantibus sumuntur, sunt numeranda; quorum tres inter se sunt differentiæ; prima quidem penes propriam substantiam: gallinarum enim ac phasianarum sunt præstantiora, deteriora verò anserum, ac struthionum: secunda autem penes tempus; aut enim longo ante tempore, aut breui sunt edita: tertia penes cocturæ rationem: nam quædam diutius cocta fuerunt, alia ad mediocrem vsque consistentiam, alia duntaxat excalefacta fuerunt: secundum quas differentias, alia quidem dura vocantur, alia tremula, alia sorbilia. Tremula igitur ad nutriendum omnium sunt præstantissima: sorbilia autem minùs quidem nutriunt, sed faciliùs subducuntur, & faucium asperitates læuigant. Dura verò & ad coquendum sunt difficilia, & tardi transitus, crassiúsque alimentum corpori tribuunt. His verò adhuc tardiùs permeant, ac peioris sunt succi, quæ in calidis cineribus assantur. Quæ verò in sartagine, sunt inspissata, atque ob id ipsum frixa nuncupantur, pessimum habent omnibus modis alimentum; nam interim, dum coquuntur, in nidorem vertuntur: & præterquam quod succum crassum gignunt, ipsum etiã prauum gignunt, atque excrementitium. Porrò quæ suffocata appellant, elixis & assis sunt meliora; parantur autem ad hunc modum: vbi ipsa oleo, & garo, & pauco vino conspersa fuerint, vas quo cõtinentur, cacabo aquam calidam habenti indunt: deinde vbi ipsum totum supernè obturarint, ignem substruũt, quoad oua mediocrem habeãt consistentiam: quæ enim supra modum sunt incrassata, duris, & assis fiunt similia: quæ verò ad mediocrem crassitiem peruenerunt, & melius quàm dura concoquuntur, & alimentum corpori dant prǽstantius. Eidẽ etiam consistentię mediocritati intentos nos esse oportet in iis ouis, quæ supernè caldariis infunduntur, non permittentes neque ipsa omnino incrassari, sed quum adhuc succum suum retinent, vas ab igne submouentes. Oua autem recentia veteribus plurimùm præstant: quippe optima sunt recentissima, vetustissima autem pessima: quæ verò in horum medio sunt, proportione recessus ab extremis, bonitate, aut prauitate inter se differunt.

A

CAPVT XXIII.

De volucrium animalium sanguine.

GAllinarum ac columbarum sanguine nonnulli vescuntur, maximè altilium, qui suum sanguine haudquaquam est inferior, neque voluptate neque concoctionis facultate, plurimum tamen relinquitur à leporino. Sanguis autem omnis, quocunque modo ipsum paraueris, ad coquendum est difficilis, & excrementitius.

B

CAPVT XXIV.

De nutrimento, quod ab aquatilibus animantibus sumitur.

ANimalium in aquis degentium permulta sunt genera; differentiæque in iis sunt, ac species. Nunc verò similitudines inter ipsa, quæ ad vsum medicinæ pertinent, vt in prioribus fecimus, referemus; medicinam autem, aut artem sanitatis tuendæ dicere nihil ad præsens propositum interfuerit. De omnibus igitur dicemus, quemadmodũ in aliis ante fecimus, quibus vulgò assiduè vescuntur.

C

CAPVT XXV.

De Mugile.

MVgil ex squamatorum piscium est genere; nascitúrque non in mari modò, verùm etiam in stagnis, ac fluuiis, proinde particulares mugiles magnum inter se habent discrimen, adeo vt pelagici mugilis genus diuersum esse videatur ab eo, quod in fluminibus, stagnis, lacubus, aut riuulis vrbium latrinas purgantibus prouenit. Eorum sanè caro, qui in aquis limosis, ac sordidis degunt, excrementitia est admodum, ac mucosa, optima autem eorum est, qui in puro mari viuunt, præcipuè quum ventorum procellis agitatur; nam in quieto nullisque agitato fluctibus, tantò pisciũ caro fit deterior, quantò minùs exercitatur, in stagnis autem maritimis (quas λιμνοθαλάττας appellant) adhuc est deterior; & hac adhuc magis in stagnis, quæ si parua sint, nec magnos fluuios recipiãt, neque fontes habeant, nec largum effluuiũ, multo profectò est deterior: pessima autẽ sunt stagna, ex quibus nihil aquæ omnino effluit, sed stabilis est, ac planè immota. De iis porro qui in paludibus, lacubúsque atque id genus locis degunt, initio diximus: pessimam enim habent carnem, qui in eiusmodi locis degunt: eorum autem, qui in fluuiis gignuntur, præstantiores sunt, qui in iis gignuntur, in quibus aqua rapidè fluit, ac copiosa est: qui vero in stagnantibus, non boni. Præterea penes alimenta pisces meliores peioresve euadunt. Nam quibusdam herbarum, ac bonarum radicũ copia suppetit, iique eam ob causam sunt præstantiores, alij herbas pascuntur limosas, & radices mali succi. Præterea qui in fluminibus vrbem magnam præterfluentibus, hominum stercoribus, & prauis id genus escis victitant omnium, vt diximus, sunt deterrimi, adeo vt si paulo diutius permanserint, statim putrescant, & pessimè oleant: isti autem in cibo sunt prorsus iniucundi, & ad coquendum difficiles, exiguúmque boni quidem alimenti, excrementi autem plurimum reddunt: quare mirum non est, si prauum succum in eorum corporibus, qui quotidie illis vescuntur, congerant:

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΚΓ΄.

Περὶ τοῦ τῶν πτηνῶν ζώων αἵματος.

ἈΛεκτορίδων, καὶ περιστερίδων, ἐσθίουσιν ἔνιοι τὸ αἷμα, καὶ μάλιστα τῶν σιτευθέντων, οὐ χεῖρον ὂν τοῦ τῶν ὑῶν, οὔτ' εἰς ἡδονὴν, οὔτ' εἰς τὸ πεφθῆναι· τοῦ μέντοι τῶν λαγωῶν ἀπολειπόμενον πάμπολυ· δύσπεπτον δ' ἐστὶ καὶ περιττωματικὸν ἅπαν αἷμα, καθ' ὃν ἂν αὐτὸ τρόπον σκευάσῃ τις.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΚΔ΄.

Περὶ τῆς ἀπὸ τῶν ἐνύδρων ζώων τροφῆς.

ΤΩΝ ἐν ὕδατι διαιτωμένων ζώων, καὶ γένη πάμπολλα, καὶ διαφοραὶ τούτων εἰσὶ, καὶ εἴδη· λεχθήσονται δὲ νῦν, ὥσπερ ἐπὶ τῶν ἔμπροσθεν, αἱ πρὸς τὴν ἰατρικὴν χρείαν ὁμοιότητες ἐν αὐτοῖς· ἰατρικὴν δὲ λέγειν, ἢ ὑγιεινὴν, οὐ διοίσει πρός γε τὰ παρόντα. περὶ πάντων οὖν εἰρήσεται, καθάπερ ἐπὶ τῶν ἄλλων, ὅσα συνεχῶς ἐσθίουσιν οἱ ἄνθρωποι.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΚΕ΄.

Περὶ κεφάλου.

ΤΟῦ γένους τῶν λεπιδωτῶν ἰχθύων ἐστὶν ὁ κέφαλος οὐκ ἐν θαλάττῃ μόνον, ἀλλὰ καὶ λίμναις, καὶ ἐν ποταμοῖς γεννώμενος· διὸ καὶ μεγάλην ἔχουσιν οἱ κατὰ μέρος κέφαλοι πρὸς ἀλλήλους διαφορὰν, ὡς δοκεῖν ἕτερον εἶναι γένος τοῦ πελαγίου κεφάλου, πρὸς τὸν ἐν λίμναις, ἢ ποταμοῖς, ἢ τέλμασιν, ἢ ὀχετοῖς, τοῖς ἐκκαθαίρουσι τοὺς ἐν ταῖς πόλεσι κοπρῶνας· περιττωματικὴ μὲν γὰρ ἡ σὰρξ ἐστὶ καὶ βλεννώδης ἱκανῶς, τῶν ἐν ἰλυώδει, καὶ ῥυπαρῷ διαιτωμένων ὕδατι· καλλίστη δὲ τῶν ἐν καθαρᾷ θαλάττῃ, καὶ μᾶλλον ὅταν ὑπ' ἀνέμων κατακλύζηται· κατὰ γὰρ τὴν σιωπηλὴν, καὶ ἀκύμονα, χείρων ἡ σὰρξ γίνεται τῶν ἰχθύων, ὅσῳ καὶ ἀγυμναστοτέρα, ἐν δὲ ταῖς καλουμέναις λιμνοθαλάσσαις, ἔτι χείρων τῆσδε, καὶ ταύτης ἔτι μᾶλλον, ἡ κατὰ τὰς λίμνας· εἰ δὲ καὶ σμικραί τινες αὗται τύχοιεν οὖσαι, καὶ μήτε ποταμοὺς μεγάλους δεχόμεναι, μήτε πηγὰς ἔχουσαι, μήτ' ἀπόρροιαν δαψιλῆ, πολὺ δή τι χείρους· εἰ δὲ καὶ μηδὲν ὅλως ἀποῤῥέοιτό τι τοῦ ὕδατος, ἀλλ' εἴη στάσιμον ἱκανῶς, μοχθηραί. περὶ δὲ τῶν ἐν ἕλεσι, καὶ τέλμασι, καὶ ὅσα τοιαῦτα χωρία, λέλεκται κατ' ἀρχάς· ἐσχάτως γὰρ οἱ κατὰ τοιούτους τόπους διαιτώμενοι, μοχθηρὰν ἔχουσι τὴν σάρκα· τῶν δ' ἐν τοῖς ποταμοῖς γεννωμένων, ἀμείνους ὅσοι κατὰ τοὺς τοιούτους, ἐν οἷς ὀξὺ, καὶ πολὺ τὸ ῥεῦμα· κατὰ δὲ τοὺς λιμνάζοντας, οὐκ ἀγαθοί, καὶ παρὰ τὰς τροφὰς δὲ, βελτίους γίνονται καὶ χείρους· ἔνιοι μὲν γὰρ εὐποροῦσι καὶ πόας, καὶ ῥιζῶν χρηστῶν, καὶ διὰ τοῦτο κρείττους εἰσίν· ἔνιοι δὲ, ἰλυώδη τε πόαν ἐσθίουσι, καὶ ῥίζας κακοχύμους· καί τινες αὐτῶν, ὅσοι κατὰ ποταμοὺς διαιτῶνται, μεγάλην διαῤῥέοντας πόλιν, ἀποπατήματ' ἀνθρώπων, καὶ μοχθηρὰς τροφὰς τοιαύτας προσφερόμενοι, χείριστοι πάντων, ὡς ἔφην, εἰσὶν, ὥστε κἂν βραχὺ πλείονι χρόνῳ διαμένωσι νεκροὶ, σήπονταί τε παραχρῆμα, καὶ μοχθηρότατον ὄζουσιν· ἀηδεῖς δὲ καὶ βρωθῆναι πάντως οὗτοι, καὶ πεφθῆναι, καὶ τὴν μὲν χρηστὴν τροφὴν ὀλίγην ἔχουσι, περίττωμα δ' οὐκ ὀλίγον· οὐκ οὖν θαυμαστόν ἐστιν, οὐδ' εἰ κακοχυμίαν ἀθροίζουσιν, ἐν τοῖς σώμασι τῶν ἑσημέραι προσφερομένων αὐτούς·

D

E

F

ὄντων δὲ χειρίστων τούτων, ἐξ ὑπεναντίου κάλλιστοι πάντων εἰσὶν, ὡς ἔφην, οἱ ἐν τῇ καθαρωτάτῃ θαλάττῃ, καὶ μάλισθ' ὅπου μήτε γεώδεις αἰγιαλοὶ, μήτε λεῖοι περιλαμβάνουσι τὸ ὕδωρ, ἀλλ' ἤτοι ψαμμώδεις, ἢ τραχεῖς. εἰ δὲ καὶ πρὸς τὰ βόρεια τῶν πνευμάτων εἶεν ἐστραμμένοι, πολὺ βελτίους. οὐ σμικρὸν γὰρ εἰς εὐχυμίαν συντελούντων ἅπαντι ζώῳ τῶν οἰκείων γυμνασίων, ἔτι καὶ τὸ καθαρὸν τοῦ καταμιγνυμένου τῷ ὕδατι πνεύματος, αὐξάνει τὴν ἀρετὴν τῆς οὐσίας αὐτῶν. πρόδηλον δ' ἐκ τῶν εἰρημένων, ἀμείνω καὶ κατὰ τοῦτο εἶναι θάλατταν θαλάττης, καθότι ἤτοι καθαρὰ τελέως ἐστὶν, ἢ δέχεται ποταμοὺς μεγάλους, καὶ πολλοὺς, ὥσπερ ὁ Πόντος. οἱ γὰρ ἐν τῇ τοιαύτῃ, καθ' ὅσον πλεονεκτοῦσι τῶν λιμναίων, κατὰ τοσοῦτον ἀπολείπονται τῶν ἐν καθαρᾷ θαλάττῃ διαιτωμένων. εἰσὶ δὲ καὶ λίμναι τινὲς τοιαῦται, καὶ καλοῦσιν ἐνίας αὐτῶν λιμνοθαλάττας, ἔνθα ποταμὸς μέγας ἐργάζεται λίμνην, συνάπτουσαν θαλάττῃ. καὶ χωρὶς δὲ τοῦ λιμνάζειν τὸν ποταμὸν, ὅπου περ ἂν τῇ θαλάττῃ μίγνυται πρῶτον, ἐπίμικτόν τε τὸ ὕδωρ ἐστὶν ἐξ ἁλμυροῦ τε καὶ γλυκέος, ἥ τε σὰρξ τῶν ἐν αὐτῷ διαιτωμένων ἰχθύων ἐν τῷ μεταξὺ τῶν τε ποταμίων, καὶ τῶν θαλαττίων ἰχθύων γίνεται. κοινὸς δ' ὁ λόγος οὗτος ἔστω σοι καὶ τῶν ἄλλων, ὅσοι γε κατὰ ποταμοὺς, καὶ λίμνας, καὶ θάλατταν, ἰχθύες γίνονται. τὸ γὰρ πολὺ πλῆθος αὐτῶν, οὐκ ἐπαμφοτερίζει, τῶν μὲν θαλαττίων, φευγόντων τὸ ποτάμιον ὕδωρ, τῶν δὲ ποταμίων, καὶ λιμναίων, τὸ θαλάττιον. ἀλλ' ὅ γε κέφαλος, ἁπάντων μάλιστα, τοῖς ὕδασιν ἀμφοτέροις χρῆται· καὶ φύσιν ἔχει, πρὸς ἀνάντες τὸ ῥεῦμα τοῦ ποταμοῦ χωρεῖν, ἐπὶ πλεῖστον ἀφιστάμενος τῆς θαλάττης. οὗτος μὲν ὁ κέφαλος, τὰς πολλὰς καὶ μικρὰς ἀκάνθας οὐκ ἔχει, καθάπερ οὐδ' ἄλλος τις τῶν θαλαττίων· ὁ δ', ἐκ ποταμῶν, ἢ λιμνῶν, ἐπεμβαίνων θαλάττῃ, παραπλησίως τοῖς ὁμογενέσι, μεστὸς τῶν τοιούτων ἀκανθῶν ἐστι. σχεδὸν γὰρ, ἅπασι τοῖς ἐν λίμναις καὶ ποταμοῖς γεννωμένοις ἰχθύσιν, ἡ σὰρξ λεπτῶν μεστὴ ἀκανθῶν εὑρίσκεται, τῶν θαλαττίων οὐκ ἐχόντων αὐτάς. καθ' ὃν γὰρ ἂν τόπον ἡ μεγάλου ποταμοῦ στόμα συνάπτῃ θαλάττῃ, τινὲς μὲν ποταμίων ἰχθύων ἐν τῇ θαλάττῃ, τινὲς δὲ τῶν θαλαττίων ἐν τῷ ποταμῷ θηρεύονται, γνωριζόμενοι, τῷ, τὰς εἰρημένας ἀκάνθας, ἤτοι πολλὰς ἔχειν, ἢ οὐδ' ὅλως. ὀλίγοι μὲν οὖν τῶν ποταμίων, ἐπεμβαίνουσι τῇ θαλάττῃ, πάντες δὲ οἱ θαλάττιοι χαίρουσι τοῖς ποταμοῖς. εὐθὺς δὲ καὶ ἡ γεῦσις ἐσθίοντί σοι γνωριεῖ τὸν ἀμείνω κέφαλον. δριμυτέρα γάρ ἐστιν αὐτοῦ, καὶ ἡδίων, καὶ ἀλιπὴς ἡ σάρξ. οἱ δὲ λιπαροὶ, καὶ κατὰ τὴν γεῦσιν ἔκλυτοι, χείρους μὲν εἰσι, καὶ εἰς αὐτὴν τὴν ἐδωδὴν, χείρους δὲ καὶ πεφθῆναι, καὶ κακοστόμαχοι, καὶ κακόχυμοι. διὸ καὶ σὺν ὀριγάνῳ σκευάζουσιν αὐτούς. ἔνιοι δὲ τῶν παρ' ἡμῖν ἀνθρώπων, τοὺς ἐν τοῖς ποταμοῖς γεννωμένους ἰχθύας, λευκίσκους καλοῦσιν, ἕτερον εἶναι νομίζοντες αὐτοὺς εἶδος τῶν κεφάλων. ἔστι δὲ, τἆλλα μὲν, ὅμοιον πάντῃ τὸ ζῶον τῷ ζώῳ, λευκότερον δὲ βραχεῖ, καὶ τὴν κεφαλὴν ἔχον μικροτέραν, καὶ τὴν γεῦσιν ὀξυτέραν. ἡ δὲ δύναμις τῆς ἀπ' αὐτοῦ τροφῆς, οἵαν ἔμπροσθεν εἶπον εἶναι τῶν ποταμίων κεφάλων, ὥσθ' ὑπὲρ ὀνόματος, οὐ πράγματος ἡ ἀμφισβήτησις. ὃ δὲ τούτου χρησιμώτερόν ἐστιν ἐπίστασθαι, καὶ δὴ φράσω. τῶν ταριχευομένων ἐστὶν οὗτος ἰχθὺς, καὶ γὰρ πολὺ κρείττων ἑαυτοῦ, σκευασθεὶς οὕτως ὁ λιμναῖος. ἀποτίθενται γὰρ ἅπαν τὸ βλεννῶδές τε, καὶ βρωμῶδες ἐν τῇ γεύσει. καλλίων δὲ, πλείονι τῷ χρόνῳ ταριχευθέντος, ὁ νεαλής. ἀλλὰ περί γε τῶν ταριχευομένων ἰχθύων, ὀλίγον ὕστερον εἰρήσεται κοινῇ, καθάπερ γε καὶ περὶ τῶν ἑωλιζομένων ἐν χειμῶνι.

A qui quum sint deterrimi, omnium contra sunt præstantissimi, qui (vt diximus) in purissimo mari degunt, maximè vbi littora, quæ aquam in orbem ambiunt, terra non abundant: nec leuia, sed aut arenosa sunt, aut aspera: quod si præterea ad boream spectent longè erunt meliores. Quum enim exercitationes propriæ non parum ad succi probitatem omni animanti conferant, puritas adhuc eius venti, qui aquæ miscetur, substantiæ ipsorum bonitatem auget. Perspicuum igitur ex iis, quæ diximus est, mare alterum alteri in eo præstare, quòd aut purum planè est, aut fluuios multos, & magnos excipit, B vt Pontus: pisces enim qui in eiusmodi degunt, quanto stagnales antecellunt, tanto iis, qui in puro mari degunt, sunt inferiores. Sunt autem & stagna quædam huiusmodi, quorum quædam λιμνοθαλάττας appellant, vbi videlicet fluuius magnus stagnum efficit, quod mari coniungitur: & vt fluuius non stagnet, vbi primum mari commiscetur, aqua ex salsa, ac dulci est mixta, & piscium caro, qui in ea aqua degunt media est inter fluuialium, & marinorum piscium carnem. Communis autem tibi sit hæc oratio in aliis quoque piscibus, qui in fluminibus, & stagnis, & C mari gignuntur: nam bona eorum pars non ad vtrumque est nata: quum marini fluuiatilem aquam fugiant, fluuiatiles autem, ac stagnales marinam. Mugil verò omnium maximè aquis vtrisque vtitur: eáque ipsius natura est, vt à mari longissimè discedens, aduerso flumine natet. Hic quidem mugil numerosas, ac paruas spinas non habet, vti nec alius quisquam marinorum: qui verò è fluuiis, aut stagnis mare ingreditur, non secus ac congeneres, plenus est huiusmodi spinarum: nam omnium ferè piscium caro, qui in stagnis, aut fluminibus gignuntur, D tenuibus spinis plena inuenitur, quas nullus marinorum habet. Nam quo loco magni fluuij ostium mari committitur, nonnulli quidem piscium fluuiatilium in mari: quemadmodum & marini quidam in flumine capiuntur: quos discernas eo, quod prædictas spinas numerosas, aut prorsus nullas habeant. Pauci sanè fluuiatilium mare ingrediuntur: at marini omnes fluuiis gaudent. Continuò autem & gustus, mandenti tibi, præstantiorē mugilem indicabit: iucundior namque ipsius est caro, & acrior, pinguedinísque expers: pingues contra, & soluti saporis, tum ci- E bo, tum ad concoquendum sunt deteriores: præterea stomacho sunt noxij, & vitiosi succi, quapropter cum origano ipsos parant. Quidam verò nostrates, pisces quosdam in fluuiis genitos λευκίσκους nominant, rati diuersos esse à mugilum genere; cætera tamen omninò animal animali est simile, nisi quod λευκίσκος paulo est candidior, capútque habet minus, & saporem acidiorem. Alimenti autem, quod ab eo sumitur, facultas est, qualem prius fluuiatili mugili inesse diximus: proinde de nomine, non de re est controuersia: quod autem nouisse magis retulerit, id iam di- F cam. Hic piscis vnus eorum est, qui sale conditi asseruantur: atque stagnalis sic conditus multo, quàm ante, præstantior euadit: quicquid enim mucosum, aut virosum gustu refert, id totum deponit: verùm recens salitus, iamdiu salito est melior, sed de salitis quidem piscibus paulò post sermo communis habebitur, sicut de iis, qui in niue (vt sic dicam) mortificantur.

CAPVT

A

CAPVT XXVI.

De Lupo.

HVnc piscem in aquis dulcibus natum non vidimus, sed è mari in flumina, aut stagna ascédisse conspeximus. Ideoque paruus rarò, quemadmodum mugil sæpe, inuenitur. Et quanquam pelagius sit, stagna tamen maritima nó fugit, nec fluuiorum ostia: pelagij enim vocantur, qui in mare profundum succedunt. Alimentum sanè, quod tum ex hoc, tum ex aliis piscibus prouenit, sanguinem gignit consistentia tenuiorem, quam quod ex pedestribus animalibus sumitur adeo, vt nó affluéter nutriat, & celerius discutiatur. Quum autẽ nomẽ hoc tenuius, nunc in duabus rebus inter se collatis, nunc citra collationẽ enunciemus, sciendum nos, quũ ipsum simpliciter pronunciamus, ad sanguinem medium inter extrema comparare; extremæ autem prauitatis, secundũ consistentiam, sanguis est, tum crassus, vt pix liquida: tum serosus adeo, vt posteaquam è vena effusus concreuerit, plurimũ habeat aquosę humiditatis supernatantis: laudatissimus verò est, qui inter hos exactè est medius, qui fit ex pane optimè præparato (de quo primo libro egimus) & animalibus volucribus, de quibus diximus, perdice scilicet aliisque id genus: quibus ex marinis piscibus pelagij sunt propinqui.

CAPVT XXVII.

De Mulo.

HIc quoque pelagicis piscibus annumeratur. Celebratur autem apud homines, tanquam voluptate cibos reliquos superet. Omnium fermè aliorum carnem habet durissimam, & valdè friabilem: quod idem significat, ac si dicas, nihil in eo esse lentoris, neque pinguedinis: nutrit certè, quum probè confectum fuerit, omnibus aliis piscibus copiosius. Diximus autem antea, quod cibus durior, ac crassiorum partium, & (vt sic dicam) terrestris magis, alimentum corpori præstat copiosius, quàm humidior, ac mollior, præsertim quando præter id substantiam habet corpori alendo accommodatum ac familiarem: quæ substantia voluptate iudicatur: nam alimenta, quæ tota substantia ab alendis animalibus sunt aliena, ea aut non prorsus, aut insuauiter manduntur: ex familiaribus verò, quemadmodum humidius minus nutrit, ita coquitur facilius ac distribuitur. Ergo muli caro iucunda quidem est, vt quæ alimentum est hominum naturæ accommodum: & quamuis aliis piscibus sit durior, mandi tamen quotidie potest, propterea quod friabilis est, & pinguedinis expers cum quadam acrimonia: nam pinguia, & lenta cibaria statim, vt sumpta fuerint, celeriter implent, & appetentiam euertunt; præterea, quòd maius est, compluribus deinceps diebus ipsorum esum non sustinemus. Verum muli hepar propter voluptatem à gulosis summopere expetitur. Quidam verò ne ipsum quidem per se mandere volunt, sed garelæum, quod vocant, in vase cum pauxillo vini præparantes, in eo viscus ipsum tantisper comminuunt, quoad totum simul ex ipso, & humidis præparatis succus vnus fiat simplex ad sensum, ac similaris, in quo muli carnes intinctas mandunt.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΚϚ.

Περὶ λάβρακος.

TΟῦτον ἰχθὺν, οὐ τεθέαμαι γινόμενον ἐν γλυκέσιν ὕδασιν. ἐκ μὲν τοι τῆς θαλάσσης, ἐπαναβαίνοντα ποταμοῖς, ἢ λίμναις, ἑώρακα. διὸ καὶ μικρὸς ὀλιγάκις εὑρίσκεται, καθάπερ ὁ κέφαλος πολλάκις. οὐ φεύγει δὲ οὐδὲ τὰς λιμνοθαλάσσας καὶ τὰ στόματα τῶν ποταμῶν, καίτοι πελάγιος ὤν. τουτὶ γὰρ τοὔνομα τίθενται τοῖς εἰς τὸ βάθος ἀποχωροῦσιν. ἥ γε μὴν
B τροφὴ ἐκ τούτου κἀκ τῶν ἄλλων ἰχθύων, αἵματός ἐστι γεννητική, λεπτοτέρου τῇ συστάσει τοῦ ἐκ τῶν πεζῶν ζώων, ὡς μήτε τρέφειν δαψιλῶς, καὶ διαφορεῖσθαι θᾶττον. ἐπεὶ δὲ τὸ λεπτότερον ὄνομα, ποτὲ μὲν ἐπὶ δύο πράγμασι παραβαλλομένοις λεγομένων, ἐνίοτε δ' ἄνευ παραβολῆς, ἰστέον ὅτι πρὸς τὸ μέσον αἷμα, τῆς ἄκρων παραβολῆς γίνεται, τοῖς ἁπλῶς λεγομένοις. ἄκρα δὲ τῇ κακίᾳ κατὰ τὴν σύστασίν ἐστι, τὸ, τε παχὺ, καθάπερ ἡ ὑγρὰ πίττα, τό, τε ὀρρῶδες οὕτως, ὡς ἐκχυθὲν τῆς φλεβὸς, ἐν τῷ πήγνυσθαι πλεῖστον ἔχειν ὑγρὸν ἐποχούμενον ὑδατῶδες. ἄριστον δὲ τὸ τούτων ἀκριβῶς μεταξὺ γινόμενον, ἐξ ἄρτου τε τοῦ καλλίστου κατε-
C σκευασμένου, περὶ οὗ κατὰ τὸ πρῶτον εἴρηται γράμμα, καὶ τῶν πτηνῶν, ὧν εἴρηται ζώων, ἔκ τε πέρδικός τε, καὶ τῶν ἄλλων παραπλησίων. ἐγγὺς δὲ τούτων εἰσὶν, καὶ τῶν θαλαττίων, οἱ πελάγιοι τῶν ἰχθύων.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΚΖ.

Περὶ τρίγλης.

EΣτὶ μὲν καὶ ἥγε τῶν πελαγίων ἰχθύων. τετίμηται δὲ ὑπὸ τῶν ἀνθρώπων, ὡς τῶν ἄλλων ὑπερέχουσα τῇ κατὰ τὴν ἡδονὴν ἐδωδῇ. σκληροτέραν δὲ σχεδὸν ἁπάντων αὐτῶν
D ἔχει τὴν σάρκα, καὶ ψαθυρὰν ἱκανῶς, ὅπερ σημαίνει ταὐτὸν, τῷ, μήτε γλίσχρον εἶναί τι, μήτε λιπαρὸν ἐν αὐτῇ. τρέφει τοιγαροῦν, ὅταν πεφθῇ καλῶς, τῶν ἄλλων ἁπάντων ἰχθύων μᾶλλον. εἴρηται δὲ καὶ πρόσθεν, ὡς τὸ σκληρότερον ἔδεσμα, παχυμερέστερόν τε, καὶ ὡς ἂν εἴποι τις μᾶλλον γεῶδες ὑπάρχον, ἀξιολογώτερον τρέφει ὑγροτέρων τε καὶ μαλακωτέρων, ὅταν γε πρὸς τούτῳ δηλονότι καὶ τὴν οὐσίαν οἰκείαν ἔχει τῷ τρεφομένῳ σώματι. κρίνεται δ' αὐτὴ διὰ τῆς ἡδονῆς. ὅσαι γὰρ ἀλλότριαι τροφαὶ, ταῖς ὅλαις φύσεσίν εἰσι τῶν τρεφομένων ζώων, ταύτας ἢ οὐδ' ὅλως, ἢ ἀηδῶς ἐσθίουσι,
E τῶν γε μὴν οἰκείων, ὥσπερ τὸ ὑγρότερον ἧττον τρέφει, οὕτω πέττεται καὶ ἀναδίδοται ῥᾷον. ἡ τοίνυν τῆς τρίγλης σὰρξ, ἡδεῖα μὲν ἐστι, ὡς ἂν οἰκεία τροφὴ τῇ φύσει τῶν ἀνθρώπων, σκληροτέρα δὲ οὖσα τῶν ἄλλων ἰχθύων, ὅμως ἑκάστης ἡμέρας ἐσθίεσθαι δύναται, διότι ψαθυρά, καὶ ἀλιπής ἐστι καὶ τι δριμύτητος ἔχει. τὰ γὰρ λιπαρὰ, καὶ γλίσχρα, καὶ κατὰ τὴν πρώτην μὲν εὐθέως ἐδωδὴν, ἐμπίπλησι ταχέως, ἀνατρέπει τε τὴν ὄρεξιν, ἔτι δὲ μᾶλλον οὐχ ὑπομένομεν αὐτῶν τὴν ἐδωδὴν, ἐφεξῆς ἡμέραις πλείοσι. τό γε μὴν ἧπαρ τῆς τρίγλης, οἱ λίχνοι τεθαυμάκασιν, ἡδονῆς
F ἕνεκεν, ἔνιοι δ' οὐδὲ καθ' ἑαυτὸ δικαιοῦσιν ἐσθίειν αὐτό. παρασκευάσαντες δ' ἐν ἀγγείῳ, τὸ καλούμενον γαρέλαιον ἔχον οἴνου βραχύ τι, καταθρύπτουσιν ἐν αὐτῷ τὸ σπλάγχνον, ὡς γενέσθαι τὸ σύμπαν ἐξ αὐτοῦ τε καὶ τῶν προπαρεσκευασμένων ὑγρῶν, ἕνα χυμὸν ὁμοιομερῆ, πρός γε τὴν αἴσθησιν, ἐν ᾧ τὰς τῆς τρίγλης σάρκας ἀποβάπτοντες, ἐσθίουσιν.

ἐμοὶ δὲ οὐδ' ἡδονὴν ἔδοξεν ἔχειν ἀξίαν τῆς τοιαύτης τιμῆς, οὔτ' ὠφέλειαν τῷ σώματι, καθάπερ οὐδὲ ἡ κεφαλή, καίτοι καὶ ταύτην ἐπαινοῦσιν οἱ λίχνοι, καί φασι τὰ δεύτερα φέρεσθαι μετὰ τὸ ἧπαρ. οὐ μὴν οὐδὲ διὰ τί τὰς μεγίστας τρίγλας ὠνοῦνται πάμπολλοι, δυνάμενος γνῶναι· μήτ' ἡδείας ὁμοίως ταῖς μικροτέραις ἐχούσας τὴν σάρκα, μήτ' εὔπεπτον, ὡς ἂν ἱκανῶς σκληράν. ὥστε διὰ τοῦτό τινα, τῶν ἀργυρίου παμπόλλου τὰς μεγάλας τρίγλας ὠνουμένων, ἠρόμην τίς ποτέ ἐστιν ἡ αἰτία τῆς ἀφ' ἑαυτῶν σπουδῆς, ὁ δ' ἀπεκρίνατό μοι, μάλιστα μὲν διὰ τὸ ἧπαρ ὠνεῖσθαι τὰς τηλικαύτας, ἤδη δὲ καὶ διὰ τὴν κεφαλήν. ἀλλὰ γὰρ ἀρκεῖ μέχρι τοσούτου περὶ τῶν τριγλῶν εἰρῆσθαι, τῇ πρὸς τὸ χρήσιμον οἰκειότητι τοῦ λόγου. γίγνονται δ' ἄρισται τρίγλαι, κατὰ τὴν καθαρὰν θάλατταν, ὥσπερ καὶ οἱ ἄλλοι πάντες ἰχθύες, οὐχ ἥκιστα δὲ καὶ διὰ τὰς τροφάς· αἱ γοῦν τὰς καρκινάδας ἐσθίουσαι, καὶ δυσώδεις εἰσὶ, καὶ ἀηδεῖς, καὶ δύσπεπτοι, καὶ κακόχυμοι. διάγνωσις δ' αὐτῶν, πρὶν μὲν ἐσθίειν, ἀναπτύξαντι τὴν κοιλίαν· ἐσθίοντι δὲ, κατὰ τὴν πρώτην εὐθέως ὀσμήν τε, καὶ γεῦσιν.

At mihi profectò nequaquam tantæ suauitatis esse videtur, neque tantam corpori vtilitatem afferre, vt tantopere sit conspiciendum, vti nec ipsum caput: quanquam gulosi hoc quoque laudant, ac secundas post iecur ferre prædicant. Cæterum neque id intelligere queo, cur permulti grandissimos mulos emptitent, quum nec adeo suaui sint carne, vt minores, nec ad coquendum facili, vt quæ dura admodum est. Ob eam igitur causam, quum quendam aliquando interrogassem, qui ingenti pecunia prægrandes mulos emerat, quid esset, quod illos tantopere expeteret, respondit se primum propter hepar illos tanti emisse, tum autem & propter caput. Verum hactenus de mulis hęc dixisse huic sermoni in quo vtilitatem inquirere instituimus, satis fuerit. Porrò optimi muli fiunt, vt alij etiam omnes pisces, tum penes mare purum, tũ maximè propter alimenta; nã qui cancellos vorãt, & grauiter olent, & insuaues sunt, ac ad coquẽdum difficiles, & mali succi. Hos porrò dignosces, si priùs quidem, quàm edas, ventrem reseraris: inter edendum verò ipse statim gustus, ac olfactus iudicium afferet.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΚΗ'.

Περὶ τῶν πετραίων ἰχθύων.

Σκάρους, κοσσύφους, κίχλας, ἰουλίδας, φυκίδας, πέρκας, πετραίους ὀνομάζουσιν ἰχθύας, ἀπὸ τῶν χωρίων, ἐν οἷς εὑρίσκονται διατρίβοντες, οὐ γὰρ ἐν τοῖς λείοις, ἢ ψαμμώδεσιν, ἢ γεώδεσιν αἰγιαλοῖς, ἀλλ' ἔνθα πέτραι τινές εἰσι, καὶ ἀκταὶ, φωλεύουσί τε καὶ τίκτουσιν. ἄριστος δ' ἐν αὐτοῖς, ἡδονῆς ἕνεκεν, ὁ σκάρος εἶναι πεπίστευται, μετ' αὐτὸν δὲ κόσσυφοί τε, καὶ κίχλαι, καὶ μετὰ τούτους ἰουλίδες τε, καὶ φυκίδες, καὶ πέρκαι. τροφὴ δ' ἐξ αὐτῶν, οὐ μόνον εὔπεπτος, ἀλλὰ καὶ ὑγιεινοτάτη τοῖς τῶν ἀνθρώπων σώμασίν ἐστιν, αἷμα γεννώντων μέσον τῇ συστάσει. καλῶ δὲ μέσον, ὃ μήτε πάνυ λεπτόν ἐστι, καὶ ὑδατῶδες, ἀλλὰ μήθ' ἱκανῶς παχύ. πλάτος δ' ἀξιόλογον ἔχοντος τοῦ μέσου, περὶ τῶν ἐν αὐτῷ διαφορῶν, ἐπὶ προήκοντι τῷ λόγῳ λεχθήσεται.

CAPVT XXVIII.

De Piscibus saxatilibus.

Scarum, merulam, turdum, iuliam, fucam, percam, à locis in quibus versari comperiuntur, pisces saxatiles appellant; non enim in leuibus, aut arenosis, aut terreis littoribus, seu in petrosis promontoriis, & vbi saxa sunt, delitescunt ac pariunt. Inter hos autem scarus excellere suauitate creditur: secundum hunc, merulæ ac turdi: tertio loco, iuliæ, fucæ ac percæ. Porrò alimentum, quod ex eis sumitur, non modo ad coquendum est facile, sed hominum etiam corporibus est saluberrimum, vt quod sanguinem medium consistentia generet. Medium autem voco, qui neque admodum tenuis est, neque aquosus, neque vehementer crassus, at quum magna huius medij sit latitudo, de ipsius differentiis procedente sermone disseremus.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΚΘ'.

Περὶ κωβιοῦ.

Αἰγιάλειος δὲ ἰχθύς ἐστιν ὁ κωβιὸς, τῶν σμικρῶν ἀεὶ διαμενόντων εἷς τις ὢν καὶ οὗτος· ἄριστος δ' εἰς ἡδονὴν καὶ πέψιν ἅμα, ἀνάδοσίν τε καὶ εὐχυμίαν ἐστὶν, ὁ κατὰ τοὺς ψαμμώδεις αἰγιαλοὺς, ἢ τὰς πετρώδεις ἀκτὰς, ὁ δ' ἐν τοῖς στόμασι τῶν ποταμῶν, ἢ λίμναις, ἢ λιμνοθαλάσσαις, οὔθ' ἡδὺς ὁμοίως, οὔτ' εὔχυμος, οὔτ' εὔπεπτος. εἰ δὲ καὶ ἰλυῶδες ὑπάρχει τὸ ὕδωρ, ἢ πόλιν ἐκκαθαίρων ὁ ποταμὸς, οὕτω μὲν ἂν εἴη χείριστος ὁ κατ' αὐτὸν κωβιὸς, ὥσπερ οἱ ἄλλοι πάντες ἰχθύες, οἱ ἐν τοῖς ὕδασι διατρίβοντες. εἰκότως οὖν ἐν μὲν τοῖς πετραίοις ἰχθύσιν, οὐδεμία σαφής ἐστι διαφορὰ τῶν ὁμογενῶν πρὸς ἀλλήλους, ὡς ἂν ἐν καθαρωτάτῃ θαλάττῃ διαιτωμένοις ἀεὶ, φεύγουσί τε τὸ γλυκύτατον ὕδωρ, τό τε συμμιγὲς ἐκ τοῦ τοιούτου τε καὶ θαλαττίου. δευτέροις δὲ μετ' αὐτοὺς τοῖς πελαγίοις ὑπάρχει ταὐτόν. οὐδὲ γὰρ οὐδ' οὗτοι διαφορὰν ἀλλήλοις ἔχουσι μεγάλην, ὁποίαν οἱ διατρίβοντες ἐν ἀμφοτέροις τοῖς ὕδασι. τούτων γὰρ οἱ μὲν ἐν τῇ καθαρωτάτῃ θαλάττῃ, κάλλιστοι τῶν ὁμογενῶν εἰσιν· οἱ δ' ἐν τοῖς ἐκκαθαίρουσι τὰς πόλεις ποταμοῖς, ἁπάντων χείριστοι.

CAPVT XXIX.

De Gobione.

Gobio littoralis est piscis, ex eorum etiam numero, qui parui perpetuò manent. Præstantissimus autem ad voluptatem, coctionem simul ac distributionem, & succi bonitatem est is, qui in arenosis littoribus, aut saxosis promontoriis viuit; non autem æquè est iucundus, neque boni succi, neque ad coquendũ facilis, qui in fluminum ostiis, aut stagnis, aut stagnis maritimis versatur, quod si aqua limosa quoque fuerit, aut fluuius vrbem expurget, gobio, qui in eis gignetur, erit deterrimus, ceu alij omnes pisces, qui in aquis huiuscemodi versantur. Meritò igitur in saxatilibus piscibus nullum est inter congeneres discrimẽ manifestum, vt qui perpetuò in purissimo mari degant, aquamque dulcissimam, & eam quę ex eiusmodi & marina est mixta, fugitent. Secundis autem post hos pelagicis idẽ accidit: neque enim hi tãtum inter se diffidẽt, quantum qui in vtrisque aquis versantur. Horum namque qui in purissimo mari degũt, suorũ cõgenerũ sunt præstantissimi; contrà, omniũ sunt pessimi qui in fluminibus vrbes expurgantibus victitãt: medij

medij verò inter hos sunt qui in mediis locis versantur. Diximus autem hæc supra quum de mugile agebamus. Cæterùm gobionum caro, vt carne saxatilium est durior, ita mollior, quàm mulorum. Ipsa igitur ex proportione vescentium corpus nutrit.

A μέσοι δ' αὐτῶν οἱ μεταξύ. λέλεκται δὲ ταῦτα καὶ διὰ τῶν ἔμπροσθεν, ἡνίκα περὶ κεφάλου τὸν λόγον ἐποιούμην. ἥ γε μὴν σὰρξ τῶν κωβιῶν, ὥσπερ σκληροτέρα τῆς τῶν πετραίων ἐστὶν, οὕτω μαλακωτέρα τῆς τῶν τριγλῶν· ἀνάλογον οὖν αὐτῇ, καὶ τὸ τῶν ἐσθιόντων σῶμα τρέφεται.

CAPVT XXX.

De piscibus molli carne præditis; quomodo ius album conficiatur.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Λ'.

Περὶ τῶν μαλακοσάρκων ἰχθύων· πῶς ὁ λευκὸς ζωμὸς παρασκευάζεται.

PHilotimus in tertio de alimentis, de piscibus carne molli præditis ad verbum sic scripsit; *gobiones autem & fucæ, iuliæ, percæ, muranæ, turdi, merulæ, lacerti, ad hæc asini, amyæ, passeres, iecorarij, cithari, vmbræ, atque mollium carnium genus vniuersum, meliùs quàm alij pisces conficiuntur.* Ipsum sanè iure quis demiretur, quonam pacto Scarum prætererit, quum is inter pisces saxatiles primas teneat, quibus omnibus caro inest quàm aliis piscibus mollior ac friabilior; quidam enim ipsorum molli quidem sunt carne, sed nullam habent friabilitatem, vt quibus succus quidam lentus ac pinguis innatet; alij nihil lentoris nec pinguedinis habentes, in eo quidem saxatilibus sunt similes, carnis tamen duritie ab eis discrepant, cuiusmodi sunt pelagici propemodum omnes, nisi si qui ipsorum prauo alimento propriam carnem corrumpant, vt muli qui cancellos mandunt. Cancelli autem parua sunt animalia flauo colore, minimis cancris similia. Saxatiles verò nec alimenta, nec loca mutant, nec dulcibus aquis vtuntur, ob eámque causam omnes perpetuò sunt inculpati, quos Philotimus quidem asinos nominauit, alij autem asellos nominant, siquidem probo vtantur alimento & mari puro, carnis bonitate cum saxatilibus contendent: qui vero prauo alimento vtuntur aut in aquis mixtis, & potissimùm si eæ vitiosæ fuerint, degunt, carnis quidem mollitiem non abiiciunt, sed pinguedinem ac lentorem acquirunt, propter quem neque suaues amplius vt antè manent, sed alimentum ex se ipsis excrementitium reddunt. In omnibus porrò piscibus id communiter, vt diximus, memoria tenere oportet, pessimos gigni in eorum fluuiorum ostiis qui latrinas expurgant, aut culinas, aut balneas, aut vestium ac linteorum sordes, aut siqua sunt alia in vrbibus per quas medias fluunt, expurganda; & potissimum si populosa vrbs fuerit. Quin & ipsius murænæ quæ in eiusmodi aqua degit, caro deterrima inuenitur: quanquam certè neque flumina ipsam ingredi inuenias, aut in stagnis gigni: pessima tamen in huiusmodi fluuiorum ostiis qualis est qui Tyberis Romam præterfluit, gignitur: ideóque in ea vrbe omnium ferè marinorum piscium minimo emitur, quemadmodum & qui pisces eodem in flumine nascuntur, quos nonnulli Tiberinos appellant, tanquam speciem habeant propriam, nulli marinorum similem. Quod autem mixtione eorum quæ ex vrbe fluuium influunt fiant deterrimi, ex eo intelligere poteris quod meliores sunt qui in eodem fluuio nascuntur, prius quàm is ad vrbem perueniat. Quin & alius quidam est fluuius in Tiberim trecentis & quinquaginta stadiis ab vrbe prorumpens, quem Nar appellant, qui piscem habet antequam ad Tiberim perueniat, longè præstantiorē.

B Φιλότιμος ἐν τῷ τρίτῳ περὶ τροφῆς, περὶ τῶν μαλακοσάρκων ἰχθύων οὕτως ἔγραψεν αὐτοῖς ὀνόμασι· κωβιοὶ δὲ καὶ φυκίδες, καὶ ἰουλίδες, καὶ πέρκαι, καὶ σμύραιναι, καὶ κίχλαι, καὶ κόσσυφοι, καὶ σαῦροι, καὶ πάλιν ὄνοι, καὶ πρὸς τούτοις ἀμύαι, καὶ ψῆτται, καὶ ἥπατοι, καὶ κίθαροι, καὶ σκινίδες, καὶ πᾶν τὸ τῶν ἁπαλοσάρκων γένος, εὐκατεργαστότερόν ἐστι τῶν ἄλλων ἰχθύων. ἄξιον οὖν ἐστι θαυμάσαι, πῶς τοὺς σκάρους παρέλιπε, πρωτεύοντας ἐν τῷ γένει τῶν πετραίων ἰχθύων, οἷς πᾶσιν ὑπάρχει ψαθυρωτάτην τε καὶ μαλακωτάτην ἔχειν τὴν σάρκα τῶν ἄλλων ἰχθύων. ἔνιοι μὲν γὰρ αὐτῶν, ἁπαλόσαρκοι μέν εἰσιν, ἀλλ' οὐκ ἔχουσι τὸ ψαθυρὸν, ἐμφερομένου τινὸς αὐτοῖς γλίσχρου τε καὶ λιπαροῦ C χυμοῦ· ὅμοιοί τε κατὰ τοῦτο τοῖς πετραίοις ὄντες, ἐν τῇ σκληρότητι, τῆς σαρκὸς αὐτῶν διαλλάττουσι· τοιοῦτοι μὲν οὖν οἱ πελάγιοι σχεδὸν ἅπαντές εἰσι, πλὴν εἴ τινες αὐτῶν ὑπὸ μοχθηρᾶς τροφῆς διαφθείρουσι τὴν σάρκα, καθάπερ αἱ τὰς καρκινάδας ἐσθίουσαι τρίγλαι· ζωΰφια δ' ἐστὶ ταῦτα, πάνυ σμικροῖς καρκίνοις ἐοικότα, ξανθὰ τὴν χρόαν. οἱ πετραῖοι δ' ἰχθύες, οὔτε ποικίλαις τροφαῖς χρῶνται, οὔτε χωρίοις διαφέρουσιν, οὔθ' ὕδασι γλυκέσι, καὶ διὰ τοῦτ' ἄμεμπτοι πάντες εἰσὶ διαπαντός. οὓς δ' ὄνους μὲν ἐκάλεσεν ὁ Φιλότιμος, ὀνίσκους δ' ὀνομάζουσιν ἄλλοι, τροφῇ μὲν D ἀγαθῇ χρώμενοι, καὶ θαλάττῃ καθαρᾷ, τοῖς πετραίοις γ' ἐνάμιλλον ἔχουσι τὴν σάρκα· μοχθηρᾷ δὲ τροφῇ χρησάμενοι, καὶ κατά τι τῶν ἐπιμίκτων ὑδάτων, καὶ μάλιστα ὅσα μοχθηρὰ, διατρίψαντες, οὐκ ἀποβάλλουσι μὲν τὴν μαλακότητα τῆς σαρκὸς, ἐπικτῶνται δὲ λιπαρότητα, καὶ γλισχρότητα, καθ' ἣν, οὔτε ἡδεῖς ὁμοίως ἔτι διαμένουσι, περιττωματικὴν δὲ τὴν ἐξ αὐτῶν ἀναδιδόασι τροφήν. ἐπὶ πάντων δὲ ἰχθύων, ὡς ἔφην, κοινὸν τοῦτο μεμνῆσθαι προσήκει, ὡς χείριστοι γίνονται, κατὰ τὰς ἐμβολὰς τῶν ποταμῶν, ὅσοι κοπρῶνας καθαίρουσιν, ἢ μαγειρεῖα καὶ βαλανεῖα, ἢ τῆς ἐσθῆτός τε καὶ τῶν ὀθονίων ῥύπον, ὅσα τ' ἄλλα τῆς πόλεως εἰς E ἣν διαρρέουσιν, καθάρσεως δεόμενα, καὶ μάλιστα ὅταν ἡ πολυάνθρωπος ἡ πόλις. μοχθηροτάτη δ' εὑρίσκεται καὶ τῆς σμυραίνης ἡ σὰρξ, ἐν ὕδατι τοιούτῳ διατριβούσης: καίτοι γ', οὔτε ποταμοῖς ἐπεμβαίνουσαν ἐστιν εὑρεῖν αὐτὴν, οὔτ' ἐν λίμνῃ γεννωμένην, ἀλλ' ὅμως καὶ αὕτη χειρίστη γίνεται, κατὰ τὰς ἐμβολὰς τῶν τοιούτων ποταμῶν, ὁποῖός ἐστιν ὁ διὰ Ῥώμης ῥέων, καὶ διὰ τοῦτο εὐωνοτάτη πιπράσκεται κατὰ τὴν πόλιν τήνδε, σχεδὸν ἁπάντων μόνη τῶν ἐκ θαλάττης, ὥσπερ γε καὶ οἱ κατὰ τὸν ποταμὸν αὐτὸν ἰχθύες γεννώμενοι, καλοῦσι δ' αὐτοὺς ἔνιοι Τιβερίνους, ὡς ἰδίαν ἔχοντας ἰδέαν, οὐδενὶ τῶν θαλαττίων ὁμοίαν. ὅτι δὲ ἡ τῶν ἐκ τῆς F πόλεως ἐπιρρεόντων ἐπιμιξία, μοχθηροτάτους αὐτοὺς ἐργάζεται, μαθεῖν ἐστιν, ἐκ τοῦ βελτίους εἶναι τοὺς ἐν αὐτῷ τῷ ποταμῷ γεννωμένους, πρὶν εἰς τὴν πόλιν ἀφικέσθαι. καὶ μέντοι καὶ ἄλλος τις ποταμὸς ὀνομαζόμενος Νὰρ, παρεμβάλλων εἰς τὸν Τίβεριν, ὡς ἀπὸ πεντήκοντα καὶ τριακοσίων σταδίων, ἰχθῦν ἔχει πολὺ βελτίω αὐτοῦ κατὰ τὸν Τίβεριν.

A ἐπεὶ καὶ μέγας ἐστὶν εὐθὺς ἀπὸ τῶν πηγῶν, καὶ καθαρὸς διαμένει κατάντες τὸ ῥεῦμα ἔχων καὶ ὀξὺ μέχρι τοῦ Τιβέρεως, ὡς μηδαμόθι μηδ' ἐπὶ βραχὺ λιμνάζειν. ὅσοι μὲν οὖν, ἐκ συνηθείας, ἐμπειρίαν ἔχουσι τῶν ἐπιχωρίων ἰχθύων, οὐ δέονται τῶν εἰρημένων ἄρτι γνωρισμάτων, εἰς τὴν διάγνωσιν αὐτῶν· ὅσοις δ' ἀήθεις εἰσὶν, εἴτ' οὖν ἐξ ἄλλης πόλεως ἥκοντες, εἴτ' ἐπιχώριοι, τὰ τοιαῦτα προσεξεταζέτωσαν εὐθέως ἀπ' ἀρχῆς, πρὶν διὰ τῆς οἰκείας πείρας, εἰς γνῶσιν ἀφικέσθαι τῆς φύσεως ἑκάστου τῶν ἰχθύων. ἐχρῆν οὖν οὐχ ἁπλῶς μεμνημονευκέναι τῶν ἁπαλοσάρκων ἰχθύων ἁπάντων ἅμα τὸν Φιλότιμον, οὐδ' ἀναμίξαι τοῖς ἄλλοις τοὺς πετραίους ἀδιορίστως· B οὗτοι μὲν γὰρ ἄριστοι διὰ παντὸς ὑπάρχουσιν, οὔτε δ' ὀνίσκος, οὔτε σμύραινα, καθάπερ οὐδ' οἱ κωβιοί. καὶ γὰρ τούτων ἔνιοι μὲν ἐν ποταμοῖς, καὶ λίμναις, ἔνιοι δὲ, ἐν θαλάττῃ γίγνονται· τινὲς δ' ἐν λιμνοθαλάτταις καλουμέναις, ἢ ὅλως ἐν ἐπιμίκτοις ὕδασιν, ἔνθα ποταμοῦ μεγάλου στόμα συνάπτεται θαλάττῃ. πάμπολυ τοίνυν ἀλλήλων διαφέρουσιν οἱ κατὰ μέρος, ὥσπερ γε καὶ οἱ κέφαλοι, καὶ αἱ σμύραιναι· καὶ οἱ ὀνίσκοι δὲ, τούτων μὲν ἧττον, οὐ σμικρῷ δ' ἀλλήλων οὐδ' οὗτοι παραλλάττουσιν. οὐ μὴν ὁμοίως δὲ μαλακὴν ἔχουσι σάρκα τούτοις, καὶ τοῖς πετραίοις ἰχθύσιν, οἱ κωβιοί· C καθάπερ οὐδὲ σκινίδες, ἢ σκίαιναι, διττῶς γὰρ ὀνομάζονται. περὶ δὲ τῶν κιθάρων, καὶ πάνυ θαυμάζω τοῦ Φιλοτίμου· παραπλήσιος γὰρ ὢν ὁ ῥόμβος, αὐτῶν μαλακωτέραν ἔχει τὴν σάρκα, τῶν ὀνίσκων ἀπολειπόμενος οὐκ ὀλίγῳ· καὶ τούτους οὖν καὶ τοὺς ἠπάτους καλουμένους, καὶ τοὺς ἄλλους, ὅσους ἔμιξε τοῖς πετραίοις τε, καὶ τοῖς ὀνίσκοις ὁ Φιλότιμος, ἐν τῷ μέσῳ καθεστηκέναι γίνωσκε τῶν τ' ἁπαλοσάρκων, καὶ τῶν σκληροσάρκων. οὔπω μὲν γάρ εἰσι σκληρόσαρκοι, τῶν ἀκριβῶς δὲ ἁπαλοσάρκων ἀπολείπονται. παρέλιπε δ' ἐν τούτοις ὁ Φιλότιμος, καὶ τὸ βούγλωττον, ὥσπερ ἐν τοῖς πετραίοις τὸν σκάρον, D εἰ μή τι ἄρα τῷ τῆς ψήττης ὀνόματι καὶ κατὰ τῶν βουγλώττων ἐχρήσατο, παραπλήσια μὲν γάρ πώς ἐστιν, οὐ μὴν ἀκριβῶς ὁμοειδῆ, βούγλωττόν τε καὶ ψῆττα· μαλακώτερον γάρ ἐστι, καὶ ἥδιον εἰς ἐδωδὴν, καὶ πολύ τι βέλτιον, τὸ βούγλωττον τῆς ψήττης. ἀλλὰ καὶ οἱ σαῦροι μέσοι πώς εἰσι τῶν ἁπαλοσάρκων τε καὶ σκληροσάρκων, οὐ μὴν δεῖταί γέ τις τῶν εἰρημένων ἰχθύων, οὔτ' ὄξους, οὔτε νάπυος, οὔτ' ὀριγάνου, καθάπερ οἱ λιπαροὶ, καὶ γλίσχροι, καὶ σκληροί, καὶ μέντοι καὶ χρῶνται, τινὲς μὲν ταγηνίζοντες αὐτοὺς, τινὲς δὲ ὀπτῶντες, οἱ δὲ ἐν ταῖς λοπάσι σκευάζοντες, ὥσπερ τοὺς ῥόμβους τε καὶ κιθάρους· E ἀλλ' αἱ μὲν τῶν μαγειρικῶν λοπάδων σκευασίαι τοὐπίπαν ἀπεψίας εἰσὶν αἰτίαι. κάλλισται δ' εἰσὶν εἰς πέψιν, αἱ διὰ τοῦ λευκοῦ ζωμοῦ. γίγνεται δὲ οὕτως, ὅταν ὕδατος δαψιλοῦς ἐμβληθέντος, ἐλαίου τις αὔταρκες ἐπιχέας, ἀνήθου τε, καὶ πράσου μικρὸν, εἶθ' ἡμιέφθους ποιήσας, ἐπιβάλλοι τοσοῦτον ἁλῶν, ὡς μηδέπω φαίνεσθαι τὸν ὅλον ζωμὸν ἁλμυρόν. αὕτη καὶ τοῖς νοσηλευομένοις ἐπιτήδειος ἡ σκευασία· τοῖς δ' ἀμέμπτως ὑγιαίνουσι, καὶ ἡ διὰ τοῦ ταγήνου, καὶ μετ' αὐτὴν, ἡ τῶν ἐπὶ τῆς ἐσχάρας ὀπτηθέντων· ἀλλ' αὕτη μὲν ἐλαίου καὶ γάρου δεῖται, μετὰ βραχέος οἴνου. F τοῖς δὲ ταγηνισθεῖσιν ἁρμόττει, πλέον ἔχειν, ἢ κατὰ τούτους, οἴνου τε καὶ γάρου, βραχέος ἐπιχυθέντος ἐλαίου. τοῖς δ' ἀνατρεπομένοις ἐπὶ τῷδε τὸν στόμαχον, ἕτοιμον ἔστω παρακείμενον ὄξος ὀλίγον ἔχον ἐν ἑαυτῷ γάρου τε καὶ πεπέρεως. μεταβαίνοντες γὰρ ἐπὶ τὴν διὰ τούτων ἐδωδὴν, ἄμεινόν τε πέττουσι, καὶ πρὸς τὴν διαχώρησιν οὐδὲν βλάπτονται,

Nam & ab ipsis statim fontibus magnus oritur, & purus perpetuò decliui rapidóque fluxu in ipsum vsque Tiberim profluit, nusquam prorsus ne tantillum quidem restagnans. Porrò qui propter consuetudinem vernaculos pisces experientia habent exploratos, iis memoratis paulò ante indiciis ad ipsos dignoscendos nihil opus fuerit; quibus verò eorum vsus est insolitus, siue ex alia ciuitate eo migrarint, siue sint incolæ, hæc omnia statim initio expendant prius, quàm à propria experientia ad cognitionem naturæ singulorum piscium adducantur. Non igitur oportebat Philotimum simpliciter de omnibus tenera carne præditis piscibus simul tractare, neque saxatiles aliis indiscriminatim permiscere: hi namque semper sunt optimi: quod asellis minimè contingit, nec murænis, vt ne gobionibus quidem. Etenim quidam ex his in fluuiis & stagnis: alij autem in mari nascuntur: alij in stagnis maritimis quæ vocant, aut omninò in aquis permixtis, vbi magni fluuij ostium mari committitur. Plurimùm certè particulatim inter se dissident, vt mugil & muræna: aselli vero his quidem minus verumtamen hi quoque inter se non mediocriter discrepant. Cæterùm gobiones non perinde mollem ac isti & saxatiles pisces carnem habent, veluti nec vmbræ, quæ σκινίδες, aut σκίαιναι duplici nomine appellantur. Quòd verò ad citharos attinet Philotimum vehementer miror: quibus quum rhombus sit assimilis, carnem tamen habet ipsis molliorem, quum interim asellis longè sit inferior. Et hos igitur & alios, quos vocant iecorarios: atque alios quos Philotimus saxatilibus & asellis permiscuit: scito in medio esse piscium duræ carnis ac mollis: nam nondum duræ quidem carnis sunt, & ab iis qui exactè sunt molles, relinquuntur: quibus & soleam Philotimus non annumerauit: vt nec saxatilibus scarum, nisi sanè passeris nomine soleam intelligat: similes enim quodammodo inter se sunt passer & solea, non tamen omninò eiusdem sunt speciei: solea enim mollior est & cibo suauior ac in totum præstantior quàm passer: quin & lacerti medij quodammodo sunt inter pisces carnis mollis ac duræ: nullus tamen memoratorum piscium aceto, aut sinapi, aut origano indiget: veluti pingues, lenti ac duri. Quidam etiam frixis iis in sartagine vescuntur, alij assant, aut in patinis condiunt, vt rhombos, & citharos: verùm hi coquorum in patinis apparatus, cruditatis in totum sunt causæ. Ad coquendum autem sunt præstantissimi qui ex albo iure fiunt, quod ad hunc modum fit. Copiosam aquam primùm iniice: deinde olei quod satis fit, affundito cum pauco anethi & porri: deinde, quum pisces semicocti fuerint, salis tantùm inspergito, quoad totum ius salsum nondum appareat. Hæc præparatio vel ægrotis ipsis est accommoda. Quibus verò inculpata est sanitas, iis piscium in sartagine frixorum, secundo loco super craticula assorum præparatio est accommoda: verùm hæc sanè oleum garúmque cum pauco vino exposcit: frixis vero plus vini garíque addere conuenit, minus olei. Quod si quibus id stomachum subuertat, paratum habeant acetum, modicum in se gari piperísque continens: qui enim ad id condimentum transeunt, melius concoquunt & deiectio nihil eis deterius procedit:

cuius

cuius potissimùm gratia ex vino & garo quidam frixos pisces mandunt, plerisque piper immittentibus, pauci oleum, nonnulli autem ex memoratis piscibus, quum frixi fuerint, pauco sale inspersi, in cibo simul sunt suauissimi: præterea ad coquẽdum fiunt meliores ac stomacho vtiliores, quàm si alio quouis modo essent apparati. Omnium autem memoratorum piscium alimẽtum hominibus otiosis, senibus, imbecillibus, & ægrotis est accõmodatissimum: qui vero corpus exercent, cibos postulant firmiores, de quibus supra disseruimus. Diximus autem sæpenumero molles & friabiles cibos ad sanitatem maximè cõferre, quod ij omnium optimi sint succi: nihil enim est quod ad firmam valetudinem tuendam adeo conferat, quàm succus bonus.

CAPVT XXXI.

De Piscibus duræ carnis.

DE his quoque in secundo de alimentis Philotimus ad verbum sic scripsit: *Dracones, cuculi, musteli, scorpij, pagri, ad hæc trachuri, & muli, ac rursum cernuæ, glauci, scari, canes, congri, ac lamiæ, libellæ, omnésque duræ carnis pisces, ægrè conficiuntur, succósque crassos & salsos in corpus distribuunt.* Hæc quidem Philotimi sunt verba; nos vero singula eius dicta ab ipso initio expendamus. Dracones quidem ac cuculi omnibus iis qui ipsis vescuntur, duram habere carnem manifestè apparent. Mustelorum vero non vna est species, nam qui piscis apud Romanos in maximo est pretio, quem galexiam appellant, ex genere est mustelorum: qui neque in Græco quidem mari vsquam nasci videtur: quæ causa est cur Philotimus ipsum ignorasse videatur: hoc tamen nomen in exemplaribus dupliciter scriptum inuenitur, in quibusdam enim γαλεοὶ per tres syllabas, in aliis γαλεώνυμοι per quinque. Et liquet sanè celebrem illum apud Romanos galexiam, in eorum numero qui molli carne constant, esse habendum: reliqui vero musteli dura magis carne sunt præditi. Deinceps autem Philotimus scorpium, trachurum, mulum, cernuam, glaucum, inter duræ carnis pisces rectè connumerat: in eo autem peccat quod scarum (qui piscis est saxatilis) illis accenset. Post hæc autem canem ascribit, quem in cetaceorum genere numerare oportebat, vt qui carnem duram habeat atque excrementitiam. Quapropter ipso in partes secto ac salito, vulgares homines vescuntur: ingrati enim est saporis ac mucosus: ideoque cum sinapi & oxelæo, atque id genus acribus condimentis eum mandunt. Ex hoc item genere sunt balænæ & delphini & phocæ. Ad quos proximè magni thunni accedunt: quanquam non æquè ac prædicti in cibo sunt iucundi insuaues enim sunt hi, & præsertim recentes, nam salsi euadunt meliores, thunnorum autem caro, qui & ætate & corporis mole sunt minores, non perinde dura est, eóque hi faciliùs quoque concoquuntur: & iis adhuc magis pelamides quæ salæ conditæ laudatissimis salsamentis non cedunt: plurimæ hæ ex Ponto aduehuntur, iis duntaxat quæ ex Sardinia atque Iberia importantur, inferiores. Hoc namque salsamentum iure in summo pretio habetur, tũ propter voluptatem, tum propter carnis mollitiem: vocatur autem passim vsitato nomine salsamentum Sardicũ:

A δ' ἣν μάλιστά τινες ἐξ οἴνου καὶ γάρου, ταγηνισθέντα προσφέ-
ρονται, πεπέρεως μὲν, ἐπεμβάλλοντες οἱ πλείους, ὀλίγοι δ'
ἐλαίου. τινὲς δ' ἐκ τῶν εἰρημένων ἰχθύων, ἐπειδὰν ταγηνισθῶ-
σιν ὀλίγοις ἁλσὶ περιπασθέντες, ἥδιστοί τε ἅμα βρωθῆναι, καὶ
πεφθῆναι γίνονται βελτίους, εὐστομαχώτεροί τε πάσης ἄλλης
σκευασίας. ἁπάντων δὲ τῶν εἰρημένων ἰχθύων ἡ τροφὴ καλλίστη,
τοῖς τε μὴ γυμναζομένοις ἐστὶ, καὶ γέρουσι, καὶ ἀσθενέσι, καὶ
τοῖς νοσηλευομένοις· οἱ γυμναζόμενοι δὲ, τροφιμωτέρων ἐδε-
σμάτων δέονται, περὶ ὧν ἔμπροσθεν εἴρηται. λέλεκται δ' ἤδη
πολλάκις, ἡ μαλακὴ καὶ ψαθυρὰ τροφὴ πρὸς ὑγείαν ὑπάρχειν
B ἀρίστη, διότι καὶ εὐχυμοτάτη πασῶν ἐστιν· οὐδὲν δ' εὐχυμίας,
εἰς ὑγείαν ἀσφαλῆ, μεῖζον ἐφόδιον.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΛΑ'.

Περὶ τῶν σκληροσάρκων ἰχθύων.

ΚΑὶ περὶ τούτων ἔγραψεν ὁ Φιλότιμος κατὰ λέξιν οὕτως,
ἐν τῷ δευτέρῳ περὶ τροφῆς· δράκοντές τε καὶ κόκκυγες,
καὶ γαλεώνυμοι, καὶ σκορπίοι, καὶ φάγροι, καὶ πρὸς τούτοις
ἔτι καὶ τραχοῦροι, καὶ τρίγλαι, καὶ πάλιν ὀρφοί τε καὶ γλαῦκοι, καὶ
C σκάροι, καὶ κύνες, καὶ γόγγροι, καὶ λάμιαι, καὶ ζύγαιναι, καὶ
πάντες οἱ σκληρόσαρκοι, δυσκατέργαστοί τ' εἰσὶ, καὶ παχεῖς, καὶ
ἁλυκοὺς ἀναδιδόασι χυμούς. αὕτη μὲν ἡ τοῦ Φιλοτίμου ῥῆσις.
ἐπισκεψώμεθα δ' ἕκαστον τῶν κατ' αὐτὴν εἰρημένων ἀπὸ τῆς
ἀρχῆς. οἱ μὲν οὖν δράκοντες, καὶ οἱ κόκκυγες, ἐναργῶς ἅπασι
φαίνονται τοῖς προσενεγκαμένοις αὐτοὺς, σκληρὰν ἔχοντες τὴν
σάρκα· τῶν γαλεῶν δ', οὐχ ἓν εἶδός ἐστιν, ὁ γάρ τοι παρὰ Ῥω-
μαίοις ἐντιμότατος ἰχθῦς, ὃν ὀνομάζουσι γαλεξίαν, ἐκ τοῦ
τῶν γαλεῶν ἐστι γένους, ὃς οὐδὲ γίνεσθαι δοκεῖ κατὰ τὴν Ἑλληνι-
κὴν θάλασσαν, καὶ κατὰ τοῦτό γε, καὶ ὁ Φιλότιμος αὐτὸν ἠγνοηκέναι
D φαίνεται· γέγραπται μέν τοι διττῶς, ἐν τοῖς ἀντιγράφοις τοὔνο-
μα, γαλεοὶ μὲν ἐν τρισὶ συλλαβαῖς κατ' ἔνια, γαλεώνυμοι δ'
ἐν πέντε κατ' ἄλλα. καὶ δηλονότι τῶν ἁπαλοσάρκων ἐστὶν, ὁ πα-
ρὰ τοῖς Ῥωμαίοις ἔνδοξος γαλεξίας, οἱ δ' ἄλλοι γαλεοὶ, σκλη-
ρόσαρκοι μᾶλλόν εἰσι. σκορπίους δ' ἐφεξῆς, καὶ τραχούρους,
καὶ τρίγλας, ὀρφούς τε καὶ γλαύκους, ὁ Φιλότιμος ἐν τοῖς σκλη-
ροσάρκοις ὀρθῶς καταλέγει· σκάρους δ' αὐτοῖς συγκαταριθμῶν,
ἁμαρτάνει, τῶν πετραίων ἰχθύων ὄντας. ἑξῆς δὲ κύνας ἔγραψεν,
οὓς ἐν τοῖς κητώδεσιν ἐχρῆν ἠριθμεῖσθαι, σκληρὰν καὶ περιττω-
ματικὴν ἔχοντας τὴν σάρκα, καὶ διὰ τοῦτο, τεμαχιζομένους τε
E καὶ ταριχευομένους, ἐδωδήν τε ὄντας ἀνθρώπων τῶν ἐπιτυ-
χόντων, καὶ γὰρ ἀηδεῖς εἰσι καὶ βλεννώδεις, καὶ διὰ τοῦτο, καὶ
διὰ νάπυός τε καὶ ὀξελαίου, καὶ τῶν οὕτω δριμέων ὑποτρίμ-
ματος, αὐτοὺς ἐσθίουσιν. ἐκ τούτου δὲ τοῦ γένους εἰσὶ καὶ φάλαι-
ναι, καὶ δελφῖνες, καὶ φῶκαι· πλησίον δ' αὐτῶν ἥκουσι καὶ οἱ
μεγάλοι θύννοι, καί τοι τῇ γ' ἡδονῇ τῆς ἐδωδῆς, οὐχ ὅμοιοι τοῖς
προειρημένοις ὄντες· ἀηδεῖς γὰρ ἐκεῖνοι καὶ μάλιστα πρόσφα-
τοι, ταριχευθέντες δ' ἀμείνους γίνονται τῶν ἐλαττόνων θύννων,
κατά τε τὴν ἡλικίαν, καὶ τὸ μέγεθος, οὐχ ἡ σὰρξ ὁμοίως
σκληρὰ, καὶ πεφθῆναι δηλονότι βελτίους εἰσὶ, καὶ τούτων ἔτι
F μᾶλλον αἱ πηλαμίδες, αἳ καὶ ταριχευθεῖσαι τοῖς ἀρίστοις τα-
ρίχοις ἐνάμιλλοι γίνονται. πλεῖσται δ' ἐκ τοῦ Πόντου κομί-
ζονται τῶν ἐκ τῆς Σαρδοῦς τῶν ἐκ τῆς Ἰβηρίας μόνων ἀπο-
λειπόμεναι. ἐντιμότατον γὰρ δὴ τοῦτο τὸ τάριχόν εἰκότως ἐστὶν,
ἡδονῆς τε καὶ μαλακότητος ἕνεκα τῆς σαρκὸς, ὀνομάζεται δὲ συ-
νήθως ὑπὸ τῶν πάντων ἤδη τὰ τοιαῦτα τάριχη, Σάρδα,

μετὰ δὲ σάρδας τε καὶ πηλαμύδας, οἱ ἐκ τοῦ Πόντου κομιζόμενοι μύλοι, μᾶλλον τετίμηνται, καὶ μετ' αὐτοὺς οἱ κορακῖνοι. ταῦτα μὲν οὖν, ὡς ἐν παρέργῳ, περὶ τῶν ταριχευθέντων ἰχθύων εἰρήσθω. ζυγαινῶν δὲ καλῶς ἐμνημόνευσεν ὁ Φιλότιμος, ἐν τοῖς σκληροσάρκοις· ἐχρῆν δὲ καὶ τῆς ἀηδίας αὐτῶν μεμνῆσθαι, καθάπερ γε καὶ τῶν ἄλλων, οὓς ὅλως παρέλιπε· γόγγρους δὲ, καὶ φάγρους, καὶ λαμίας, καὶ ἀετοὺς, ὀρθῶς εἶπε σκληροσάρκους εἶναι, καὶ ἄλλοι δέ τινες, ὡς αὐτὸς ἔφη, τῶν σκληροσάρκων ἰχθύων εἰσίν, ὧν οὐκ εἶπε τὰς προσηγορίας, ὅτι μηδ' ἐν πολλῇ χρήσει τοῖς ἀνθρώποις εἰσίν, ὅθεν ἄμεινόν ἐστιν ἐπισκέψασθαι περὶ τῆς δυνάμεως αὐτῶν, ἐάσαντας τὰς προσηγορίας. ὅτι μὲν οὖν οἱ σκληρόσαρκοι δυσκατεργαστότεροι τῶν μαλακοσάρκων εἰσίν, ὀρθῶς εἶπεν ὁ Φιλότιμος. ἥτε γὰρ ἐν τῇ γαστρὶ πέψις, ἥτε καθ' ἕκαστον τῶν τρεφομένων μορίων ἐξομοίωσις, ἐπὶ μὲν τοῖς μαλακωτέροις, ῥᾴων ἐστίν, ἐπὶ δὲ τοῖς σκληροτέροις, χαλεπωτέρα· γίνεται γὰρ ἀλλοιουμένων αὐτῶν ταῦτα, ῥᾷον δ' ἀλλοιοῦται τὰ μαλακώτερα, διότι καὶ πάσχειν ἑτοιμότερα· πάθος δ' ἐστὶ τῶν ἀλλοιουμένων ἡ ἀλλοίωσις· ὀρθῶς οὖν εἶπεν αὐτοὺς δυσκατεργάστους εἶναι, ὀρθῶς δὲ καὶ παχέος χυμοῦ γεννητικούς· ἡ μὲν γὰρ σκληροτέρα τροφὴ, παχυτέραν ἔχει τὴν οὐσίαν, ἡ δὲ μαλακωτέρα, λεπτοτέραν. εἰ δὲ καὶ ἁλυκοὺς ἡ σκληρὰ τροφὴ τοὺς χυμοὺς ἐργάζεται, σκεπτέον ἐφεξῆς. ὁ μὲν γὰρ Φιλότιμος, ὥσπερ γε καὶ ὁ διδάσκαλος αὐτοῦ Πραξαγόρας, τὸν ἁλυκὸν χυμὸν, ἐκ τῶν ἐπὶ πλέον θερμαινομένων γίνεσθαί φησιν. ἐμοὶ δ' οὐχ ἁπλῶς δοκεῖ δεῖν, ἀλλὰ μετὰ διορισμοῦ ποιεῖσθαι τὴν ἀπόφασιν. ἐπεὶ δὲ κοινὸς ὁ λόγος ἐστὶν ἁπάντων τῶν σκληρῶν ἐδεσμάτων, ἴδιον αὐτῷ κεφάλαιον ἀποδόντες, ἐφεξῆς σκεψόμεθα.

A Poſt ſardas autem ac pelamides, myli qui ex Ponto afferuntur, præcipuè commendantur, poſt ipſos verò ſunt graculi. Hæc itaque velut obiter de ſalitis piſcibus ſint dicta. Libellarum porrò haud perperam Philotimus inter piſces duræ carnis meminit; verùm vnà etiam earum inſuauitatis mentionem facere oportebat ceu aliorum quoque quos omninò prætermiſit; congrum verò, pagrum, lamiam & aquilam, rectè duram carnem habentibus annumerauit. Súntque alij quidam piſces, vt ipſe inquit, duræ carnis, quorum nomina ſuppreſſit, quod eis homines raro vtantur, quare ſatius eſt nos quoque omiſſis nominibus, B ipſorum facultates inquirere. Haud ergo malè cenſuit Philotimus, duræ carnis piſces ægriùs quàm mollis confici. Siquidem tum concoctio quæ in ventriculo fit, tum in ſingulis corporis partibus alendis aſſimilatio, in mollioribus quidem faciliùs: in durioribus vero ægriùs fit. Illa namque fiunt quum hæc alterantur: porro quæ molliora ſunt, ea faciliùs alterantur, quod faciliùs etiam patiantur: eorum autem quæ alterantur, paſſio eſt alteratio. Proinde rectè dixit piſces duræ carnis ægrè confici: rectè etiam craſſum ſuccum gignere: durior namque cibus craſ- C ſiorem habet ſubſtantiam, vt mollior tenuiorem. An vero ſalſum quoque ſuccum dura cibaria procreent, deinceps erit conſiderandum. Philotimus namque vt & eius præceptor Praxagoras, ſalſum ſuccum ex iis quæ ſupra modum caleſiunt, generari tradit. Mihi vero non ſimpliciter, ſed cum diſtinctione id pronunciandũ videtur. Quoniam vero ſermo hic ad omnia dura cibaria communiter pertinet, proprio illum capite ſeorſum deinceps diſcutiemus.

D

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΛΒ'.

Περὶ τοῦ εἰ τὰ σκληρὰ πάντα κατὰ τὴν ἕψησιν, ἁλυκοὺς γεννᾷ χυμούς.

Οὐ μόνον ἐπὶ τῶν ἰχθύων τῶν σκληροσάρκων, ἀλλὰ καὶ τῶν ἄλλων ἁπάντων ἐδεσμάτων, ὅσα σκληρὰ, Πραξαγόρας καὶ Φιλότιμος, οἴονται τὸν ἁλυκὸν γεννᾶσθαι χυμὸν ἐν τῇ ἐπὶ πλέον ἑψήσει, ὀνομάζουσι δ' αὐτὸν οὐχ ἁλυκὸν μόνον, ἢ ἁλμυρὸν, ἀλλὰ καὶ νιτρώδη. ἐγὼ δ' ὁρῶ, τὸ μὲν ἀφέψημα τῶν πλείστων, εἰ δὲ βούλει καὶ πάντων, ἐφ' ὅσον ἂν ἕψηται χρόνον, ἁλυκώτερον ἀεὶ γινόμενον, ὕστερον δέ ποτε καὶ πικρὸν, ὡς αὐτοὶ βούλονται· τὸ μέντοι στερεὸν σῶμα, τὸ κατὰ τὸ ὕδωρ ἑψηθὲν, ἀποτιθέμενον ἐν ἐκείνῳ τὰς ἐξ ἀρχῆς ὑπαρχούσας αὐτῷ ποιότητας, ὡς ἐν τῷ χρόνῳ, τὸ καλούμενον ἄποιόν τε καὶ ὑδατῶδες γίνεσθαι, μήτ' ἁλυκότητος ἔχον τι, μήτε πικρότητος, ἢ δριμύτητος, ἢ στύψεως. ἐναργέστερον δ' εἴσῃ τοῦ λεγομένου τὴν ἀλήθειαν, ἐάν ποτε εἰς ἄλλο μεταβάλλων ὕδωρ, ἕψῃς ὅπερ ἂν θέλῃς. εὑρήσεις μὲν γὰρ αὐτὸ τὸ ἑψόμενον, ἀποβαλὸν τὴν οἰκείαν ποιότητα, τὸ δὲ ὕδωρ ἐπιδεδεγμένον αὐτήν. θέρμοι μὲν οὖν, τῶν Δημητρείων ἐδεσμάτων ὄντες, πικρὸν ἐργάζονται τὸ ὕδωρ, ὅτι καὶ αὐτοὶ τὴν πικρὰν ποιότητα σύμφυτον ἔχουσιν· οὕτω δὲ καὶ ὄροβοι, καὶ ἀψίνθιον, καὶ ἀβρότονόν τε, καὶ πόλιον, ὅσα τ' ἄλλα πικρά· τὸ σῶμα δ' αὐτὸ τὸ ἀφεψηθὲν, ἧττον φαίνεται πικρόν. εἰ δὲ καὶ μεταβάλλων εἰς ἕτερον ὕδωρ, αὖθις πάλιν ἑψήσεις, ὡς ἀρτίως εἶπον, ἔτι καὶ μᾶλλον, ἢ πρόσθεν, εὑρήσεις ἀποβεβληκότα τὴν πικρότητα. κἂν εἰ τρίτον, ἢ τέταρτον,

CAPVT XXXII.

An dura omnia per decoctionem ſalſos ſuccos gignant.

NOn ſolum in piſcibus duræ carnis, ſed in aliis etiam omnibus duris cibis, Praxagoras & Philotimus ſalſum humorem ex diuturniori decoctione gigni arbitrantur: quem non ſalſum modo, ſed etiam nitroſum appellant. Equidem comperio plurimorum, aut ſi vis, etiam omnium decoctum quandiu coquitur, ſalſius ſemper euadere: E poſt autem aliquando (vt & ipſi volunt) amarum. Nam corpus ipſum ſolidum quod in aqua elixatur, qualitates quæ initio ſibi inerat, in ea deponit, ita vt tandem inſipidum quod vocant, & aquaſum euadat, neque quicquam ſalſedinis, aut amaritudinis, aut acrimoniæ, aut aſtrictionis habeat. Clarius autem huiuſce rei veritatem intelliges, ſi quando quod elixas in aliã aquã transfuſum, rurſus elixaueris; inuenies namque id quod decoquitur propriam amiſiſſe qualitatem, aquam autem eam in ſe recepiſſe: quamobrem lupini qui ex cerealibus ſunt cibis, aquam amaram F efficiunt, quod & ipſi qualitatem amaram habeant congenitam: ſic & eruum & abſynthium, abrotonum, polium, & alia omnia amara: at ſolidum corpus quod decoquitur, minus amarum apparet. Quod ſi in aliam aquam transfundens, rurſus (vt paulo ante dixi) decoxeris, magis etiam quàm ante amarorem abieciſſe deprehendes. Quod ſi tertio aut quarto in aliam

in aliam aquam transfuderis, magis adhuc id accidet quàm prius; adeo vt tandem omnem prorsus amaritudinem deponat. Ad eundem modum quæ acria sunt, vt allium, cæpa, porrum, aquam in qua elixa fuerint manifestè acrem efficiunt, suum autem proprium corpus minus acre habent. Quòd si subinde in aliam aquam transmutaris, omnem prorsus acrimoniam deponent. Quin etiam mala acerba, mespila, & pyra syluestria, quantò magis coquas, tantò dulciora ipsa efficias; ipsum verò decoctum acerbum efficitur; si verò succos ipsos solos per se coxeris, primùm quidem salsiores, postea autem amari etiam fiunt. Quamobrem quod ad succos attinet, Praxagoram ac Philotimum rectè sensisse (vt diximus) est concedendum; de solidis verò corporibus res aliter habent ac censuerunt. Nam si vt paulò ante diximus, ex prima aqua in secundam ipsa transferas, & post illam rursus in tertiam, aut etiam quartam, comperies ea prorsus priorem succum deposuisse adeo, vt degustantibus aquea insipidáque appareant; quòd si aquam non mutes, primo quidem decoctum necessariò salsius apparebit, postea verò amarum. Verùm ius ipsum in primis Praxagoram fefellisse videtur, quod per elixationem salsius redditur, non intelligentem quòd sale aut garo statim initio condituræ in aquam iniecto, necessario procedente coctione succus salsior quàm antè efficitur; quemadmodum etiam si nulla alia re immissa, puræ ac dulcissimæ aquæ salis minimum permisceas; nam ea quoque feruefacta salsior redditur; & quid mirum, quum ipsa aqua optima diutius decocta salsam qualitatem tandem assumat?

CAPVT XXXIII.

De animalibus quibus testa pro cute est.

QVum id quod totum corpus ceu vestimentum quoddam cuique natiuum ambit, cutis appelletur, eique buccinarum, purpurarum, ostreorum, hiatularum, & aliorum id genus tegumentum proportione respondeat, idcirco hæc animalia ostracoderma appellant: tegumentum enim quod extrinsecus ipsis est circundatum, testæ aut lapidi palam est simile. Omnibus porrò eiusmodi est commune, vt salsum in carne succum contineant qui aluum subducit; quod seorsum vnicuique magis minúsve inest, pro qualitatis ac quantitatis ratione. Siquidem ostrea inter alia testacea carnem habent mollissimam; paruæ autem hiatulæ, vertebræ, vngues, purpuræ, buccinæ, omniáque huiusmodi, duram. Non abs re igitur ostrea quidem aluum valentiùs subducunt, corpus autem imbecillius nutriunt; duriora verò difficiliùs quidem concoquuntur, sed magis nutriunt. Verùm hæc quidem omnia elixantur; ostrea verò citra elixationem mandunt; quidam autem etiam in sartagine frigunt. Quemadmodum autem ex testaceis animalibus quæ dura sunt, carnem ad coquendum ita etiam ad corrumpendum habent difficilem; ob eámque causam ea sæpe iis exhibemus, quibus cibi in ventriculo ob prauos succos corrumpuntur, siue ex iecore in eum confluant, siue in ipsius tunicis contineantur.

A εἰς ὕδωρ ἕτερον μεταβάλλοις, ἔτι μᾶλλον ἢ πρόσθεν, ὥστ' ἐν τῷ χρόνῳ πᾶσαν ἀποθέσθαι τὴν πικρότητα. κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν τρόπον ὅσα δριμέα, καθάπερ σκόροδα, καὶ κρόμμυα, καὶ πράσα, τὸ μὲν ὕδωρ ἐφ' ᾧπερ ἑψηθέντα τύχῃ, σαφῶς δριμὺ ἐργάζεται, τὴν δὲ αὐτῶν οὐσίαν, ἧττον ἔχει δριμεῖαν. εἰ δ' ἄλλοτε εἰς ἄλλο μεταβάλλοις ὕδωρ αὐτά, παντάπασιν ἀποτίθεται τὴν δριμύτητα. καὶ μὴν καὶ τὰ μῆλα τὰ στρυφνά, μέσπιλά τε καὶ ἀχράδες, εἰς ὅσον ἂν ἕψωνται, γλυκύτερα μὲν αὐτὰ γίγνεται, τὸ ἀφέψημα δὲ στρυφνὸν ἀπεργάζεται, τοὺς χυλοὺς δ' αὐτοὺς μόνους ἂν ἑψήσῃς, ἁλυκώτεροι μὲν τὸ πρῶτον, ὕστερον δὲ καὶ B πικροὶ γίνονται. διὸ περὶ μὲν τῶν χυλῶν, συγχωρητέον ἐστὶ, τῷ τε Πραξαγόρᾳ καὶ τῷ Φιλοτίμῳ γινώσκουσιν, ὡς εἴρηται. περὶ δὲ τῶν στερεῶν σωμάτων, ἔμπαλιν ἔχειν ἡγητέον. εἰ γὰρ, ὡς ὀλίγον ἔμπροσθεν εἶπον, ἐκ τοῦ πρώτου μεταβάλλοι τις εἰς δεύτερον ὕδωρ αὐτά, καὶ μετ' ἐκεῖνο πάλιν εἰς τρίτον, ἢ καὶ τέταρτον, ἀποβάλλοντα τελέως εὑρήσει τὸν ἐξ ἀρχῆς χυμόν, ὡς γευομένοις ὑδατώδη τε καὶ ἄποια φαίνεσθαι· μὴ μεταβληθέντων δ' εἰς ἕτερον, ἀναγκαῖόν ἐστιν ἁλυκώτερον μὲν πρῶτον, ὕστερον δὲ, καὶ πικρὸν γίνεσθαι τὸ ἀφέψημα. μάλιστα δὲ ὁ ζωμὸς ἐξηπατηκέναι μοι τοὺς περὶ τὸν Πραξαγόραν φαίνεται, ἁλυκώ- C τερος ἐν τῷ τῆς ἑψήσεως χρόνῳ γινόμενος, οὐκ ἐννοοῦντας, ὡς ἁλῶν ἢ γάρου, κατὰ τὴν ἐξ ἀρχῆς ἄρτυσιν ἐμβεβλημένων εἰς τὸ ὕδωρ, ἀναγκαῖόν ἐστι προερχομένης τῆς ἑψήσεως, ἁλυκώτερον ἑαυτοῦ γίνεσθαι τὸν χυμόν, ὥσπερ εἰ καὶ χωρὶς τοῦ ἕτερον ἐμβάλλειν τι σῶμα, βραχύτατον ἁλῶν ἀναμίξαις ὕδατι καθαρῷ τε καὶ γλυκυτάτῳ· καὶ γὰρ καὶ τοῦτο θερμαινόμενον, ἁλυκώτερον γίγνεται· καὶ τί θαυμαστόν; αὐτὸ γὰρ ἐπὶ πλέον ἑψόμενον ὕδωρ τὸ κάλλιστον, ἁλυκὴν ἐν τῷ χρόνῳ ποιότητα προσλαμβάνει.

D

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΛΓ'.

Περὶ τῶν ὀστρακοδέρμων ζώων.

Ἐπειδὴ τὸ περιέχον ὅλον τὸ σῶμα, καθάπερ ἀμφίεσμά τι σύμφυτον ἑκάστῳ, καλεῖται δέρμα, κατ' ἀναλογίαν δ' αὐτῷ, τὸ κατὰ τοὺς κήρυκάς ἐστι, καὶ τὰς πορφύρας, ὄστρεά τε καὶ χήμας, ὅσα τ' ἄλλα τοιαῦτα, διὰ τοῦτο καλοῦσιν ὀστρακόδερμα ταῦτα τὰ ζῶα· σαφῶς οὖν ὀστράκῳ παραπλήσιον, ἢ λίθῳ, τὸ ἔξωθεν αὐτοῖς περικείμενον σκέπασμά ἐστι. κοινὸν μὲν οὖν ἁπάντων τῶν E τοιούτων, ἁλυκὸν χυμὸν ἔχειν ἐν τῇ σαρκὶ, λαπακτικὸν τῆς γαστρός· ἴδιον δ' ἑκάστῳ τὸ μᾶλλόν τε καὶ ἧττον ἐν τούτῳ κατά γε ποιότητα, καὶ ποσότητα. τὰ μὲν γὰρ ὄστρεα, μαλακωτάτην ἔχει τῶν ἄλλων ὀστρακοδέρμων, τὴν σάρκα· τὰ δὲ σμικρὰ χημία, καὶ οἱ σφόνδυλοι, καὶ οἱ σωλῆνες, καὶ αἱ πορφύραι, καὶ οἱ κήρυκες, ὅσα τἆλλα τοιαῦτ' ἐστι, σκληράν. εἰκότως οὖν ὑπάγει μὲν ἐκεῖνα τὴν γαστέρα μᾶλλον, ἧττονα τροφὴν διδόντα τῷ σώματι· τὰ δὲ σκληρότερα, δυσπεπτότερα μέν ἐστι, τρέφει δὲ μᾶλλον· ἀλλὰ ταῦτα μὲν, ἕψεται πάντα, τὰ δὲ ὄστρεα, F χωρὶς ἑψήσεως ἐσθίουσιν, ἔνιοι δὲ καὶ τηγανίζουσιν. ὥσπερ δὲ δύσπεπτον ἔχει τὴν σάρκα τῶν ὀστρακοδέρμων ζώων, οὕτως καὶ δυσδιάφθαρτον, αἱρούμεθά τε καὶ διὰ τοῦτο διδόναι πολλάκις αὐτὰ τοῖς διαφθείρουσιν ἐν τῇ κοιλίᾳ τὴν τροφὴν, ὑπὸ κακοχυμίας, ἤτοι γ' ἐξ ἥπατος εἰς αὐτὴν καταρρεούσης, ἢ περιεχομένης ἐν τοῖς χιτῶσιν αὐτῆς.

A ἔχει δὲ πάντα μὲν, ὡς εἶπον, ἁλυκὸν χυμὸν, ὑπακτικὸν τῆς γαστρὸς, ἧττον μέν τοι τῶν ὀστρέων τὰ σκληρόσαρκα, διὸ καὶ διδόαμεν αὐτὰ τοῖς διαφθείρουσι τὴν τροφὴν, ἕψοντες δὶς καὶ τρὶς ἐν ὕδατι καλλίστῳ, μεταθέντες εἰς τὸ καθαρὸν, ὅταν ἤδη τὸ πρότερον ἁλμυρὸν φαίνηται. γίνεται δ' ἐξ αὐτῶν ὁ καλούμενος ὠμὸς χυμὸς πάμπολυς, ἐκ δὲ τῶν μαλακοσάρκων, τὸ φλέγμα. καθάπερ οὖν ἀποθεμένων αὐτῶν τὸν ἁλυκὸν χυμὸν, ὥσπερ ἡ σὰρξ δύσφθαρτος, οὕτω καὶ σταλτικὴ γίνεται τῆς γαστρὸς, ὡσαύτως εἰ ἐναρτύσας δι' ἁλῶν, ἢ γάρου, καθάπερ εἰώθασι τὰς χήμας, ἐκπίοι τις τὸν γινόμενον χυλὸν, ὑπαχθήσεται μὲν ἡ γαστὴρ ἱκανῶς, οὐδεμίαν δὲ τροφὴν ἐξ αὐτοῦ τὸ σῶμα B τοῦ ἀνθρώπου λήψεται.

Habent autem omnia, vt diximus, ſuccum ſalſum, ventri deijciendo idoneum, ſeu minùs quæ dura carne ſunt quàm oſtrea, proinde cibum corrumpentibus ea exhibemus bis térve in optima aqua elixantes, & quum prior ſalſa iam apparuerit, in aliam puram transferentes. Gignitur autem ex ipſis ſuccus crudus, quem vocant, plurimus; vt ex ijs quæ molli ſunt carne, pituita. Quemadmodum igitur quum ſuccum ſalſum exuerint caro ipſorum corruptu eſt difficilis & aluum ſiſtit, ita ſi quis ipſa ſale aut garo condierit (quo modo hiatulas ſolent) & ſuccum ex ipſis genitum ebiberit, venter quidem ei abundè deijcietur, corpus tamen nihil ex eo ſumet alimenti.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΛΔ'.

Περὶ τῶν μαλακοστράκων.

Ἀστακοὶ, καὶ πάγουροι, καὶ καρκῖνοί τε καὶ κάραβοι, καὶ καρίδες, καὶ καμμαρίδες, ὅσα τἆλλα, λεπτὸν ἔχει τὸ περιέχον ὄστρακον, ὅμοια δὲ τῇ σκληρότητι τοῖς ὀστρακοδέρμοις, ἧττον μὲν ἐκείνων ἔχει τὸν ἁλυκὸν χυμὸν, ἔχει δ' οὖν ὅμως οὐκ ὀλίγον. ἔστι δὲ σκληρόσαρκα κατὰ πάντα, καὶ διὰ τοῦτο δύσπεπτά τε, καὶ τρόφιμα, C προεψηθέντα δηλονότι κατὰ τὸ πότιμον ὕδωρ. ἔστι δὲ καὶ τούτων ἡ σὰρξ, ὥσπερ καὶ τῶν ὀστρέων, ἐπισχετικὴ τῶν κατὰ τὴν γαστέρα, ὅταν ἐναπόθηται τῷ ὕδατι τὸν ἁλυκὸν χυμὸν, ὡς εἴρηται προεψηθέντα, καὶ τοίνυν καὶ ταῦτα, δύσφθαρτα, τοῖς σκληροῖς τῶν ὀστρακοδέρμων ὡσαύτως ἐστί.

CAPVT XXXIV.

De Cruſtatis.

Aſtaci, paguri, cancri, locuſtæ, carides, gammari, ac id genus alia, tenui teſta concluduntur, duritiéque teſtaceis ſunt ſimilia, ſed minùs quàm illa ſalſi humoris continent, quanquam eum habent ſatis multum. Dura in totum carne conſtant; ideóque & ad coquendum ſunt difficilia & firmi alimenti, quum ſcilicet in aqua potulenta cocta prius fuerint. Horum quoque caro, vt oſtreorum quum cocta prius, vt dictum eſt, ſuccum ſalſum in aqua depoſuerit, aluum ſiſtit. Ægrè etiam corrumpuntur, non ſecus ac teſtacea quæ duram habent carnem.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΛΕ'.

Περὶ μαλακίων.

D Μαλάκια καλεῖται, τὰ μήτε λεπίδας ἔχοντα, μήτε τραχὺ, μήτε ὀστρακῶδες τὸ δέρμα, μαλακὸν δ' οὕτως, ὡς ἀνθρώποις· ἔστι δὲ ταῦτα, πολύποδές τε, καὶ σηπίαι, καὶ τευθίδες, ὅσα τἆλλα τούτοις ἔοικεν. ἁπτομένῳ μὲν οὖν, μαλακὸν φαίνεται, διὰ τὸ μήτε λεπιδωτὸν ἔχειν, μήτε τραχὺ, μήτε ὀστρακῶδες τὸ σκέπασμα· σκληρόσαρκα δ' ἐστὶ καὶ δύσπεπτα, καὶ βραχὺν ἐν ἑαυτοῖς περιέχοντα τὸν ἁλυκὸν χυμόν. εἰ μέν τοι πεφθείη, τροφὴν οὐκ ὀλίγην δίδωσι τῷ σώματι, πλεῖστον δ' οὖν καὶ ταῦτα τὸν ὠμὸν ἐργάζεται χυμόν.

CAPVT XXXV.

De Mollibus.

Mollia vocantur quæ neque ſquamas, neque aſperam cutim aut teſtaceam habent, ſed mollem inſtar humanæ; cuius generis ſunt polypi, ſepiæ, loligines, & alia quæ his ſunt ſimilia. Hæc certè, quoniam neque ſquameum, neq; aſperum, neque teſtaceum tegmen gerunt, mollia tangenti apparent, duræ tamen ſunt carnis, & ad coquendum difficilia, exiguúmque in ſe ſuccum ſalſum continentia. Si tamen concoquantur, alimentum non paucum corpori exhibebunt, cæterùm hæc quoque ſucci crudi plurimum gignunt.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Λϛ'. E

Περὶ σελαχίων.

Τραχὺ καὶ λαμπρὸν ἐν τῇ νυκτὶ τὸ δέρμα τῶν τοιούτων ἐστὶ ζώων. διὸ καί τινες ἀπὸ τοῦ σέλας ἔχειν, ὠνομάσθαι φασὶν αὐτὰ σελάχια. μαλακὴν δ' ἐν αὐτοῖς ἔχει τὴν σάρκα, νάρκη τε, καὶ τρυγών· ὥσπερ οὖν καὶ ἡδεῖαν, ὑποχωρεῖ τε κατὰ γαστέρα μετρίως, καὶ πεττομένην οὐ χαλεπῶς, ἀλλὰ καὶ τρέφει μετρίως, ὥσπερ γε καὶ τὰ ἄλλα πάντα τὰ μαλακόστρακα. κοινὸν δ' ἐν αὐτοῖς ἅπασίν ἐστι, πολυσαρκότερα τῶν μέσων μορίων τὰ κατὰ τὰς οὐρὰς εἶναι· μάλιστα δὲ τοῦθ' ὑπάρχει ταῖς νάρκαις. F ἔοικε γάρ τοι τὰ μέσα τῶν ζώων τούτων, οἷόν περ χόνδρον, τακερὸν ἐν αὐτοῖς ἔχειν· βάτοι δὲ, καὶ λειόβατοι, καὶ ῥῖναι, καὶ πάνθ' ὅσα τοιαῦτα, σκληρότερα καὶ δυσπεπτότερα, καὶ τροφὴν πλείονα τῷ σώματι παρέχοντα νάρκης τε καὶ τρυγόνος ἐστί.

CAPVT XXXVI.

De Cartilagineis.

Horum animalium cutis eſt aſpera ac noctu ſplendicans, ideóque nonnulli quia ſplendorem habeant, σελάχια ipſa aiunt fuiſſe nominata. Inter ipſa autem torpedo & paſtinaca carnem habent mollem ac iucundam, ceu & mediocriter per ventrem ſubeuntem, nec concoctu difficilem. Nutriunt item mediocriter, ceu alia quoque omnia quæ teſta molli ſunt prædita. Cunctis porrò id eſt commune, vt quæ partes ad caudam ſunt, medijs partibus ſint corpulentiores: id quod torpedinibus præcipuè ineſt. Nam horum animalium partes mediæ videntur in ſeipſis habere velut cartilaginem quandam tabidam, raia autem, leuiraia, ſquatina, omniáque huiuſmodi duriora ſunt, & concoctu difficiliora, alimentíque copioſioris quàm torpedo & paſtinaca.

A

CAPVT XXXVII.

De Cetaceis animalibus.

Diximus quidem iam ante de cetaceis animalibus quæ marina sunt; in quo numero sunt phocæ, balænæ, delphini, & libellæ, ac grandiores thunni, & præter illa canes, quæque his sunt similia. Nunc autem de ipsis quoque in summa dicendum, quod omnia eiusmodi duram & praui succi atque excrementitiam habent carnem; quapropter sale prius condientes, ipsis vtplurimum B vtuntur, alimentum, quod ex ipsis in corpus distribuitur, ea salitura tenuius efficientes, eoque coctioni & sanguini faciendo accommodatius. Nam recens horum caro, ni valdè probè concoquatur, crudorum succorum copiam magnam in venis congerit.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΛΖ΄.

Περὶ τῶν κητωδῶν ζώων.

Εἴρηται μὲν ἤδη καὶ πρόσθεν ὑπὲρ τῶν ἐν τῇ θαλάττῃ κητωδῶν ζώων, ἐξ ὧν εἰσιν αἵ τε φῶκαι, καὶ φάλαιναι, δελφῖνές τε καὶ ζύγαιναι, καὶ τῶν θυννῶν οἱ μεγάλοι, καὶ πρὸς αὐτοῖς οἱ κύνες, ὅσα τἄλλα τοιαῦτα. καὶ νῦν δὲ αὐτῶν ἐν κεφαλαίῳ λεκτέον, ὡς ἅπαντα τὰ τοιαῦτα, καὶ σκληρὰν, καὶ κακόχυμον ἔχει, καὶ περιττωματικὴν τὴν σάρκα. καὶ διὰ τοῦτο προταριχεύοντες αὐτὰ τοὐπίπαν, εἰς χρῆσιν ἄγουσι, λεπτομερεστέραν ἐργαζόμενοι τὴν ἐξ αὐτῶν ἀναδιδομένην τροφὴν εἰς τὸ σῶμα, καὶ διὰ τοῦτο πεφθῆναί τε δυναμένην θᾶττον, αἱματωθῆναί τε μᾶλλον. ἡ γάρ τοι πρόσφατος, ὅταν μὴ πάνυ καλῶς πεφθῇ, πλεῖστον ἐν ταῖς φλεψὶν ἀθροίζει τὸν ὠμὸν χυμόν.

CAPVT XXXVIII.

De Echinis marinis.

C Ex mulso eduntur hi & garo, alui subducendæ gratia; parantúrque in patinis, ouis, pipere, melléque iniectis. Imbecilli sunt alimenti, ac medij inter ea quæ humores extenuant, ac densant.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΛΗ΄.

Περὶ θαλασσίων ἐχίνων.

Καὶ δι' οἰνομέλιτος αὐτοὺς ἐσθίουσι, καὶ διὰ γάρου, γαστρὸς ὑπαγωγῆς ἕνεκεν· καὶ λοπάδας ἐξ αὐτῶν σκευάζουσιν, ἐπεμβάλλοντες ᾠῶν τε, καὶ πεπέρεως καὶ μέλιτος. ἔστι δὲ τῶν ὀλιγοτρόφων ἐδεσμάτων, καὶ μέσων τῆς κατὰ τὸ λεπτύνειν καὶ παχύνειν χυμοὺς δυνάμεως.

CAPVT XXXIX.

De Melle.

Omnis alimentorum materia hactenus duobus generibus est comprehensa; quorum alterum D quidem ipsorum à plantis, alterum verò ab animalibus sumebatur; ab vtroque verò ipsorum mel est secretum; oritur enim in plantarum folijs; est autem neque succus earum, neque fructus, neque pars, sed eiusdem est cum rore generis; non tamen assiduè, nec copiosè, vt ille prouenit. Memini aliquando, quum æstate super arborum, ac frutieum, herbarúmque folia mel quàm plurimum fuisset repertum, agricolas velut ludentes cecinisse, *Iuppiter melle pluit*. Præcesserat autem nox, vt per æstatem, bene frigida (nam tum tempus anni æstiuum erat) pridieque calida, & sicca fuerat aëris E temperies. Peritis quidem naturæ interpretibus videbatur halitus è terra, & aquis à Solis calore sublatos, ac deinde exactè tenuatos ac coctos, à frigore sequutæ noctis concretos coaluisse. Apud nos verò rarò id accidit, in monte autem Libano quotannis persæpe. Itaque coria super terram extendentes, & arbores excutientes, quod ab eis defluit, excipiunt, & ollas ac fictilia melle implent; vocántque id mel roscidum & aërium. Proinde constat materiam, ex qua mel generatur, rori esse congenerem. Videtur autem & ex plantis, in quarum folijs colligitur, boni malive quidpiam ipsi accedere; ideóque laudatissimum in locis mel F gignitur, in quibus thymus, & aliæ quædam herbæ, ac frutices temperamento calidæ & siccæ affatim proueniunt; tenuiorum enim est partium id mel quod in huiusmodi plantis generatur; ideóque in calidis corporibus promptè in bilem vertitur; frigidis verò siue per ætatem, siue per morbũ, siue naturâ talia fuerint, est accõmodatissimũ,

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΛΘ΄.

Περὶ μέλιτος.

Ἡ τῶν τροφῶν ὕλη πᾶσα, μέχρι δεῦρο, δισσοῖς γένεσι περιληφθεῖσα, τὸ μὲν ἕτερον αὐτῶν ἐκ φυτῶν εἶχε, τὸ δὲ ἕτερον ἐκ ζώων· ἑκατέρας δ' αὐτῶν ἀφώρισται τὸ μέλι. γίνεται μὲν γὰρ ἐπὶ τοῖς φύλλοις τῶν φυτῶν, ἔστι δὲ οὔτε χυλὸς αὐτῶν, οὔτε καρπὸς, οὔτε μόριον, ἀλλ' ὁμογενὲς μὲν ταῖς δρόσοις, οὐ μὴν οὔτε συνεχῶς, οὔθ' ὁμοίως ἐκείναις γίνεται δαψιλές. οἶδα δέ ποτε θέρους ὥρᾳ, πλεῖστον ὅσον ἐπὶ τοῖς τῶν δένδρων, καὶ θάμνων, καί τινων βοτανῶν φύλλοις εὑρεθὲν, ὡς ὑπὸ τῶν γεωργῶν λέγεσθαι παιζόντων, ὅτι Ζεὺς ἔβρεξε μέλι. προηγεῖτο δὲ νὺξ μὲν εὔψυχος, ὡς ἐν θέρει, θέρους γὰρ ἦν ὥρα τηνικαῦτα, θερμὴ δὲ καὶ ξηρὰ κρᾶσις ἀέρος ἐπὶ τῆς προτεραίας. ἐδόκει τοίνυν τοῖς δεινοῖς περὶ φύσιν, ἐκ τῆς γῆς τε καὶ τῶν ὑδάτων ἀτμὸν ἀκριβῶς λεπτυνθέντα, καὶ πεφθέντα πρὸς τῆς ἡλιακῆς θερμότητος, ὑπὸ τῆς ἐπιγινομένης ἐπὶ τῆς νυκτὸς ψύξεως ἀθροισθῆναι πιληθέντα. παρ' ἡμῖν μὲν οὖν σπανίως φαίνεται τοῦτο γινόμενον, ἐν δὲ τῷ ὄρει τῷ Λιβάνῳ καθ' ἕκαστον ἔτος, οὐκ ὀλίγον. ὥστε ἐκπεταννύντες ἐπὶ γῆς δέρματα, καὶ σείοντες τὰ δένδρα, δέχονται τὸ ἀπορρέον ἀπ' αὐτῶν, καὶ χύτρας, καὶ κεράμια πληροῦσι τοῦ μέλιτος. ὀνομάζουσι δ' αὐτὸ δροσόμελί τε, καὶ ἀερόμελι. πρόδηλος μὲν οὖν ἡ ὕλη τῆς γενέσεως τοῦ μέλιτος ὁμογενής τις οὖσα ταῖς δρόσοις, εἰς ἀρετὴν δὲ καὶ κακίαν αὐτοῦ φαίνεταί τι προσέρχεσθαι παρὰ τῶν φυτῶν, ἐφ' ὧν τοῖς φύλλοις ἀθροίζεται, καὶ διὰ τοῦτο γίνεται κάλλιστον, ἔνθα πλεῖστοι θύμοι, καί τινες ἄλλαι θερμαὶ, καὶ ξηραὶ τῇ κράσει βοτάναι τε καὶ θάμνοι· λεπτομερέστερον τοιγαροῦν ἐστι μέλι τὸ γεννώμενον ἐν τοῖς τοιούτοις φυτοῖς, καὶ διὰ τοῦτο ῥᾳδίως ἐκχολοῦται κατὰ τὰ θερμὰ σώματα· τοῖς ψυχροῖς δὲ, ἐπιτηδειότατόν ἐστιν, εἴτε δι' ἡλικίαν, εἴτε διὰ νόσον, εἴτε φύσει τοιαῦθ' ὑπάρχει.

ταῦτα τοίνυν ὑπ' αὐτοῦ τρέφεσθαι πέφυκεν αἱματωθέντος, ὡς ἐγγὺς τοῖς θερμοῖς ἐκχολοῦσθαι φθάνει, πρὶν αἱματωθῆναι. λεπτομερὲς δ' ὑπάρχον, ἐξ ἀνάγκης ἔχει τι καὶ δριμύ· διὸ πρὸς ἔκκρισιν ἐπεγείρει τὴν γαστέρα. τοῦτ' οὖν ἀφαιροῦντες αὐτοῦ, πρὸς ἀνάδοσίν τε καὶ πέψιν, ἐπιτηδειότερον ἐργαζόμεθα. καλλίστη δ' ἀφαίρεσις αὐτοῦ, μιχθέντος πρότερον ὕδατι πολλῷ, μετὰ τοῦτο δ' ἑψηθέντος, ἄχρι περ ἂν ἀφρίζον παύσηται· προσήκει δ' αἴρειν ἀπ' αὐτοῦ συνεχῶς δηλονότι τὸν ἀφρὸν, εὐθὺς ἅμα τῷ γίνεσθαι· διὰ γάρ τοι τῆς τοιαύτης παρασκευῆς, ἀποθέμενον τὴν δριμύτητα, καὶ μηκέτ' ἐρεθίζον εἰς ἔκκρισιν τὴν κοιλίαν, ἀναδίδοται οὐ βραδέως. τὸ δ' ἔτι ὀλίγον, ἢ οὐδ' ὅλως ἑψηθὲν μελίκρατον, ὑπέρχεσθαι φθάνει πρὸ τοῦ πεφθῆναι, ἀναδοθῆναί τε, καὶ θρέψαι τὸ σῶμα. διαφορὰ δ' αὐτοῖς ἐστὶ κἂν τῷ φῦσάν μέν τινα γεννᾶν ἐν τῇ κοιλίᾳ, καὶ τοῖς ἐντέροις, τὸ μὴ τελέως ἑψηθὲν, ἄφυσον δὲ καὶ διουρητικὸν γίνεσθαι, τὸ κατὰ τὴν ἕψησιν ἀποθέμενον ἅπαντα τὸν ἀφρόν. εἰ δὲ χωρὶς ὕδατος μίξεως, ἐκλείχοι τις τὸ μέλι μόνον, ἧττον μὲν τρέφει, μᾶλλον δ' ὑπάγει τὰ κατὰ τὴν γαστέρα. πλέον δ' εἴ τις αὐτοῦ προσενέγκοι, τὴν ἄνω κοιλίαν εἴωθεν εἰς ἔμετον ἐξορμᾶν. ἑψηθὲν δὲ χωρὶς ὕδατος, οὔτ' ἐμετικόν ἐστιν ὁμοίως, οὔθ' ὑπακτικὸν τῶν κατὰ τὴν κοιλίαν, ἀλλ' ἀναδίδοταί τε καὶ τρέφει μᾶλλον· οὖρα δ' ἧττον κινεῖ τοῦ μεθ' ὕδατος ἑψηθέντος· οὐ μὴν οὐδ' ὁπότε τρέφει, τροφὴν ἀξιόλογον δίδωσι τῷ σώματι, ὥστε τισὶν ἔδοξεν οὐδὲ τρέφειν ὅλως. ἀλλὰ πρὸς μὲν τούτους, αὐτάρκως εἴρηται, διὰ τοῦ τρίτου τῶν εἰς τὸ περὶ διαίτης ὀξέων νοσημάτων Ἱπποκράτους ὑπομνήματος, ὅ τινες μὲν ἐπιγράφουσι πρὸς τὰς Κνιδίας γνώμας, ἔνιοι δὲ περὶ πτισάνης, ἁμαρτάνοντες ἀμφότεροι, καθότι δέδεικται διὰ τῶν εἰς αὐτὰ γεγονότων ἡμῖν ὑπομνημάτων. ἐν δὲ τῷ παρόντι λόγῳ, τοσαῦτ' εἰπεῖν ὑπὲρ αὐτοῦ βέλτιον ἦν, ὅσα λέλεκται· κεφάλαιον δ' αὐτῶν ἐστι, γέρουσι μὲν, καὶ ὅλως ψυχραῖς τοῦ σώματος κράσεσιν, ἐπιτήδειον εἶναι, τοῖς δ' ἀκμάζουσι, καὶ θερμοῖς, ἐκχολοῦσθαι. τροφὴν δ' ὀλίγην ἡμῖν ἐξ αὐτοῦ γίνεσθαι, μὴ φθάσαντος εἰς χολὴν μεταβάλλεσθαι. ὡς εἴγε αὐτῷ τοῦτο συμβαίη, τρέφειν οὐδ' ὅλως τηνικαῦτα δύνασθαι. πρόδηλον δὲ ὅτι τὴν ὠχρὰν, καὶ ξανθὴν χολὴν, ὑπ' αὐτοῦ γεννᾶσθαι λέγομεν, οὐ τὴν μέλαιναν. εἴρηται γὰρ ἤδη πολλάκις ἐν πολλοῖς, ἔθος εἶναι τοῖς ἰατροῖς, τὴν τοιαύτην χολὴν ἁπλῶς ὀνομάζειν ἄνευ τῆς κατὰ τὴν χρόαν προσθήκης· τὰς δ' ἄλλας ἁπάσας, σὺν τῷ τῆς χρόας ἑρμηνεύοντι ὀνόματι. φαίνονται δὲ κενούμεναι, πλὴν τῆς πρασιζούσης, αἱ ἄλλαι πᾶσαι, χαλεπῶς νοσοῦντος τοῦ σώματος, ἡ ξανθὴ δὲ καὶ ὠχρὰ, καὶ πρασοειδὴς, καὶ χωρὶς νοσημάτων ἐμεῖταί τε καὶ διαχωρεῖται πολλάκις.

A ob id in sanguinem mutatum nutrire ipsa potest; in calidis verò prius in bilem quàm in sanguinem mutatur. Quum autem tenuium sit partium, acrimoniæ quiddam habeat est necesse, qua aluum ad excretionem proritet; quam certè adimentes, ipsum efficimus ad distributionem & coctionem accommodatius. Commodissimè autem ipsam adimemus, si primùm multùm illi aquæ admiscuerimus; ac deinde tantisper coxerimus quoad spumare desinat; oportet autem spumam statim vt emerserit continenter ab ipso tollere; quum enim hac paran-
B di ratione acrimoniam deposuerit, neque amplius aluum ad excretionem irritabit, haud cunctanter in corpus distribuetur. Melicratum verò quod paulisper, aut nihil omninò coctum fuerit, priùs deijcitur quàm concoqui, & in corpus distribui, & nutrire possit. Præterea in eo differunt, quod mel non plenè coctum in ventriculo atque intestinis flatus quosdam gignat; contrà, quod in decoctione spumam omnem abiecerit, flatus est expers & vrinam mouet. Quòd si quis citra aquæ admixtionem mel solum delingat, nutriet quidem infirmiùs, sed aluum promptiùs deijciet. Largiùs verò sumptum,
C ventrem superiorem ad vomitum solet concitare. Elixum autem sine aqua, neque vomitum similiter mouet, neque aluum subducit, verùm distribuitur & nutrit magis; vrinam autem minus eo, quod cum aqua est elixum, ciet; quanquam ne tum quidem, quum nutrit, alimenti multum corpori exhibet; adeo vt non defuerint, quibus nihil prorsus alere videretur; qui abundè confutantur in tertio De victus ratione in morbis acutis, qui Hippocratis est liber, à nonnullis quidem contra Cnidias sententias inscriptus, ab alijs De ptisana, vtrique in hoc delin-
D quentibus, vt in commentarijs in eum librum scriptis ostendimus. In præsentia verò satius erat ea de melle dixisse quæ diximus, quorum summa est, Senibus quidem ac in vniuersum frigidi temperamenti corporibus mel esse accommodum; ætate autem florentibus & calidis in bilem verti; præterea exiguum nobis alimentum ex ipso accedere nisi verti in bilem occupet; quod si ei id accidat, tunc nihil prorsus nutrire posse; clarum autem est, quòd pallidam & flauam bilem ex eo gigni dicimus, non atram. Diximus enim iam sæpenumero medicos solere bilem
E eiusmodi simpliciter citra coloris adiectionem nominare; reliquas verò biles omnes, cum coloris sui nomine explicare; alias autem omnes, porracea excepta, quum corpus grauiter ægrotat, excerni videmus; flaua verò & pallida & porracea etiam sine morbis euomuntur sæpenumero ac deijciuntur.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Μ'.

Περὶ οἴνου.

ΟΤΙ μὲν ἐκ τῶν τρεφόντων ἐστὶν ὁ οἶνος, ἅπαντες ὁμολογοῦσι. καὶ εἴγε τὸ τρέφον ἅπαν τροφή ἐστι, ῥητέος ἂν εἴη ἐκ τοῦ γένους τῶν τροφῶν καὶ ὁ οἶνος. ἀλλ' ἔνιοί γε τῶν ἰατρῶν, οὔ φασι δεῖν ὀνομάζειν τροφὴν αὐτὸν, ἀντιδιαιρεῖσθαι γινώσκοντες κατὰ τοὺς λόγους τῇ τροφῇ τὸ ποτὸν, ὅπερ καὶ πόμα προσαγορεύεται, καθάπερ γε καὶ ἡ τροφὴ, σιτίον τε καὶ ἐδεστὸν ἔδεσμα, τροφὴν μὲν οὐδὲ διὰ ταῦτα καλεῖν οὐκ ἀξιοῦσι τὸν οἶνον, ὁμολογοῦσι μέντοι τρέ-

CAPVT XL.

De Vino.

VInum quidem ex eorum esse numero quæ nostrum corpus alunt, omnes fatentur; mo-
F do si quicquid alit, cibus est, vinum etiam in genere ciborum est ponendum. Quidam tamen medici negant id cibum esse appellandum, quod potus in sermone quotidiano, cibo sit oppositus, qui potio etiam appellatur, vt cibus esca, & edulium; ob eamq; causam vinũ nolunt vocare alimentum, quanquã alere ipsum non diffiteantur;

fcantur quod vinum in præsentia requirimus. Quòd si alias quasdam materias alere quidem concederent, alimenta tamen nominare vetarent, omnium earum doctrinam in vnum volumen conferremus; quum autem solum vinum nolint appellare alimentum, tametsi ipsum nutriat, permittant nobis tractatui De alimentis breuem de vino sermonẽ adiungere; quas enim vires Hippocrates in libro De victus ratione in morbis acutis enumerat, non vt alimẽti sunt, sed magis vt medicamenti. Illas quidẽ igitur & in tertio commentariorum in illum librũ, & in methodo medendi, ac sanitatis tuendæ libris exposuimus; in præsentia verò ipsius differentias in alendo sumus tradituri, sumpto hinc initio. Vinorum omnium rubra simul & crassa sanguini generando sunt accomodatissima, vt quæ minima egeant mutatione vt sanguis fiant. Post ipsa sunt nigra crassáq; & dulcia; tũ quæ colore quidẽ rubra sunt & nigra, consistentia autẽ crassa vna cũ adstringendi qualitate. His autẽ minùs sua natura alunt quæ alba sunt simul ac crassa & acerba. Omniũ autem minimum nutriunt quæ colore quidẽ sunt alba, consistentiâ autẽ tenuia, & aquis hydromeliti faciendo appositis quodãmodo similia. Quod verò vina crassa magis quàm tenuia alant, declarat ipsorũ natura; præterea experientia id ipsum comprobat. Dulcia verò conficiuntur in ventriculo, ac distribuuntur faciliùs quàm austera, vt quæ facultate sunt calidiora. Quæ autẽ admodũ sunt crassa, tardiùs quidẽ perficiuntur ac distribuũtur; si tamen in ventriculũ adeo robustum incidãt vt confici rectè ab eo possint, alimentum copiosius corpori exhibebunt. Constat præterea, quod quẽadmodum hæc corpori alendo tenuioribus sunt præstantiora, ita ad vrinam ciendã sunt deteriora.

CAPVT XLI.

De Cibis sale conditis, in superiore libro prætermissis.

DE cibis sale conditis & medijs, ad finem operis scribere distulimus. Ne hæc igitur desiderentur, tempestiuum iam fuerit vtrorumque vires explicare. Animalium corpora quorum carnes duræ simul sunt ac excrementitiæ, ad saliendum sunt accommoda; voco autem excrementitias (vt superiori sermone) quæ per totas sese diffusum habent humorem pituitosiorem; qui quantò copiosior fuerit ac crassior, tantò caro, si saliatur, melior euadet. Quæ verò aut admodum mollem, aut valdè siccum & minimè excrementosum habent corporis habitum, ad saliendum sunt inepta; salis namque facultas (vt in opere De simplicibus medicamentis demonstrauimus) est composita; nam corporum quibus admouetur, humores superfluos tenuat ac digerit, & præterea corpora ipsa cogit in sese ac condensat; quum nitri spuma, & laxum aphronitrum tenuare quidem & discutere possint, cogere verò & condensare non possint. Corpora igitur quæ naturâ sunt sicca, salis conspersu exarefacta, cibo fiunt inepta. Quidam autem leporem salire aggressus, mustellis exiccatis similem reddidit. Suum verò obesorum ac ætate florentium carnes ad saliendum sunt appositæ, vt quæ vtriusque excessus sint expertes, annosorum videlicet siccitatis, & nouellorum porcellorum immodicæ humiditatis.

A φὴν αὐτὸν, οὗ νῦν εἰς τὰ παρόντα δεόμεθα. καὶ εἴπερ καὶ ἄλλας τινὰς ὕλας, τρέφειν μὲν συνεχώρουν, ἐκώλυον δὲ τροφὰς ὀνομάζειν, τὴν ἁπασῶν αὐτῶν διδασκαλίαν εἰς ἕνα λόγον συλλέγειν ἐχρῆν· ὅταν δ' οὐκ ἐθέλωσι τὸν μόνον οἶνον ὀνομάζειν τροφὴν, καίτοι τρέφοντα, συγχωρήσουσιν ἡμῖν, ἐν τῷ περὶ τῶν τροφῶν λόγῳ, βραχέα ὄντα τὸν περὶ τῶν οἴνων προσθεῖναι. ἃς γὰρ Ἱπποκράτης δυνάμεις εἶπεν ἐν τῷ περὶ διαίτης ὀξέων, οὐχ ὡς τροφῆς εἰσιν, ἀλλ' ὡς φαρμάκου μᾶλλον. ἐκείνας μὲν οὖν, ἐν τῷ τρίτῳ τῶν εἰς ἐκεῖνο τὸ βιβλίον ὑπομνημάτων ἐξηγήμεθα, κἀν τῇ τῆς θεραπευτικῆς μεθόδου πραγματείᾳ, καὶ τῇ τῶν ὑγιεινῶν. αἱ δὲ ἐν τῷ νῦν ἐνεστῶτι λόγῳ, τὰς ἐν τῷ τρέφειν αὐτῶν διαφορὰς ἐροῦμεν, ἐντεῦθεν
B ἀρξάμενοι. Ἁπάντων οὖν τῶν οἴνων οἱ ἐρυθροί τε ἅμα καὶ παχεῖς, εἰς αἵματος γένεσιν ἐπιτηδειότατοι, βραχυτάτης δεόμενοι τῆς εἰς αὐτὸ μεταβολῆς. ἐφεξῆς δὲ αὐτῶν, οἱ μέλανές τε, καὶ γλυκεῖς, καὶ παχεῖς, εἶθ' οἱ κατὰ τὴν χρόαν ἐρυθροὶ καὶ μέλανες, ἐν δὲ τῇ συστάσει παχεῖς, ἔχοντες ἅμα τούτοις, καὶ στρυφνῆς ποιότητος. τούτων δ' ἧττον, οἱ λευκοί τε ἅμα, καὶ παχεῖς, καὶ στρυφνοὶ, τρέφειν πεφύκασιν. ἁπάντων δ' ἥκιστα τρέφουσιν οἱ λευκοὶ μὲν τῇ χρόᾳ, λεπτοὶ δὲ τῇ συστάσει, παραπλήσιοί πως ὄντες ὕδασι, τοῖς εἰς τὸ καλούμενον ὑδρόμελι ἐπιτη-
C δείοις. ὅτι μὲν οὖν οἱ παχεῖς οἶνοι, τροφιμώτεροι τῶν λεπτῶν εἰσιν, ἥ τε φύσις αὐτῶν ἐνδείκνυται, καὶ ἡ πεῖρα μαρτυρεῖ. πέττονται δὲ κατὰ τὴν γαστέρα, καὶ ἀναδίδονται μᾶλλον οἱ γλυκεῖς τῶν αὐστηρῶν, ὡς ἂν καὶ θερμότεροι ὄντες τὴν δύναμιν. οἱ δὲ παχεῖς πάνυ, πέττονται μὲν βραδύτερον, ὥσπερ γε καὶ ἀναδίδονται, γαστρὸς δ' ἰσχυροτέρας ἐπιτυχόντες, ὡς πεφθῆναι καλῶς, πλείονα τροφὴν διδόασι τῷ σώματι. πρόδηλον δ' ὅτι καθάπερ εἰς τὸ τρέφειν εἰσὶ βελτίους τῶν λεπτοτέρων, οὕτως εἰς οὔρησιν χείρους.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΜΑ'.

D *Περὶ τῶν ταριχευομένων, ἐν τῷ πρόσθεν λόγῳ ἀναβληθέντων.*

ΑΝεβαλλόμην ἐρεῖν ἐπὶ τῇ τελευτῇ τοῦ λόγου, περὶ τῶν ταριχευομένων, καὶ τῶν μέσων ἐδεσμάτων. ὅπως οὖν μηδὲ ταῦτα λείπῃ, καιρὸς ἤδη διελθεῖν ἑκατέρων τὰς δυνάμεις. ἐπιτήδεια πρὸς ταριχείαν ἐστὶ σώματα ζώων, ὅσα σκληράς τε ἅμα, καὶ περιττωματικὰς ἔχει τὰς σάρκας. ὀνομάζω δὲ περιττωματικὰς, ὡς κἂν τῷ πρόσθεν λόγῳ, τὰς ἐχούσας ἐν ἑαυταῖς ὑγρότητα παρεσπαρμένην φλεγματικωτέραν· καὶ
E ὅσῳ μὲν ἥδε πλείων ἢ καὶ παχυτέρα, τόσῳ δὲ μᾶλλον ἀμείνων ἡ σὰρξ γίνεται ταριχευομένη. τὰ δ', ἤτοι πάνυ μαλακὴν, ἢ πάνυ ξηρὰν, καὶ ἀπέριττον ἔχοντα τὴν ἕξιν τοῦ σώματος, οὐκ ἐπιτήδεια ταριχεύεσθαι· δύναμις γάρ ἐστι τῶν ἁλῶν, ὡς ἐν τῇ τῶν ἁπλῶν φαρμάκων πραγματείᾳ δέδεικται, σύνθετος ἔκ τε τοῦ διαφορεῖν τὰς περιττὰς ὑγρότητας, οἷς ἂν ὁμιλῇ σώμασι, καὶ λεπτύνειν αὐτὰ, καὶ συνάγειν εἰς ἑαυτὰ, τοῦ τῶν λίτρων ἀφροῦ, καὶ τοῦ τῶν χαύνων ἀφρονίτρων, τὸ μὲν λεπτύνειν καὶ διαφορεῖν ἐχόντων, τὸ δὲ συνάγειν ἢ σφίγγειν, οὐκ ἐχόντων. ὅσα τοίνυν ἐστὶ φύσει ξηρὰ σώματα, διαπαττό-
F μενα τοῖς ἁλσὶν, ἄβρωτα γίνεται σκελετευόμενα. καί τις ἐπιχειρήσας ταριχεῦσαι λαγωὸν, ὅμοιον εἰργάσατο, ταῖς σκελετευθείσαις γαλαῖς· αἱ δὲ τῶν ἀκμαζόντων τε καὶ πιόνων ὑῶν σάρκες, ἐπιτήδειοι ταριχεύεσθαι, τὴν ἀτοπίαν ἑκατέραν ἐκπεφυγυῖαι, ξηρότητα μὲν τῶν γεγηρακότων, ὑγρότητα δὲ, ἄμετρον τῶν νέων χοίρων,

ὥσπερ γὰρ τὰ ξηρὰ σώματα, βύρσαις ὅμοια γίνεται ταριχευθέντα, κατὰ τὸν ἐναντίον τρόπον ὅσα λίαν ὑγρά, διαρρεῖ, καὶ κατατήκεται, τοῖς ἁλσὶν ὁμιλοῦντα. διὰ τοῦτ' οὖν, οὐδὲ τῶν ἰχθύων ὅσοι μαλακόσαρκοί εἰσι, καὶ ἀπέριττοι, καθάπερ οἱ πετραῖοι καλούμενοι, καὶ τῶν ὀνίσκων οἱ ἐκ καθαρᾶς θαλάττης, εἰς ταριχείαν εἰσὶν ἐπιτήδειοι. κορακῖνοι δὲ, καὶ μύλοι, καὶ πηλαμύδες, ἔτι τε σάρδαι, καὶ σαρδῆναι, καὶ τὰ σαξάτινα καλούμενα, καὶ ταρίχη, πρὸς ταριχείαν εἰσὶν ἐπιτήδεια. καὶ τὰ κητώδη δὲ τῶν θαλαττίων ζώων, ταριχευόμενα, βελτίω γίνονται, περιττωματικὴν ἔχοντα καὶ ταῦτα τὴν σάρκα· μοχθηραὶ δὲ τρίγλαι πρὸς ταριχείαν εἰσί, διὰ τὸ ξηρὰν καὶ ἀπέριττον ἔχειν τὴν σάρκα. πρόδηλον δ' ἐκ τούτων, ὅσα μὲν σκληρά, καὶ νευρώδη, καὶ φύσει δερματώδη τε καὶ βυρσώδη γίνεται, ταριχευθέντα δυσκατεργαστότατα πάντων εἶναι· τὰ δ' ἐναντίως διατιθέμενα, λεπτομερῆ μὲν αὐτὰ γίνονται, λεπτυντικὰ δ' ἐσθιόμενα τοὺς παχεῖς καὶ κολλώδεις χυμούς. ἄριστα δ' ἐστὶ τῶν εἰς ἐμὴν πεῖραν ἐλθόντων τά τε Σαρδικά, πρὸς τῶν ἔμπροσθεν ἰατρῶν ὀνομαζόμενα ταρίχη, Σαρδὰς δ' αὐτὰ καλοῦσιν. οἵ τε νῦν ἐκ τοῦ Πόντου κομιζόμενοι μύλοι, δευτέραν δ' ἐπ' αὐτοῖς ἔχουσι τάξιν, οἵ τε κορακῖνοι, καὶ αἱ πηλαμύδες καὶ τὰ σαξάτινα καλούμενα.

Quemadmodum enim corpora sicca salita, corijs euadunt similia: sic contra, quæ immodica humiditate diffluunt, salis commercio liquantur. Ob eam causam nec pisces mollis carnis, & excrementis vacui, vt quos saxatiles vocant, & aselli qui in puro mari degunt, ad saliendum sunt accommodi. Graculi verò & pelamides, & myli, sardæ & sardenæ, quæque saxatina vocant, & salsamenta, ad saliendum sunt appositi: præterea ex marinis belluis cetacea, salita euadunt meliora; habent enim & ipsa carnem excrementosam. Muli verò quod sicca eorum caro sit, & ab excrementis pura, non sunt ad saliendum accommodi. Ex his autem perspicuum est, ea ad coquendum esse difficillima quæ sale condita, dura euadunt ac neruosa, & veluti cutacea ac coriacea; quæ verò contrà habent, tenuia quidem ipsa redduntur; mansa autem humores crassos, ac glutinosos tenuant. Præstantissima autem omnium, quæ mihi experientia cognoscere licuit, sunt quæ à veteribus medicis Sardica salsamenta nuncupantur, hodie Sardas vocant, & myli, qui ex Ponto aduehuntur; secundum autem post illa locum habent graculi, & pelamides, & quæ saxatina appellant.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΜΒ'.

Περὶ τῶν μέσων ἐδεσμάτων.

ΚΑΘ' ἑκάστην διαφορὰν, ὧν εἶπον ὑπάρχειν ἐν ταῖς τροφαῖς, ἔστι τινὰ μέσα. καὶ γὰρ τῶν σκληροσάρκων, καὶ μαλακοσάρκων εὕροις ἄν τι μέσον, ὡς μήθ' ἁπαλόσαρκον ἔτι, μήτε σκληρόσαρκον εἶναι, καὶ τῶν λεπτυνόντων τε, καὶ παχυνόντων, ἢ θερμαινόντων, ἢ ψυχόντων, ἢ ξηραινόντων, ἢ ὑγραινόντων. ἐπιτήδεια δ' ἐσθίεσθαι, τοῖς μὲν ἄμεμπτον φυλάττουσι τὴν φυσικὴν κρᾶσιν ζώοις, ὅσα ταῖς φύσεσιν αὐτῶν ἐστιν ὅμοια, τοῖς δὲ μοχθηρὰν, ἢ ἐξ ἀρχῆς ἔχουσιν, ἢ ὕστερον ἐπικτησαμένοις, οὐχ ἡ τῶν ὁμοίων ἑαυτοῖς, ἀλλ' ἡ τῶν ἐναντίων ἐδωδὴ χρήσιμος. ὑπὸ μὲν γὰρ τῶν ὁμοίων φυλάττεται τὸ κατὰ φύσιν ἀμέμπτως ἔχον, ὑπὸ δὲ τῶν ἐναντίων, εἰς τὴν οἰκείαν κρᾶσιν ἄγεται, τὰ μοχθηρῶς κεκραμένα. τοιγαροῦν ἴδιον ἑκάστῃ φύσει ζώου γενήσεται τὸ μέσον, οἷον ἀνθρώπῳ μὲν τοιόνδε, κυνὶ δὲ τοιόνδε, καὶ τῶν ἄλλων δὲ ἑκάστῳ, καὶ κατὰ μέρος ἀνθρώπῳ, τόδε, κατὰ τήνδε τὴν ἡλικίαν, καὶ τήνδε· καὶ προσέτι κατὰ τὰς τῶν ἐπιτηδευμάτων διαφορὰς, ἐθῶν τε, καὶ χωρίων, ἐν οἷς ἐκ πολλοῦ διατρίβουσι.

CAPVT XLII.

De Medijs edulijs.

IN singulis differentijs, eorum quæ alimentis inesse diximus, quædam sunt media. Etenim inter ea quæ molli sunt carne & quæ dura, medium quiddam reperias quod nec molli, nec dura sit carne; similiter inter tenuantia & incrassantia, calefacientia & refrigerantia, siccantia & humectantia. Atque animalibus naturalem temperiem inculpatam quidem seruantibus, similia suis naturis cibaria conueniunt; ijs verò quæ prauam temperiem, aut ab initio sunt sortita, aut post acquisiuerunt, non similium sibi ipsis esus, sed contrariorum est vtilis. Seruatur enim similibus quod probè secundum naturam est temperatum; quemadmodum quod malè est temperatum, à contrarijs ad proprium temperamentum adducitur. Itaque singulæ animalium naturæ suum proprium medium habebunt, vt homo quidem tale, canis autem tale, atque ita in aliis omnibus: Præterea huic homini sigillatim tale secundum hanc & illam ætatem; ad hæc etiam secundum vitæ conditionum, atque institutorum, & regionum in quibus iamdiu habitant, differentias.



GALENO ASCRIPTUS LIBER DE DISSOLUTIONE CONTINUA, SEU DE ALIMENTORUM FACULTATIBUS.

CAPUT I.

De necessitate, occasione, quantitate & qualitate & scopis alimenti exhibendi.



QVUM hominum corpora continuum effluuium subeant, tum ob innatum quod ipsis inest calidum, tum ob externum ambientis ea aëris calorem; quod ex his effluxit id necessario instaurandum est. Ideoque fuerunt necessarij cibi, & potus; & fuit infusa in ipsis facultas appetitus ad cognoscendum horam necessitatis eorum, & quantitatem assumendam de eis, & speciem conuenientem eis. Verum quia non restauratur id, quod dissoluitur, nec stat loco eius, nisi sit sibi simile; nec inuenitur in cibo, & potu aliquod simile ei, quod dissoluitur de corpore; ideo fuit necessarium naturam mutare cibum, & potum, vt stet loco eius, quod dissolutum est, & ingrediatur in locum eius. Neque potest facultas, quæ mutat, & conuertit cibum, & potum in corpore hominis, facere, vt quid mutetur, & conuertatur, nisi quod est simile corpori, & proprium. Et quoniam non totum, quod comeditur & bibitur, assimilatur corpori, ideo non est dubium, quin remaneat ex cibis, & potibus excrementum in corpore; quod è corpore excernendum est, & ab eo excludendum. Nam sicut ciborum, & potuum quando intrauerint stomachum, operatúsque fuerit in eis stomachus suas operationes, eorum pars transit ad hepar, & residuum fit deiectio eiicienda è corpore; similiter faciunt organa corporis, & loca, ad quæ peruenit nutrimentum, ad hoc facta. Oportet igitur penitus eum, qui vult seruare sanitatem, ad duas res scopum suum dirigere; quarum vna est ad corpus, cum cibo conueniente, & loco eius quod dissolutum est ex ipso; alia est excretio eius, quod generatum est de superfluitatibus ciborum. Verùm oportet te scire diuersas naturas ciborum, & diuersas naturas corporum, & nocumenta eorum, vt scias conuenientiam cuiuslibet specierum cibi, & cuiuslibet differentiarum hominis, propter eaquod naturæ ciborum sunt diuersæ. Nam eorum quidam sunt temperati, sicut ex quibus generatur sanguis purus, & mundus; & quidam eorum sunt intemperati, sicut ex quibus generatur sanguis cum bile, aut pituita, aut bile nigra superfluè, aut spiritus crassus ac flatulentus; eorum quidam sunt crassi: & quidam tenues, & quidam ex quibus generatur humor lentus, & quidam ex quibus genera-

A tur humor sine lentore floccus, & quidam qui iuuant propriè naturas alicuius membrorum, & non alias. Et corporum quædam sunt temperata etiam, quibus dominatur naturalis sanguis purus, & mundus: & quædam sunt non temperata, & dominatur eis pituita, aut alterutra bilis, & quædam eorum sunt rara, & velocis dissolutionis: & quædam sunt densa, & tardæ dissolutionis: & quædam quæ in omnibus membris sunt sana: & quædam sunt quæ sunt læsa in aliquo membrorum, & non in aliis. Itaque oportet, quando dominans est secundum corpus sanguis mundus,

B vt ministrentur cibi æquales in quantitate, & temperati in naturis suis. Et quando pituita dominatur, oportet, vt sint cibi calefacientes, & exiccantes, & nutriatur cum iis quæ addunt in caliditate, & consumunt humiditatem. Et quando ei dominabitur bilis, oportet vt nutriatur cum iis, quæ extinguunt bilem, & addunt humiditatem. Et quando ei nigra bilis dominatur, oportet vt nutriatur cibis calidis, & humidis. Et quando corpus est densum, & tardæ dissolutionis,

C oportet id nutriri cibis paucis, & tenuibus, & humidis, quia paucum est quod dissoluitur de corpore. Et quando corpus fuerit rarum, debet nutriri cibis multis, crassis, siccis & viscosis propter multitudinem eius, quod dissoluitur è corpore. Et hoc regimen est conueniens de necessitate, nisi sit in aliquo membrorum corporis læsio, aut dolor. quia quando fuerit læsio, aut dolor in aliquo membrorum, considerandi sunt cibi conuenientes membro dolenti. Et si fuerit diuersum à necessitate residui corporis, sicut quando hepar est frigidum, & stomachus, & viarum sunt obstructio-

D nes, oportet, cibos tenues administrari reiectis cibis crassis. Et si fit residuum corporis præter necessitatem eorum, propter maiorem tenuitatem, & raritatem, vt non faciant cibaria crassa oppilationem in hepate; aut si est aliquando hepar calidum, prohibebis cibaria dulcia, etsi ipsi corpori conueniant propter velocitatem conuersionis eorum in bilem flauam. Et quando stomachus est debilis; oportet roborare ipsum nutrientibus. Et quando in ipso generatur pituita, oportet ipsum lauare, & abstergere. Et quando in eo bi-

E lis generatur velociter multa, conueniunt quæ extinguunt calorem, & obtundunt acrimoniam bilis, aut vt prætermittantur res generantes ipsam. Et si est aliquando cibus remanens natans in orificio stomachi, ministrentur cibi crassi ponderosi, vt ponderositate sua descendant in fundum stomachi; & præcipias ei, vt paulatim moueatur post cibum, vt declinet cibus de ore stomachi; & quando hoc non fecerit, non est necesse, quod memorauimus de cibo, & motu. Et quando est descensus cibi de stomacho ante digestionem

suam, indigemus iis quæ stringunt & retinent. Et quando est superfluitas cibi, difficilis descensus de stomacho & intestinis, indigemus iis, quæ descendere faciant, & ventrem molliant. Et quando caput est calidum suscipiens vapores, prætermittamus cibaria calida & sicca, licet conueniant reliquo corpori. Et oportet, vt non sis contentus iis, quæ memorauimus, sine consideratione, scilicet, quantitatis motus ante cibum, & post somnum. Nam quando est motus ante cibum multus, ciba bene, non cibis multis, crassis, viscosis, ad siccitatem declinantibus, qui sint difficilis dissolutionis; neque iniungas diætam, quia parum conuenit ei. Et quando non est ante cibum motus, vel paucus, oportet vt non sit contentus diæta, cum scilicet paucis cibis, & tenuibus sine adiutorio, purgando cum medicina laxatiua, vel cum balneo illud, quod generatur in corpore ex superfluitatibus; & quandoque cum prouocatione vrinæ, & cum detractione sanguinis. Et quando motus est conueniens, dabimus cibos temperatos in tenuitate, & crassitie. Et quando est somnus post cibum multus, oportet vt donemus cibos multos, & crassos; & hoc conuenit fieri hyeme, propter longitudinem noctis, & multitudinem somni. Et quando somnus est paucus, & leuis, cibis nutriatur, sicut æstate propter breuitatem noctis, & paucitatem somni. Et dicamus, quod oportet vt mensuremus in cibis quatuor modos. Primus est, quod nutriatur corpus bonis cibariis hora qua nutritur, sicut antè memorauimus; quia quando est dominans secundum corpus caliditas, indigemus cibis frigidis; & quando dominatur ei frigiditas, indigemus cibis calidis; & quando est temperatum, conueniunt ei cibi temperati similes. Et quando est aliquis ciborum præter bonitatem, nec est ei conueniens, oportet ne sit simplex, imò admisceas ei alios, & comedas cum eo cibos conuenientes, vt emendetur, quod cum eo timetur de nocumento ciborum malorum, quibus vtitur cum eo. Similiter & modus secundus est mensura etiam ciborum ita, vt sint in mensura virtutis digestiuæ, quia etsi est cibus in seipso bonus, & est corpori conueniens, & est virtutem digestiuam debilitans quantitate sua, generatur ex ipso nutrimentum malum. Et modus tertius est prætermittere ex cibariis, quæ oportet prætermittere, & postponere, quæ oportet postponere; verbi gratia, quia aliquando aggregat homo cibos lenientes corpus in vna comestione, & cibos astringentes ipsum; quòd si præmisit lenitiuum, & secuti sunt eum alij, leuiter descendunt cibi post digestionem suam; sed quando præmisit stypticum, & secutus est leniens, non descendunt, sed corrumpitur totum; & hoc ideò, quia lenitiuus separat inter stomachum, & inter descensum cibi styptici, & remanet in stomacho post digestionem suam, & corrumpitur, & corrumpit corruptione sua cibum alium; sed quando est cibus leniens ante stypticum, leniens descendit post digestionem suam, & stypticus leuiter per vias descendit. Et ideò si aggregat aliquis in comestione vna cibos velocis digestionis, & alios duræ, & tardæ digestionis, præponat cibos duræ, & tardæ digestionis in fundum stomachi, propterea, quia fundus stomachi est calidior, & potentior super digestionem, propter multitudinem compactionis eius, quæ est in eo de partibus carnis; & superius stomachi est neruosum, frigidum, debilis digestionis; & ideò quando natat cibus in stomacho, non digeritur. Et modus quartus est assumptio ciborum in hora sua. Et ideò, qui accipit cibum secundum post descensionem primi, & præmisit motum sufficientem, & secutus fuit somnus sufficiens, fit bona digestio. Et qui accipit ci-

A bum, & remanserunt in stomacho, aut intestinis reliquiæ in quantitate ex priori cibo præter digestionem, corrumpitur cibus secundus cum reliquiis primi. Et qui comedit cibum post motum sufficientem, & accipit super mundificationem, & super necessitatem corporis, inuenit cibus calorem naturalem, sicut ignis quando ardet. Et qui sumpsit cibum præter motum, & accipit præter mundificationem, & prætet necessitatem corporis, inuenit cibus secundus calorem naturalem submersum, sicut ignis quando operitur cinere. Et in quo somnus sequitur cibum, reuocatur calor naturalis in ipso, & aggregatur in interioribus corporis, & digerit cibum. Et in quo motus sequitur cibum, descendit
B cibus de stomacho præter digestionem suam, & intrat venas sine mutatione, & adducit in hepate oppilationem, & renibus, & reliquis membris, & morbum. Et aliquando est membrum debile, vt stomachus, & natat in ipso cibus; & non iniungas somnum, donec non descenderit cibus de stomacho, & sumant immediatè aliquid vini, vt descendat cibus de stomacho aliquo descensu, donec deueniat in fundum stomachi; & antè præcipias eum mouere parum, sicut memorauimus iam. Nec oportet vnquam, vt accipiat ex vino multum in principio acceptionis cibi, ne descendat cibus cum vino, & prohibeat digestionem, pro-
C pterea, quod separet inter substantiam stomachi, & inter cibum; & quando non tangit stomachus cibum, non mutat in similitudinem corporis conuenientem; sed remanet in ipso indigestus. Et debent isti, qui accipiunt cibum, cum ipso sumere de vino, quod solum sedet sitim, & abstineant se cum quantitate, qua possint; & quiescant donec digestio fiat; postea sumant de vino, prout optauerint, nam ipsum adiuuat ad descensum cibi, & attenuat, vt penetret, & vt ingrediatur in venas exiles. Et debet similiter esse acceptio cibi in hora motus appetitus, propterea, quod quando mouetur appetitus, & non incipit accipere cibum, at-
D trahit stomachus ex superfluitatibus corporis; quæ quum intrent stomachum, destruunt appetitum, & corrumpunt cibum, quando admiscentur ei. Et melior horarum in accipiendo cibum, est hora frigiditatis, propter aggregationem caloris naturalis in interioribus corporis; sed in hora caliditatis oportet, vt dimittatur acceptio cibi, quia caliditas aëris attrahit calorem naturalem ad exteriora corporis, & euacuatur ab interioribus, & debilitatur calor in interioribus corporis ad indigestionem. Et propter hoc antiqui præferebant cœnam prandio, præcipientes, vt sumeretur plus in cœna, propter aggregationem caloris in interiora
E corporis frigiditate noctis, & somnum, quia caliditas in somno reuocatur; & calefacit interius corpus, & refrigerat extrinsecus: sed in vigilia accidit contrarium huiusmodi, quia calor extenditur in exteriora corporis, & debilitatur in interioribus. Et ideo necessarium est, vt homo, cui est dominium complexionis calidæ: & cuius stomachus est calefactionis velocis propter generationem bilis flauæ: & cui generatur in stomacho, aut effunditur ei multa bilis citrina, nutriatur cibis crassis duræ digestionis: & digeret eos, & non digeret cibos leues, subtiles, velocis digestionis, quia bilis est potentior super leuibus cibis, & corrumpit eos, nec potest corrum-
F pere crassos. Et ideo inuenimus homines, qui digerunt carnes bubulas, & non digerunt carnes pullinas, & quæ assimilantur eis ex cibis leuibus, & consuetudo eis addit magnam partem, quoniam qui consueuit prandere, & remouetur ab eo, & est contentus cœna, magnificat nocumentum sibi: & qui consueuit sumere cibum in aliqua hora determinata,

&

& mutatur ad aliam præter istam horam, declarabitur sibi hæc permutatio nocua, etsi mutauerit cibum ex horis malis ad horas bonas. Et debet propterea imitari consuetudinem quando est antiquata, & longa, etsi sit non bona, quando non adducit aliquid necessitatis ad mutationem suam; nam consuetudo est natura secunda, sicut memorat sapiens Hippocrates. Quod si eueniat aliquid vi ducens, quod mutetur ab ea, conuenientior rerum est in eis, vt mutetur ab ea paulatim. Et appetitus etiam in opere digestionis cibi est maior pars, quia significatur super conuenientiam, & bonitatem. Et quando sunt cibi duo æquales in bonitate, & est necessitas appetitus de eis ad vnum eorum declinans, consentiemus dare rem appetitam præ alia, quia conuenientior est naturæ suæ, & leuior ea in digestione. Et quando duo cibi sunt, & vnus eorum est melior altero, & necessitas appetitus in eo est ad peiorem declinans, eligimus eum super meliorem eorum, dummodò non timeamus ex ipso nocumentum multò maius, quàm eueniat ex ipso iuuamentum, propterea, quod libenter sumatur, & melius stomachus digerat ipsum; vt explanauimus in eo, quod memorati sumus, quod oportet studere ministrare cibos bonos, & electos secundum cognitionem diuersitatum naturæ corporum, & operationum eorum, & diuersitatem virtutum ciborum. Et declarauimus diuersitatem naturæ corporum, & operationes eorum; & quod conuenit cuilibet vni eorum ex speciebus ciborum, & potuum; & ego nominabo species ciborum, & memorabor quod est in qualibet specie, & omnia quæ sunt in qualibet specie ipsorum; & memorabor in qualibet specie dispositionis corporis, & conuenientium eorum.

CAPVT II.

De alimentis attenuantibus, incrassantibus ac medijs.

CIBORVM attenuantium tria sunt genera. Eorum enim sunt ex quibus generatur sanguis tenuis; & dicuntur ipsi attenuantes, quia sanguis generatus ex eis quando commiscetur sanguini qui est in corpore, reddit totum subtilius, quàm priùs esset; sicut medulla panis frumenti fermentati, loti lotionibus pluribus, & carnes pullorum, & carnes aduragi, & phasiani, & starnæ, & axillæ auium omnium, & carnes piscium paruorum, in quibus non est viscositas, & cucurbitæ, & almesci, & quod similatur eis. Et huius generis cibi conferent ei qui non mouetur, & cuius labor naturalis in corpore suo est debilis, & qui non obstat quin in corpore eius generetur humor crassus; & generetur in hepate, aut in splene obstructio, aut in renibus, aut in pectore, aut in cerebro, aut aliquid in iuncturis suis phlegmatis. Ciborum attenuantium genus aliud est, quod attenuat id quod occursat crassum, propter id quod est in eis de caliditate, & acuitate; sed ipsa sunt in substantia sua crassa, generantia humorem crassum; sicut pastinacæ, cæpæ, raphanus, & rapæ, & quod assimilatur istis; & huius generis ciborum, quando coquuntur, & assantur, separatur ab eis caliditas, acuitas, & incisio, & remanet substantia mala. Et quidem possibile est, vt eueniat iuuamentum per incisionem istorum ciborum, & subtilitatem eorum; & vt discedant à substantiæ suæ natura secundum vnum trium modorum; Aut coquantur simul, & eius crassities attenuetur, sicut fit de cæpis, aut exprimantur, aut coquantur, & post sumatur aqua sua, sicut fit de raphano; aut vt comedatur aliquid crudum ad incisionem phlegmatis, & vomatur cum eo, sicut faciunt cum eo omnes. Et tertium genus ciborum attenuantium est, ex quibus generatur sanguis subtilis, & tenuat quod inuenit de humoribus crassis, & viscosis in corpore. Huiusmodi generis ciborum subtilium sunt quatuor differentiæ. Prima eorum differentia est eius, quod est sapidum, dulce, subtile, propter id quod est in eis de virtute mundificatiua sicut aqua hordei, & batheca, & ficus siccæ, & amygdalæ, & fistici, & mel, & hæc ex his, quæ abstergunt. Et hæc differentia est propinqua in iuuamento attenuantibus cibis, qui sunt ex primo genere, nisi quod illorum perfectio est in subtiliori corpore. Et secunda differentia est acutior, incisiua; sicut sinapi, nasturtium, allium, porrum, apium, eruca, origanum, ficus, menta, mentastrum, fœniculus, ruta, anethum, cyminum, carui, vinum citrinum, clarum, subtile, antiquum, calidum. Et hæc differentia confert ei, qui indiget apertione oppilationis splenis, hepatis, pectoris, & cerebri; & incidit substantiam, & tenuat. Sed non oportet aliquis multùm vtatur eis, nam sanguinem adurunt, & reddunt ipsum aquosum. Et hi cibi minuunt corpus, & postea ipsum debilitant; & postea calefaciunt sanguinem calefactione nimia, & redit plurimum eius cholera citrina; & postea, si continuus fit vsus eorum, ex ipsorum continua assumptione dissoluitur sanguis subtilis, & deducitur ad exiccationem, & crassitiem, & plurimum fit atra bilis; & quandoque generatur ex istis lapis in renibus nociturus. Et hæc differentia vehementius, & perfectius operatur in eo, in quo est cholera citrina dominans, & tertia differentia eorum, quæ dissoluunt, & tenuant cum salsedine sua, sicut muria, & pisces quando sunt saliti leuis carnis, & paucæ pinguedinis, & sicla, & aqua casei saliti, & omnes cibi, in quibus positum est sal, & muria, & baurach. Et huiusmodi differentiæ iuuamentum, & nocumentum est propinquum iuuamento superacutarum, & nocumento earum, nisi quod hæc differentia in mundificando stomachum, & intestina, & leniendo naturam, est perfectior. Et quarta differentia est eorum, quæ incidunt, & attenuant cum acetositate sua, sicut acetum, & secaniabin, & acetositas citri, & aquæ granorum acetosorum, & omnes cibi qui cum eis accipiuntur. Et hæc differentia confert ei, qui est in stomacho, & in reliquo corpore calidus, & quando generatur in eo phlegma ex crassitie ciborum assumptorum, aut ex multitudine eorum. Cibaria crassa quando inueniunt corpus calidum, multùm laborant. Et somni multi post cibum, digerunt, & nutriunt corpus nutrimento plurimo adhærente, & roborante robore plurimo. Et melius est, vt sumantur hæc cibaria hyeme, propter collectionem caloris in interioribus corporis, & longitudinem somni. Et quando quis sentit in corpore suo diminutionem manifestam, etsi comedat aliquid, & sit in corpore suo caliditas pauca, & propriè in stomacho, & labor ante cibum paucus, & somnus post paucus, non perficitur coctio, sed generatur in corpore humor ex eis crassus nimium, crudus, generans oppilationem in hepate, & splene. Ideo oportet, qui comedit cibos crassos, & præter necessitatem dominij appetitus eius, vt paucos ex eis accipiat, & commixtos, nec assuescat eis. Et sunt ex cibis crassis, qui cum crassitie, & viscositate sunt multùm nutrientes, quando digeruntur, sed si non digerantur, ipsi eorum multitudine generant oppilationem. Et cibaria crassa dominante eis siccitate, duritie, & viscositate, & simplicia, & commixta faciunt idem; & hoc est, quod commemoramus; aliquando enim propter nutrimentum ex natura rei, & aliquando abducit eis ex contactu caliditatis, & coctione. Et lenticulæ, & glandes, & lepores, & fungi, & fabæ assæ sunt crassa, quia siccitas est domi-

nans eis in natura eorum. Et hepata, & oua dura elixa, A aut assa, & omne, quod est frixum ex eis, & lac coctum coctionibus pluribus, & vbera, & vinum vuæ, quod est coctum, & specialiter quod est ex vua crassa in natura sua, omnia sunt crassa, quia caliditas in coctione acquisiuit eis siccitatem, & coagulationem. Et caro cerui, & hirci, & carnes bubulæ, & ventres, & intestina, hæc sunt crassa, propter duritiem naturæ eorum; & eodem modo lupini, & grana pini, & rapæ, & faseoli, & panis furni in exterioribus est crassus, propter id, quod acquisiuit eis ignis ex siccitate; & in interioribus est crassus, propter viscositatem, quæ in pane est de natura frumenti; & similiter omne, quod non est bonum, vti assatum, & confectum, & fermentatum, at nimis digestum ex pane, aut tenuius coctum; & omnis panis in testis cum oleo, & sine oleo; & dactyli, & sesamum, & fungi, & similia. Et lagana, & cerebra, omnia sunt crassa, propter viscositatem, quæ est in natura eorum; & pultes sunt crassæ, propter coagulationem earum, & viscositatem acquisitas eis ex decoctione. Et melangianæ sunt crassæ, propter siccitatem, & viscositatem, quæ sunt in natura earum. Et pisces duri, & viscosi sunt crassi, propter aggregationem duarum rerum ex tribus in ipsis rebus. Et caseus est crassus, propter aggregationem trium rerum in eo. Et aures, & labia, & extremitates musculorum, sunt generantia humorem viscosum non cum crassitie. Et etiam generatur accidentaliter ex cibis frigidis chymus crassus, propter debilitatem caloris corporis, & coctionis, & subtiliationis suæ, sicut accidit ex comestione fructuum ante maturationem eorum, & ex comestione citrulorum, & cucumeris, & carnis citri, & lactis acetosi.

Et ei qui est in corpore temperatus, & sanus, nec labor eius est multus, nec est labor in virtute, meliora sunt cibaria media inter tenuia, & crassa, D quia ipsa ei conueniunt, & non debilitant sicut cibaria tenuia, nec generant cruditatem, & oppilationem, sicut crassa. Et omnis panis bene præparatus arte, ouum gallinarum, caro hœdi anniculi, caput & caro agni, & pecudum, omnes sunt humidæ, & viscosæ. Et caro pullorum, columbarum, & paruarum auium, generat sanguinem calidiorem, & crassiorem sanguine temperato. Sed hepata pullorum, & anserum, & axillæ ipsorum, sunt temperata, & reliquum corpus multarum superfluitatum. Et omnis auis, quæ est multi motus, & cuius pascua sunt in loco boni nutrimenti, mundi aëris, & sicci, est melior multum, & subtilior; omnis verò auis quietis, E est opposita, & peior, & immundior magis. Sed omnia oua bene præparata, & maximè quæ sunt proiecta in aquam calidam, & reperiuntur antè, quàm indurescant, sunt mediocris crassitiei. Et omnes pisces non duræ carnis, nec multæ viscositatis; aut quibus non est viscositas, & sunt boni saporis; & quorum pascua sunt in aquis mundis à sorditie, & aquis fluminum; sunt temperati, & boni nutrimenti. Et de fructibus, vuæ, & ficus, quando sunt benè maturæ super arborem, & citò descendunt de corpore, & quod generatur ex eis, temperatum est in subtilitate, & si non citò descendunt, non sunt bonæ. Et F de oleribus, endiuia, & lactuca, & asparago. Et omne vinum cuius color est color granati clarus, nec est nimis antiquum.

CAPVT III.

De Cibis eupeptis, & dyspeptis.

CIbaria facilis coctionis sunt vnius horum modorum. Primus modus est, quando sunt naturæ non siccæ, sicut sunt lenticulæ; neque sunt duræ sicut lupinus, neque sunt viscosa nimis, vt triticum: neque aspera multùm, vt milium, & panicum; nec multùm vnctuosa, sicut sesamum; nec abominabilia, vt vinum ponticum nimis; nec sunt plurium superfluitatum, vt caro pullorum anseris; nec dominatur eis frigiditas vehemens, sicut lacti acetoso; nec caliditas vehemens, sicut melli. Et modus secundus est secundum naturam digerentium ea; & hoc est vno duorum modorum. Modus primus est conuenientia cibariorum, & similitudo complexionis naturalis corporis, sicut quæ appetuntur, & sapiunt cuilibet homini. Et iam inuenimus homines diuersos in appetitu eorum; & quilibet tamen eorum minùs digerit quod appetit, & ad quæ multùm declinat eius appetitus, quàm quæ non appetit, & ad quæ nõ declinat. Et modus secundus est ex complexione accidentali corporis, in accipiendo cibos contrarios ei, sicut apparet, quod cui dominatur caliditas ex aliqua causa, est cibos frigidos fortius digerere, quia extinguunt caliditatem corporis, & temperant eam, nec calidos digerit; & cui dominatur frigiditas, calidos digerit, sed non digerit frigidos, & cui est corpus humidum totum, stomachus digerit cibos siccos, nec digerit humidos; & cui est actu siccum, est oppositum isti. Et iam declarauimus, quod cibaria subtilia, & media, de se sunt velocis digestionis: & etiam aliquando euenit, vt cibaria crassa velociter digerantur in aliquo corpore, sicut iam memorauimus, & declarauimus, quod panis bene præparatus, & caro gallinæ, duragi, & starnæ, & hepata pullorum anserum, & eorum axillæ, & auium pinguium, & iuuenum, velociùs digeruntur, quàm axillæ macrarum, & antiquarum, & carnes auium omnium velociùs digeruntur, quàm quadrupedũ. Et omne quod est ex animalibus siccis, paruum velocius digeritur, quàm magnum: & ideo caro vituli velocius digeritur, quàm caro bouis: & hœdi anniculi, & agni, velocius digeruntur, quàm caro antiquorum, & quàm capra. Et omne quod est ex animalibus humidis maius, velocius digeritur antè quã durescat, quã minùs: & ideo anniculus ex pecude velociùs digeritur, quàm agnus. Et caro omnis animalis, quod est in augmento, & incremento velociùs digeritur, quam eius, quod inueteratum, & antiquum est. Et caro, cuius pascua sunt in locis siccis, velociùs digeritur, quã cuius pascua sunt in locis humidis, propter superfluitatum paucitatem, quæ sunt in eo cuius pascua sunt in locis siccis: & multitudinem eorum, cuius pascua sunt in locis humidis, & omne, cuius substantia est rara, velociùs digeritur, quam cuius substantia est spissa; & ideo nuces velocioris sunt digestionis, quàm auellena: & oua non dura velociùs digeruntur, quàm dura; & omne quod leuiter, & facilè masticatur. Et similiter lactucæ, & endiuia, & citruli, & cucurbita, facilius coquuntur, quam apium, & carbthum. Et omnis cibus qui melius sapit, magis coquitur abominabili: & ideo vinum dulce coctu facilior est aspero. Quæ tardè digeruntur, tarditatem habent, quia in natura sua sunt aut sicca, aut dura, aut viscosa, aut spissa, aut multæ vnctuositatis, aut superfluitatis, aut abominabilis saporis, aut caliditas est in eis nimia, aut frigiditas. Et quod est contrarium complexioni naturali, quando non appetit. Et quod est conueniens accidentaliter diminuendo corpus, aut addendo in ipsum. Et caro bouis, & caro cerui, & venter, & intestina, & interiora, & aures omnium animalium, & caseus,

caseus, & oua dura, tardè digeruntur, propter siccitatem, & duritiem eorum. Et eorum, quæ sunt ex auibus alcarasym, galfaguelut, & pauones, & ventres omnium auium. Et de granis, oryza, & lupini, & lentes, & milium, & glandes, & castaneæ, & caro hirci, & maiores capræ, sicut meminimus, propter spumositatem, & abominationem eorum. Et caro pecudum, & hepata omnium animalium, & pulli anserum, sunt tardæ digestionis, propter multitudinem superfluitatum eorum, & lac acetosum, propter frigiditatem suam. Et frumentum coctum, propter eius viscositatem, & spissitudinem; & fabæ, & faseoli, propter multitudinem inflationis eorum; & sesamum, propter multitudinem oleagineæ substantiæ; & vuæ, B & ficus, & reliqui fructus, qui non valdè maturantur. Et caro citri, & bedaruch, & rapæ, & pastinacæ, & omnia olera, & radices, & vinum nouum crassum, propter superfluitatem eorum.

CAPVT IV.

De alimentis excrementosis & non excrementitiis; polytrophis, oligotrophis, & mediis.

C Cibi excrementosi sunt caro pullorum anserum præter axillas, & interiora omnium animalium, & cerebra, & aues de paludibus, & lacubus, & culturæ, & cicera recentia, & fabæ virides, & caro animalis lactentis, & omnis caro quiescens non velocis exercitij, & pisces, sicut meminimus, & istorum, ij qui sunt de aquis sordidis thermarum. Cibi non excrementitij sunt axillæ auium, & pedes quadrupedum, & genua, & animalia, quorum pascua sunt in desertis, & in locis siccis. Cibi multi nutrimenti sunt omnes cibi crassi, quando digeruntur bene in multitudine; & omne, quod est superfluitatum paucarum, D & est plurimi nutrimenti. Sed oportet, vt cibi multi nutrimenti sumantur ab eo, qui indiget cibis paucis nutrientibus cum nutrimento multo, sicut est conualescens; & hi cibi grauant stomachum propter multitudinem eorum; & corpori conueniunt indigenti nutrimento multo. Et caro vaccina, & cerebra, & medullæ, & interiora, & ventriculi auium omnium; & pisces, crassæ & viscosæ carnes, & similia; & fabæ, & cicera, & faseoli, & lentes, & lupini, & dactyli, & glandes, & castaneæ, & rapæ, nutriunt eum, qui digerit ea, nutrimento multo crasso. Sed axilla pullorum anserum, & panis similæ, & vuæ passæ plenæ, dulces, & ficus, & lac recenter mulsum, & vinum, E nutriunt multum, propter paucitatem superfluitatum eorum, & plurimam conuenientiam eorum ad corpus. Et nutrimentum lactis est crassum, licet subtilius minus nutriat; & crassum incrassat, sicut vaccæ. Et subtilius est lac asinæ lacte camelæ; & lac capræ est medium inter ista. Et magis nutrit vinum rubrum, crassum, dulce; post hoc nigrum, crassum, dulce; & post hoc album, crassum, dulce; & post hoc album crassum, rubrum, asperum; postea nigrum, crassum, asperum; & post hoc vinum subtile; & de istis etiam omne, quod declinat ad rubedinem, & dulcedinem, F est magis nutritiuum, & minus nutritiuum, est album subtile. Omnes cibi subtiles sunt pauci nutrimenti; & omnes, in quibus est nimia siccitas, & humiditas, aut multa superfluitas, sunt minoris nutrimenti; sicut pedes, & venter, & intestina, & aures, & pinguedo, & pulmo, & caro omnium auium, & animalium antiquorum, parum nutriunt, propter siccitatem, quæ est in eis. Et ideo panicum, & milium, & papauer, & oliuæ, & nuces, & amygdalæ, & auellanæ, & zarur, & caules, & cappares, & fructus lentisci, & vuæ passæ, ponticæ, & pira pontica, omnia parum nutriunt, propter siccitatem eorum. Sed pisces, & cucurbitæ, & granata, & mora, & poma, & pruna, & chrysomela, parum nutriunt, propter multitudinem humiditatis eorum; & nutrimentum eorum neque remanet, sed dissoluitur citò. Vnde panis hordei, & furfur, & fabæ humidæ, & omnia olera, velut caules, & sicla, & acetosa, & portulaca, & raphanus, & sinapi, & nasturtium, & pastinacæ, parum nutriunt, propter multitudinem superfluitatum eorum. Et cæpæ, & allia, & porri, quando comeduntur cruda, non nutriunt; sed quando coquuntur in cibis, nutriunt nutrimento pauco, bono, sicut memorauimus. Et medulla panis lota bene, & amylum, sunt nutrimenti pauci, propter subtilitatem eorum: sed ficus, & vuæ passæ, sunt inter ea, quæ minus nutriunt, & quæ plurimum nutriunt; & eorum nutrimentum est tenerum humidum; & similiter nutrimentum fabarum. Et omnes cibi quibus hoc dominatur dominatione forti, amittunt id, quando elixantur, aut assantur, aut infunduntur, & nutriunt nutrimento paruo.

CAPVT V.

De alimentis euchymis, cacochymis ac mediis.

Cibaria boni chymi sunt omnia cibaria temperata, & in quibus non est nimia fortitudo: & in quibus non fit egressio in quantitate, generant sanguinem clarum, mundum, & omne quod est simile istis, est conueniens omni corpori, & omni tempore, in corpore temperato, & in tempore temperato. Sed corpora, quæ egrediuntur temperamentum, indigent cibariis, quorum virtus sit egressa temperamentum, contrariis virtuti dominanti super corpus temperatum: & similiter etiam corpora temperata in tempore non temperato. Ac cibariorum temperatorum quædam sunt crassa, & quædam subtilia, & quædam sunt media horum. Et hæc cibaria temperata, media inter subtile, & crassum, sunt meliora omnibus hominibus, & maximè temperatis, & in tempore temperato. Et iam quidem narrauimus cibos crassos, & subtiles, & medios: & nominauimus eos, qui sunt boni: & quando quælibet eorum est bona species: & remansit, vt nominemus cibos generantes chymum bonum, & diminutos, secundum quod diuisimus.

Dico, quod panis frumenti mundi bene factus arte sua, quando comeditur in die suo: & caro gallinæ, & hœdi anniculi caput: & pisces non cum duritie, nec multæ viscositatis, quibus non est zinuma, nec malitia, nec pinguedo plurima: & quorum sunt pascua in aquis non sordidis, nec aquis thermarum, qui non nutriuntur malè, nec sunt velocis corruptionis, sed remanent tempore longo antequam mutentur: & omnia oua non dura, benè parata, & cocta: & omne vinum boni odoris, leue, in quo est dulcedo pauca: omnia sunt boni chymi temperati inter subtile, & crassum. Sed panis de simila bene paratus ex arte, & phasiani, & duragi, & pulli columborum, & axillæ omnium auium: & pisces parui, quibus non est pinguedo multa, & sunt teneri, in quibus non est viscositas manifesta, & quorum pascua sunt secundum quod nominauimus: & piscibus paruis teneris sal remouet viscositatem: & furfur hordei, & vinum boni odoris, persicum, vel citrinum: omnia hæc sunt boni chymi, ac subtilis; & lac recenter mulsum

est boni chymi, nisi quod ipsum est crassum; & ideo aliquando coagulatur in stomacho; & propterea admiscetur ei mel, & sal, & attenuatur cum aqua. Et melius lac, & temperatius, est lac capræ, quia est subtilius, quàm lac pecudum, & vaccæ; & est crassius, quàm lac asinæ, & camelæ, & debet accipi lac ex animalibus sanis, iuuenibus, bene nutritis; nec est accipiendum in tempore, quo lactant, quia tunc est crassum; & attenuatur post paulatim, donec sit aquosum. Et melius est recipere lac statim mulsum, antequàm immutetur ab aëre, quia velociter immutatur. Et lagana, & caseus humidus, & panis similæ bene paratus, & ex arte coctus, & panis frumenti, & caro vituli, & partes, & vbera, & hepata, & interiora, & de granis fabæ, & de vino id, quod boni est odoris, dulce: omnia hæc generant chymum bonum, & crassum.

Omnia cibaria quæ non temperata sunt, non generant sanguinem purum, mundum, clarum. Cibariorum mali succi tres sunt species. Eorum enim quædam pituitam procreant; quædam vero bilem flauam; quædam autem atram bilem. Et oportet omnem hominem dimittere multitudinem eorum, & continuationem assumptionis eorum; etsi enim digerant ea, nec inferant nocumentum citò, tamen adunantur in corpore continuantis acceptionem eorum in longo tempore chymi generantes ægritudines malas; & non dimittat omnem speciem eorum, quæ addit in eo id, quod dominatur in corpore eius, sed accipiat etiam id, quod est oppositum ei, quod dominatur corpori, quod est nocuum minus. Et ego finio commemorationem horum cibariorum. Et memoro, quod generatur ex quolibet eorum. Et dico, quod omne quod accipitur ex pane, & farina multi furfuris, & frumenti antiqui, aut farinæ, est mali chymi, generans atram bilem. Et caro pecudis omnis addit aliquid pituitæ. Et caro capræ multorum annorum omnis atram bilem gignit. Et mala est caro hirci, & caro bouis, & hirci syluestris; & pòst caro hirci maximè non castrati; & post caro pecudum multorum annorum; & post caro bubula. Et ex istis caro castrati est melior multo. Caro capreoli, cerui, & leporis, est præter malitiam, quam memorauimus. Ex membris animalium, renes sunt mali chymi, propter spumositatem, & superfluitatem, quas acquisiuerunt ex malitia vrinæ. Cerebrum auget pituitam; & omnes ventres accumulant pituitam, propter multitudinem superfluitatis eorum; & oua cocta in tegmine, vel in testis, generant nutrimentum crassum, & corruptibile; & similiter caseus, & maximè antiquus. Fungi generant chymum crassum, & frigidum. Et fænum græcum, & cicera, sunt mali chymi, propter id, quod est in eis de caliditate. Et lentes melancholicum succum gignunt. Et milium, & panicum generant sanguinem crassum. Pisces duri quibus dominatur viscositas, generant phlegma; & si fuerint saliti & antiqui, generant melancholiam. Ficus siccæ, si multæ sumantur ex eis, generant superfluitates putridas, & multiplicant pediculos. Et pyra, & poma, si comedantur matura, generant chymum frigidum. Et similiter cucumeres, & citruli, & aqua bathecæ, & cucurbitæ aliquando antè quàm digerantur, adducunt in corpore accidentia mala; & aliquando faciunt in stomacho corruptionem; corrumpuntur enim in eo, & generant chymum malum, & maximè si inueniant in stomacho malam superfluitatem; & ideo accidit indigestio illi, qui comedit bathecam. Et olera omnia sunt mali chymi, propter multitudinem superfluitatum in eis, & paucitatem nutrimenti. Et cæpæ, & allia, & raphanus, & rapæ, & pastinacæ, propter malitiam caliditatis, quæ est in eis, & acuitatis. Et quandoque addunt in choleram, & quandoque in melancholiam, sicut meminimus iam. Sed quando coquuntur, & effunduntur ab aqua illa, & coquuntur cum alia, remouetur caliditas, & acuitas ab eis. Et bedarus calefacit sanguinem calefactione forti. Et caules generant melancholiam: & similiter omnes herbæ similes.

Cibaria media sunt panis ex farina crassa, & caro castrati, & ex vacca, & pecude; & ex membris, lingua, & intestina, & aures; & ex fructibus, vuæ, & batheca, & maximè appensæ, & ficus maturæ humidæ, & siccæ cum nucibus, & castaneæ: & ex oleribus, lactuca, & post endiuia, & post citruli, atriplex, & portulaca, & olus iamenum, & acedula, & olera, quibus non est multa acuitas.

CAPVT VI.

De alimentis calidis, frigidis, humidis & siccis.

CIbaria calida conueniunt ei, cui dominatur frigiditas: & in temporibus, & in partibus frigidis, & in ciuitatibus frigidis. Et vitare debet ipsa ille, qui est calidæ complexionis, & in temporibus calidis, & in ciuitatibus calidis. Ex quibus sunt frumentum coctum, & panis frumenti, & cicera, fœnum Græcum, & dactyli, & sesamum, & cannabis, & vuæ dulces, & passulæ dulces, & apium, & ruta, & raphanus, & rapæ, & sinapi, & pastinacæ, & allia, & cæpæ, & porri, & caseus antiquus, & vinum dulce, & calidum, & vinum dulce antiquum citrinum.

Cibaria frigida debent administrari ei, qui est calidi corporis, & in temporibus calidis, & in ciuitatibus calidis. Et ex illis est hordeum, & omne quod fit ex eo, & milium, & panicum, & cucurbita, & batheca, & cucumeres, & citruli, & pruna, & persica; & quæ declinant ad acetositatem, & ponticitatem, sicut vuæ, & passulæ, & fructus palmæ, & radix eius; & lactucæ, & endiuiæ, & portulacæ, & papauer, & poma, & pyra, & granata pontica sunt frigida, terrea: & ea quæ sunt acetosa, sunt frigida, subtilia; & acetum frigidum, subtile, nocens neruis: & vinum nigrum ponticum est minus calidum vino albo, sed tamen hoc est crassum, nocuum, & malum.

Cibaria sicca conueniunt ei, in cuius corpore dominatur humiditas, & in temporibus, & in ciuitatibus humidis. Et ex his sunt lentes, & caules, & sauich sicca, & omne quod assatur, & omne, quod frixum est. Et omne in quo plurimum vini, & muriæ ponitur, & acetum, & sinapi, & caro omnis multorum annorum animalis.

Cibaria humida conueniunt ei, qui siccæ complexionis est, & in temporibus, & in ciuitatibus siccis. Et ex eis est hordeum, & batheca, cucurbita, citruli, & cucumeres, & nuces humidæ, & vuæ, & ficus, & pruna, & radix palmæ, & mora, & lactuca, & olus iamenum, & cathasi humida, & faseoli humidi.

CAPVT VII.

De alimentis eustomachis, pituitam incidentibus, & cacostomachis.

IAm memorauimus, quod quando est in aliquo membro corporis morbus, oportet sit plurimum intentionis

tionis tuæ in cibariis; quæ conueniunt illi membro; A & maximè quando morbus existit in stomacho, aut in capite, aut in hepate, aut in splene, aut in renibus. Et quando stomachus est debilis, & mollis, rectificant eum cibaria styptica, sicut cydonia, & oliuæ, & aquæ, quæ sunt salsæ, & acetum, & oleum ponticum, & vuæ sepultæ in vinaciis vuarum, & agresta, & vinum ponticum subtilis odoris. Et cortex citri, quando accipitur de eo parum, confortat stomachum: & quando accipitur de eo multum, grauat, quia substantia eius sola, est duræ digestionis. Et omnis cibus, & potus stypticus, si præmittatur ante alios cibos, stringit ventrem: si accipiatur post alios cibos, & potus, lenit ventrem, nam propter duritiem eius adiuuat stomachum in deponendo cibum. B Et aliquando aggregatur in stomacho phlegma viscosum, & adhærés, & auferens appetitum ab eo: & rectificant eum cibaria, quæ incidunt phlegma, & mundificant stomachum, sicut sinapi, & nasturtium, & raphanus, & vinum calidum, & nuces cum ficubus. Et aliquando est mollis, & debilis, in quo est phlegma adhærens: & conueniunt quæ amouent phlegma, & mundificant ipsum, & corrugant substantiam eius, & confortant, vt capparis præparata cum aceto solum, aut cum aceto, & melle, & fumus terræ, quando comeditur cum aceto, & vinum ponticum, C quando miscetur cum vino calido boni odoris. Et quando generatur in stomacho calido, tunc cuscutæ, & apium mundificant eum.

Siela est mala stomacho propter mordicationem, quam habet ex acuitate, & bauracitate; & rapæ, quando non valde coquuntur; propter mordicatiuum quod est in eis; & olus iamenum, & cataf, propter viscositatem eorum, & ideo oportet, vt comedatur cum aceto, & muria. Et fœnum Græcum est malum stomacho, facit enim incensionem. Et sesamum est malum stomacho, propter vnctuositatem, & multitudinem oleaginosæ substantiæ; & lac propter velocitatem immutationis D eius naturæ; nam acescit in stomacho frigido, & conuertitur in choleram citrinã in stomacho calido. Et mel, quando plurimum accipitur de eo, pungit stomachum, & facit incensionem. Et batheca similiter facit incensionem, quando non digeritur in stomacho; & generatur ex ipsa humor malus, & ideo generat indigestionem; & oportet vt post comestionem bathecæ accipiatur cibus plurimus boni chymi. Et cerebra omnia sunt mala stomacho; & ideo oportet, vt comedantur cum origano, & mentastro syluestri, & sinapi, & sale; & medulla. Et vinum nouum, crassum, nigrum, ponticum, velociter acescit in stomacho, & facit incensionem. E

CAPVT VIII.

De alimentis cephalalgicis, flatulentis, & flatulentorum emendatione.

LAc, & dactyli, & vua, quæ sepulta est in vinaciis vuarum, & ruta, & fœnum Græcum, & sinapi faciunt dolere caput. Et vinum citrinum antiquum facit dolere caput, & inebriat, plus, quàm vinum ponticum F nigrum. Et vinum album non facit dolere caput. Et omne vinum paucam sustinens aquam non facit dolere caput; imò aliquando sedat dolorem capitis, & est capiti melius, quam aqua quando est sola.

Cibaria, quæ inflant ventrem, sunt cicera, & fabæ, & maximè, quæ coquuntur integræ; sed si torrefiant, minuitur earum inflatio; & post ista faseoli, & almesci, & lentes, & hordeum, quando non bene coquuntur, & foca, & ficus humidæ generant inflationem; sed eorum inflatio descendit velociter. Et vuæ multum maturæ minus sunt inflatiuæ. Sed ficus siccæ non inflant; & humidæ inflant. Et lac generat in stomacho ventositatem, & mel, quando non coquitur; sed quando coquitur, & remouetur ab eo spuma eius, non inflat. Et vinum dulce, & ponticum, & vua.

Omnis cibus flatulentus si sit bene paratus ex arte, & bene paratus in coctione, & maturitate, minuitur eius inflatio; & si miscentur ei species dissoluentes ventositatem, sicut cinnamomum, anisum, & alcheisim, & ruta, minuit inflationem. Et acetum mixtum cum melle similiter tenuat ventrem, & expellit inflationem.

CAPVT IX.

De detergentibus, diureticis, incidentibus, attenuantibus, aperientibus, & anacatharticis.

DE iis quæ mundificant est furfur, hordeum, & fœnum Græcum, & batheca, & oleum dulce, & fabæ; & cicera nigra sunt de iis quæ mundificant renes, & frangunt lapidem generatum in eis. Et cappares cum aceto, & melle, quando comeduntur ante cibum, abstergunt, & mundificant stomachum, & intestinum, & aperiunt oppilationes. Et sicla etiam aperit oppilationes hepatis, maximè quando comeditur cum sinapi. Et cæpæ, & allia, & porri, & raphanus, incidunt, & subtiliant humores crassos, & caseus similiter subtiliat. Et ficus humidæ, & siccæ mundificant, & abstergunt renes. Et amygdalæ propriè amaræ mundificant, & attenuant, & aperiunt oppilationes hepatis, & splenis; & adiuuant ad spuendum humiditatem ex pectore, & pulmone. Et fistici confortant hepar, & aperiunt oppilationem eius. Et mel apum tenuat, & mundificat, & maximè quod colligunt apes de arboribus calidis, & siccis, siue planta, sicut est origanum; nam mel attenuat sputum crassum, & iuuat ad spuendum. Et secaniabin tenuat, & incidit humiditatem crassam, & viscosam; & aperit oppilationem hepatis, & splenis, & mundificat pectus, & pulmonem. Et vinum subtile mundificat venas ab humore crasso, quando ei est acuitas, & incisio; & confert ei, in cuius corpore est humor crassus, & frigidus. Et vinum subtile aquosum adiuuat ad spuendum humiditatem ex pulmone, cum confortatione membrorum, & humectatione, & attenuatione crassarum superfluitatum, quæ sunt in eis, & hoc etiam operatur vinum dulce.

CAPVT X.

De obstruentibus, seu Emphracticis alimentis.

DE iis quæ oppilant est lac, quando in eo fuerit aquositas pauca; & similiter caseus multus, quoniam adducit oppilationem in hepate, & lapidem in renibus ei, qui multiplicat assumptionem eius, & cuius renes, & hepar parata sunt recipere læsionem. Et omnes cibi dulces sunt mali hepati, & renibus, quando est in eis crassities. Et lac si comedatur solum, auget crassities splenis, & hepatis: & si comeditur cum eo, quod subtiliat, & mundificat, sicut est mentastrum syluestre, & origanum, & piper, aperit oppilationem hepatis, & splenis: & dactyli humidi, & omnia quæ accipiuntur ex frumento, præter panem bene paratum ex arte. Vinum dulce generat oppilationem in hepate, & lapidem in renibus, & crassum reddit splenem. Omne

quod tardè descendit; est sicut quod accipitur ex medulla frumenti, & fabarum, & lentium, & cerebra, & hepata, & interiora, & omnia oua dura elixa, & assa, & oua frixa, & faseoli, & sesamum, & glandes, & poma, & pyra pontica, & vinum dulce, ponticum, crassum, nouum, & omnes aquæ.

CAPVT XI.

De alimentis quæ facile aut difficile corrumpuntur.

DE iis, quæ velociter corrumpuntur in stomacho, sunt chrysomela, & mora, & batheca; quæ si citò non descendunt de stomacho, & obuiant humoribus malis, citò corrumpuntur. Et debent ista comedi ante cibum, amouenda de stomacho, propter velocitatem descensionis eorum, & lubricitatem viarum in eo, qui comedit prius ista; nam quando comeduntur post cibum, corrumpuntur propter moram eorum in stomacho, & relinquunt corruptum cibum corruptione eorum, & quandoque taliter corrumpuntur, vt eueniat sicut venenum perniciosum.

De cibis qui non velociter corrumpuntur in stomacho, melior, est crassus, solidus, tardæ digestionis, sicut caro vaccina, & pedes: & maximè pedes vaccæ, & quæ assimilantur istis.

CAPVT XII.

De alimentis aluum subducentibus & astringentibus.

QVando superfluitates ciborum tardè descendunt de stomacho, & intestinis, debent dari cibi lenientes, & pungentes, in quibus sit dulcedo, aut acuitas, aut salsedo, aut nitrositas, vt aquæ caulium, & lentium; leniunt enim ventrem, & eorum substantia stringit ventrem. Et brodium galli antiqui, & panis multi furfuris, & fœnum Græcum cum melle. Et oliuæ cum aqua, quando comeduntur ante cibum cum muria, leniunt ventrem; & quando etiam comeduntur post cibum sine muria, & maxime quæ sunt ponticæ, cum aceto, confortant stomachum, & deprimunt cibum sicut iam memorauimus de rebus stypticis confortantibus stomachum. Et lac subtile, & multæ aquositatis, & caseus A quando maxime admiscetur ei sal, & mel, & caro paruorum animalium, & sicla, & chataf, & oxis, & cucurbita, & batheca, & ficus, & passulæ dulces, & nuces humidæ, & siccæ quando mollificantur in aqua, & mora, & pruna humida, & sicca quando infunduntur in aqua mellis, aut comeditur, aut bibitur vinum dulce, & differtur plurimum cibus, sunt lenitiua ventris. Et aqua mellis aliquando tendit velociter in venas, & vadit cum ea totum nutrimentum, & claudit ventrem, & prouocat vrinam; & aliquando mundificat stomachum, & mordicat, & excitat ad deponendum cibum, & leniendum ventrem. Et mel quando non coquitur B lenit ventrem, etsi coquatur non lenit; & similiter aqua mellis, quando multum coquitur. Et secaniabin mundificat stomachum, & intestina; & quandoque facit in intestinis tenesmon. Et vinum dulce, & mustum, leniunt ventrem.

Quando est descensus cibi de stomacho ante suam digestionem, debent ministrari cibi stringentes styptici, & ipsi sunt, in quibus dominatur stypticitas, aut ponticitas, aut crassitudo; & tales sunt cydonia, & pyra, & grana myrti, & fructus spinæ albæ, & substantia lenticularum, & castaneæ, & glandes, & vinum ponticum: & hæc stringunt C ventrem cum stypticitate, & ponticitate ipsorum. Et oryza, & panicum, & milium & sauic hordei, stringunt ventrem cum siccitate eorum. Et caro leporis, & caules cocti post effusionem aquæ primæ ab eis, cum aqua eorum secunda, & lac coctum, & caseus, stringunt ventrem cum crassitie sua. Et oportet, vt lac coquatur, donec sit aquositas consumpta, nam eius aquositas lenit ventrem; & etiam possibile est, vt lapides fluuiales, aut frusta ferri igniti, remoueant illum ab eo. Et quando separatur aqua eius, confert descensui superfluitatum acutarum, nisi sint multum crassæ, quando fit operatio D cum eo. Sed aliquando caseatur, & glutinatur in stomacho: & aliquoties egreditur à stomacho, & generat in hepate oppilationes, aut lapidem in renibus; & oportet propterea mittere in ipso post consumptionem aquositatis aliquid ad sublationem ipsius, & vt non caseetur, nec generet oppilationem, nec lapidem. Et omnia acetosa, sicut poma acetosa, & granata acetosa, si inueniunt in stomacho humorem malum, & crassum incidunt, & expellunt, & leniunt ventrem; sed si inueniunt mundum, astringunt ventrem.





GALENI DE ATTENVANTE VICTVS RATIONE LIBER VNVS.

ARGVMENTVM LIBRI.

Agit de eduliis, quibus tenues ac salubres humores in corpore redduntur.

CAPVT I.

Quæ sit rationis victus attenuantis vtilitas.

A QVVM victus ratio attenuans plerisque diuturnis morbis adeò conferat, vt sola ea, sine vllo alio medicamento sublati sæpè fuerint, operæ pretium fuerit de ea distinctiùs perscribere. Sunt enim quos præstiterit sola victus ratione, sine medicamentis persanare. Vidi equidem non paucas arthritidas, quæ iam articulorum ossa nudarant, alias quidem hac victus ratione in totum persanatas, alias mitiores fuisse redditas. Vidi præterea & eorum B plerosque, qui spirandi difficultate quam δύσπνοιαν vocant sæpè prehenduntur, adeo leuatos, vt aut prorsus conualescerent, aut longo saltem interuallo leuiter affligerentur. Eadem etiam hæc tenuans victus ratio magnos lienis tumores, & hepatis scirrhum colliquat. At hæc epilepsias paruas quidem, & etiamnum incipientes penitus sanat; inueteratas verò ac consummatas iuuat non mediocriter. Hanc victus rationem medici tenuantem appellarunt, quemadmodum aliam ei contrariam, incrassantem, pro eo humore scilicet quem in corporibus nostris gignit, nota C autem longa experientia nobis est, & ratione explorata; nam olfactus ac gustus mentem nostram ad omnes eiusmodi cibos discernendos satis instruunt. Quæ enim sensus nostros pungunt, ac mordicant, ea omnia palàm est acria esse, & quæ succos crassos tenuare queant; quæ etiam, si largius æquo sumpta fuerint, ventriculum mordicant, ciborúmque nauseam magnam inducunt, & halitus acres emittunt, non modò dum manduntur, sed etiam postquam è corpore fuerint egesta. Plurima autem eorum vrinas, & sudores graueolentes, & acres promouent; phymatibus præterea, ac furunculis sunt accommoda; D quædam autem ex ipsis cutim diuellunt facilè, atque erodunt; alia vero pertundũt; alia ipsius partem aliquam in pus vertunt: vlceráque magna, & quas vocant escharas, efficiunt. Hæc omnia satis probant ea acrem quandam, atque incidentem habere facultatem: cui rei euidentissimo etiam sunt argumento humores in corpore nostro ab eis extenuati, quin & experientia ipsa rationem confirmat; videmus enim corpora omnia, in quibus humores frigidi, crassi, ac lenti abundant, huiusmodi ciborum vsu maiorem in modum alleuari.

CAPVT II.

Quæ sint oleracea attenuantia, et diligentia in eorum vsu adhibenda.

VT in aliis, ita in his quoque oportet medicum tempori, ac mensuræ vsus diligenter esse attentum: periculum enim est, si quis non rectè iis vtatur, nè tandem prauo succo impleatur. Verùm de omnibus in præsentia tradere non est institutum, sed de eduliis duntaxat pertractare. Nemo igitur est qui allium, cæpam, nasturtium, porrum, & sinapi, propterea facultatis ipsorum vehementiam, ignoret in genere esse tenuantium: post illa autem smyrnium, pyrethrum, origanum, calaminthen, sisymbrium, pulegium, satureiam, thymum: quæ omnia viridia quidem, & priùs quàm exiccentur, manduntur: exiccata verò iam non ampliùs sunt cibi, sed medicamenta. In summa, omne quod siccum est, viridi est valentius; eorum verò, quæ sicca non sunt, maturiora minus maturis: & quæ in montibus ac locis siccis proueniunt, iis quæ in campestribus, ac planis, & hortis, ac paludibus crescunt sunt fortiora: hæc sanè sunt, quæ de iis communiter scire conuenit. Prædictis autem ordine proxima est capparis, & therebinthi fructus: his autem eruca, sium, apium, petroselinum, orminum, rhaphanis, brassica, & beta. Malua verò, & blitum, & atriplex, tametsi iis specie sunt proxima, facultatibus tamen dissident, aquea enim sunt, minimúmque acris facultatis habent, quo modo cucurbitæ, & citruli, melones, melopepones, & pruna: humida enim sunt hæc omnia, ac frigida, & pituitosa, potissimùm si cruda, & non elixa mandantur. Atque hinc adeo fit, vt quidam citrulos, ac cucurbitas duriores elixent. Ex pomis præterea, ac ex pyris ea minus nocebunt, quæ cocta fuerint. Ad hæc ex iis, quæ cruda manduntur, ea prædictis minus sunt noxia, quæ ad reponendum sunt apta. Sed de his non est nunc dicendi locus.

CAPVT III.

De differentia attenuantium oleraceorum ex ætate, ac communis ratio ipsorum dignoscendorum.

RVrsus igitur ad eos cibos, qui succos crassos in corpore tenuãt reuertamur, ab iis vnde sumus digressi, auspicantes; exactiùs enim de ipsis determinare est necesse. Omnia igitur tenera, & increscentia propter humiditatem, qua adhuc toto incrementi tempore affluũt, facultatibus (vt paulo ante diximus) sunt moderata. Quo fit, vt pleraque medicamenta, dum oriuntur, & adolescunt, non aliter, ac cibi mandantur, vt silphij, ac sinapis stolones, pyrethri, eryngij, & multorũ aliorum, quę olera syluestria vocare consuerunt; quæ haud ita multo post spinis adeò horrescunt, vt ne pecoribus quidẽ sint vesca. Hæc autem omnia, vbi commaturuerint, magnam quidem habent incidendi facultatem; tenuant verò admodum, dum oriuntur adhuc, atque adolescunt. Pari modo & vrtica, priùs quàm exiccetur, est esculenta, præterea fœniculus, ruta, coriandrum, anethũ eiusdem cum illis sunt speciei, euidentérque etiam calefaciunt. Aliud autem est olerum agrestium genus, quæ memoratis minùs incidunt, vt mediocris non secundæ sint naturæ, quippe quæ neque incidant manifestè, neque densent. Olera autem communi nomine huiusmodi omnia *serides* nominantur, singulis tamen speciebus singula nomina à rusticis fuerunt imposita, vt lactucæ, condrillæ, tum iis, quæ Syrij gingidia vocant, tum aliis id genus plerisque apud singulas gentes. Athenienses tamen omnia communi nomine appellant, veteres autem ipsorum speciebus nullum nomen indiderunt. Quum igitur plures horum sint species, & earum pleræque, propterea quod non vbique proueniunt, multis sint ignotæ, vbi eorum facultatem in genere didiceris, nihil erit, quod ea oculis singulatim inspicere, ac dignoscere desideres, sed ipsorum duntaxat enarratio tibi satisfecerit. Siquid igitur olfactui, aut gustui, aut vtrique simul acre, & mordicans, & calidum apparebit, scito id facultatem habere tenuandi, atque incidendi. At siquid olfactui odorem bonum inferens, aromatis speciem gustui repræsentet, id quoque viribus calidum esse oportet, sed non æquè, ac mordicantia, & rodentia, & insigniter calefaciẽtia. Incidunt præterea, & quæ saporem quendam habent nitrosum, aut salsum, quorum etiam plurima aluum deiiciunt; nec minùs iis amara tenuandi facultate sunt prædita: atque hinc adeò fit, vt plurimis huiusmodi vulgò vescantur; differunt tamen in eo plurimùm, si vnà cum eis oxymel, aut acetum, aut sal aut oleũ, aut aliud id genus sumatur; eorum enim facultas aceto, & melle intenditur, oleo autem minuitur. Siquidem oleum ipsum, præterquam quod succos crassos non incidit, eorum etiam omnium, quæ id præstare possunt, robur imminuit. Huius etiam generis sunt cibi omnes aquei, ac mucosi, præterea olera plurima potissimum hortensia propter superfluam humiditatem; quibus omnibus cum aceto vescuntur, eis quidem, quæ cruda libenter mandunt, id non permiscentes, his verò, quæ elixant, oleum infundentes. Quidam autem pro delitiis acetum omnibus permiscent, sed cum melle, vel sinapi, vel libystico, vel cumino, vel apio, vel id genus aliquo commiscentes. Natura enim ipsa suggerit, quid sit faciendum, ac docet non eos modo, qui hoc apertiùs norunt, sed etiam imperitos, atque idiotas. Quin & ipse iis, quibus victus ratione tenuante opus erat, delitiis eiusmodi vti iubebam, præterquam carne dactylorum, quam multam pulmentis plurimis commiscebant. In summa autem de iis delitiis est habendum, omnes eas tenuantibus esse accensendas, quæ tum cum multis acribus, & calidis (cuius- A modi sunt ea, quæ nuper memorauimus) tum cum cæpis, alliis, & coriandro præparantur: quibus verò ea parciùs fuerint permixta, substantiam incrassantem habent copiosiorem.

CAPVT IV.

De olerum, & arborum germinibus attenuantibus.

QVoniam autem ab initio de cibis oleraceis disserui (in eo enim genere plurima sunt, quæ tenuant) proximum sanè fuerit de asparagis, quos vocant, disserere, eliis, mixacãtho, camædaphne, vite alba, vitice, spina, & aliis eiusmodi. Eodem in genere sunt vitium ger- B mina, & rubi, & omnia denique arborum germina, quibus vesci consueuerunt. Mixacanthus igitur, quem vocant, mediæ quodammodo est facultatis, ab eo autem elij, & camædaphne vtrinque non multum differunt. Stomacho autem non minus prædictis commodant vitis albæ, & viticis, & spinæ asparagi; omnium autem maximè austeri, atque astringentes, quales sunt vitis, ac rubi. Spinæ verò asparagus aluum deiicit. Sed quæ purgant quidem, non possis ante experientiam cognoscere, quæ verò ventriculum roborant, coniectura possis assequi. Omnia enim stomachum iuuant, facultatísque sunt mediocris, quo in genere est palmæ cerebrum; sic enim nominatur tenerum germen, quod C è summa ipsa planta producitur, vt elate in oleribus. Qui autem amaroris quidpiam præseferunt, quanto amariores, tanto iis sunt ficciores, & incidentes magis. Quòd si linguam euidenter mordeant, ac calefaciant, in tenuantibus erunt numerandi. Verum de oleraceis quidem eduliis hæc sufficiant.

CAPVT V.

De seminibus olerum.

DE seminibus autem deinceps tractabo. Vt autẽ de his in vniuersum dicam, facultate plantæ suæ sunt D similia, nisi quod illis prorsus sunt sicciora, eóque magis tenuantia: non omnia tamen sunt vesca, vt ne herbæ quidem ipsæ, quarum semina manduntur, omnes sunt esculentæ. Omnia tamen semina, quibus vescuntur, sua natura ad siccius & calidius magis, quàm herbæ ipsæ, semper sunt propensa. Proinde & papaueris semen herba ipsa est melius, adeo, vt tanquam innoxium panibus ipsum immisceant, & placentis. Quòd tamen & ipsum palàm refrigeret, ex eo intelliges, quod caput grauat, & soporiferum est, non tamen æquè, ac eius succus, sed quanto is magis refrigerat, tãto est semine magis E soporifer: Soporiferum est & lactucæ semen: quandoquidem & olus ipsum frigidum est, & humidum. Ab his igitur frigidis & humidis seminibus eis est cauendum, qui tenuante diæta vti volunt. Nam sisami semen succum crassum ac lentum in corpore gignit: apij vero, & petroselini, cumini, carui, anisi, præterea libystici, sinapis, ameos, dauci, seseleos, & omnium denique odoratorum, & acrium, & euidenter calefacientium semen tenuante diæta vtentibus conuenit. Quorum quædam F adeò sunt fortia, vt nihil à fortissimis medicamentis diffideant: cuiusmodi est rutæ semen, quod validum admodum est ac tenuans. Pari modo, & cannabis semina: hæc enim non modo sunt medicamentosa, sed caput etiam tentant. Quocirca vnicum est tempus, quo quis rectè iis vtatur, quum scilicet sanguinem per vrinas purgare volet. Verum de medicamentis dicere nunc non est propositum, vt quorum vis & actio est magna, eóque non est eis insistendum.

CAPVT VI.

De Frumentaceis ac edulis quæ ex eis parantur.

AD aliud ſeminum genus eſt tranſeundum, quæ cerealia appellant; hæc autem appellatio in toto eorum genere Græcis eſt vſitatior, quàm leguminum nomen, quæ nonnulli chedropa etiam nuncupant. Omnia autem generaliter vocantur legumina: ſpeciatim verò ea ſola ex eis appellantur chedropa, quæ manu carpuntur: alia cuncta, quæ falce putantur, frumenta; quidam autem ſolum triticum, frumentum vocant; alij hordeum quoque ei adiungunt. Sed vocet quiſque, quo libeat, nomine, ipſe vero de B eorum omnium facultatibus deinceps pertractabo. Triticum ergo firmiſſimi eſt alimenti, ſuccúmque craſſum admodum gignit ac lentum, proinde, niſi quis ipſum, quo modo nunc præparatur, exhibeat præparatum, ſuccus ex eo ſuccreſcet vehementer craſſus ac lentus. Tritico igitur ſimpliciter elixo non eſt veſcendum, vt in Aſia pleroſque ruſticos eſitare obſeruaui. Nam condiunt id pauco ſale, nec ipſum in farinam redactum, vt ἔτνος, id eſt pulticulam, aqua vel lacte perfundentes, elixant. Cæterùm quod eo modo eſt paratum ad coquendum eſt difficile, & craſſi ſucci: ſola autem ea præparatio eſt probanda, C quæ fermento conſtat, ſale, & clibano: paulo deterior, quæ minore furno: ex reliquis vero nulla eſt, de qua verba facere ſit neceſſe. Eſt & in tritico non parua ſpeciatim differentia: quippe quod graue eſt ac denſum, & in profundo flauum, copioſiſſimi id alimenti eſt, craſſique ſucci ac lenti: contra quod leue eſt & rarum & album, minus nutrit, ſuccúmque gignit craſſum minùs ac lentum. Similago autem & alica multum alunt, craſſique ſunt ſucci ac lenti. Verùm ſimilaginem quidem non conuenit eos attingere, qui extenuante victu vtuntur. Alica verò poſſunt veſci moderatè, tum ſola aquæ incocta, tum D verò cum mulſo, aut vino, & eo quidem dulci, ſed flauo ac tenui, & quod viribus falerno ſit proximum. Poſſunt & aliis multis cibariis permiſcere, & maximè betis tritis, & iuſculis accommodatis. Quòd ſi quis pultem, aut ſorbitionem ex alica parare volet, conueniet non anethi modo, ſed & porri quidpiam, vel pulegij, vel calaminthes, vel hyſſopi immittere. Piper præterea ſi miſceatur, non ſolùm elixationibus eiuſmodi, ſed aliis etiam propemodum omnibus, quæ ad tenuantem diætam conferuntur, non mediocriter iuuabit. Ptiſana autem ipſa quidem per ſe nonnihil abſterget, vt hyſſopo non magnopere egeat. Si quando tamen ipſius vim augere ve- E lis, piperis aliquid ei permiſcuiſſe ſuffecerit. Mel verò ptiſanæ immiſcere non eſt opus, niſi quis ea, quæ thorace ac pulmonibus continentur, ſtudeat expectorare. In hepatis verò ac lienis affectibus ipſum admiſcere non conuenit: nam horum viſcerum tumores à ſorbitionibus ipſis ſolis ex alica adaugentur, & multò magis, ſi cum melle eas paraueris: at de mellis quidem vſu omni paulo poſt dicemus. Nunc autem ad hordeum redeundum: non enim in ptiſana tan- F tum eo veſcimur, ſed & panes hordeaceos conficimus, & eius farinam cum lacte elixamus: præterea ex eo frixo polentam conficimus: denique non ſecus, ac alicam, coctum ipſum in aqua cum vino dulci aut ſapa exhibemus. Verùm quod ad panes quidem pertinet, ſcire oportet, omnes, quoquo modo parentur, exigui eſſe alimenti, ſuccúmque craſſum, ac flatus minimum generare. Polentam verò omnem A ſimiliter, ac panes, nutrire, niſi quod ſiccat magis, propterea quod frixa eſt: farinam ipſam vtriſque eſſe humidiorem, excrementoſámque magis ac flatulentam, & potiſſimùm ſi cum lacte coquatur. Quod verò hordeum, vt alica, ex dulcibus quibuſdam ſumitur, propoſitæ victus rationi multò minus confert: ſuccum enim craſſum ac lentum, vt alica, gignit. Sumenda igitur hæc ſunt non cum ſapa, neque cum vino aliquo vehementer craſſo, ſed cum mulſo, aut vino quopiam falerno ſimili. Eodem autem modo & tipha vti licet, & auena: ſunt tamen hæc, quàm ptiſana & alica, concoctu faciliora, & excrementoſiora. Porrò horum ſeminum pleraque in Aſia, ac Myſia proueniunt, adeo, vt panes ex eis conficiant, qui vtique & ipſi ad coquendum ſunt difficiles & ſucci non boni. Olyra etiam, quam vocant, frequens in Aſia viſitur, mediúmque inter hæc & triticum, locum obtinet: ſiquidem tritico tanto eſt deterior, quanto his melior: vtuntur autem & ipſa eodem modo, quo prædictis. Quod verò ad zeam attinet, nulla alia eſt inueſtiganda præter olyras & tiphas, quæ ſunt eſculentæ: & vt ingenuè fatear, non mihi conſtat, de vtris harum antiqui nomen zeæ enunciarint, tertium enim præter illas genus non viſitur, quod eis ſit ſimile, ſed tiphas & olyras ſic vocitabant. Quum autem Mneſitheus de iiſdem ſeminibus vtrunque nomen enunciet, tiphas & olyras nominans, in eo declarat, ſe ſuſpicari zeam quoddam aliud eſſe prauum edulium: ipſúmque exiſtimo zeam appellare, quod nos tiphas nominamus, aut aliquid his deterius. Cæterùm ſemen id, vt hordeum, & olyra, & auena, eſt mundandum, ac cortice ſpoliandum. Quod cum factum fuerit, tritico, hordeo, & olyra longè eſt tenuius, atque exilius: flauum præterea eſt, vt triticum, non album, vt hordeum. Porrò hordeum apud quaſdam gentes nudum prouenit, vt in Cappadocia, vocatúrque ita vt iamiam dixi. Quod ſi aquæ incoctum, vt alica, cum aliquo vino dulci ſumatur, nullis aliis bonitate cedet.

CAPVT VII.

De reliquis leguminibus.

FAbæ autem minus quidem, quàm hordeum, tergent; verùm & ad coquendum ſunt difficiles, & multum flatulentæ. Proinde ſatius fuerit ipſis veſci, fabis enim ad omnia ſunt præſtantiores. Eruiliæ verò, & dolichi, & phaſeoli, multo fabis ſunt deteriores. Lentes autem, tametſi ſuccum craſſum generent, non tamen omnino ſunt aſpernandæ, ſed quum aliorum meliorum ciborum copia non ſuppetit, eſt vtendum. Lupini ſimiles ſunt lentibus, niſi quod minus ſiccant. Cicer autem cibus eſt flatulentus, & concoctu difficilis, atque excrementitius, ad mouendas tamen vrinas eſt accommodus, terget præterea nonnihil. Eruum vero, boum magis, quàm hominum eſt alimentum; incidendi tamen facultate pollet, vnde & ex eo medicamentum paratur, quod in iis, quæ thorace continentur, expectorandis nulli eſt ſecundum. Βούκερας autem ſeu fœnum Græcum (vtroque enim modo appellant) non incommodè alui deiiciendæ gratia ante alios cibos ſumitur; cum melle quoque eius ſuccum exhibent, vt qui calefaciendi vim habeat, ac detergendi: eſtque ad vtrumque hoc valdè accommodum: quod tamen caput tentet, vſus eius multus eſt cauendus, vt & aliorum omnium, quæ alui ſubducendæ gratia, prima menſa ſumuntur. Nam bona

pars eorum flatulenta est, & ad coquendum difficilis, in quibus est lupinus, eruilia, & phaseolus. Pruna etiam Damascena hydromeliti incocta præmandunt iis, quibus extenuante diæta est vtendum; verùm his aluum magis deiiciunt, quæ ex Iberia exportantur. Ventrem præterea subducunt echini marini, & concharum omnium, atque annosorum gallinaceorum iuscula, neque quidquam iis officiunt, quibus tenuante victu vti est propositum. Meline verò seu panicum, & milium, praui sunt succi, & flatulenta, ac concoctu difficilia; nam alui fluxum vehementer siccant. Lobi etiam hortenses cibo adaptantur, crassi tamen sunt succi, & pituitosi, cæterùm fabis minùs inflant, nec vt hæ detergendi facultate sunt præditi. Quid iam loquar de aliis prauis seminibus, quæ omnes, etiam si non moneam, fugitant? de ipsis tantum dixisse suffecerit, solum hordeum ex cibis frumentaceis, tenuanti victui esse innoxium. Secundum hoc sunt panes clibanitæ, qui ex tritico fiunt. A reliquis verò est abstinendum, nisi quis fortè pisum, vel lentem, aut alicam per magna interualla gustare velit.

CAPVT VIII.

De Auibus, Piscibus ac pedestribus animalibus.

EX piscibus saxatilibus, montanísque auiculis multum, ac copiosum potes alimentum ad tenuantem victum accommodare. Animalia enim quæ in stagnis, ac locis aquosis, & campestribus degunt, humidiora sunt, atque excrementosa; quæ verò in montibus viuunt, omnia temperatura sunt sicciora, ac calidiora, eorúmque caro minimum est pituitosa, ac lenta. Ex quibus intelligi potest animalia omnia, quæ in montibus nascuntur, multò iis, quæ in locis planis oriuntur, esse præstantiora. Et vt ego iudico, aues monticolæ, non modò quod aëris, sed etiam alimenti, quod nobis præstant, tenuitate antecedant, aliis auibus, quæ in locis aquosis ac campestribus degunt, sunt præferendæ. Passeres igitur, turdos, merulas, perdices, & reliquas id genus aues monticolas, mandat, licet. Abstinendum autem ei, qui tenuante victu vti volet, aliis auibus, quæ in locis aquosis viuunt, vt tardis, quas ὠτίδας vocant, anseribus, & magnis auibus, quas sanè strutochamelos nominant, & aliis id genus; nam omnia hæc carnem habent excrementitiam. Mandendæ etiam sunt aues eæ, quæ tum in turribus, tum in vineis, vitam agunt. Ad hæc columbæ turricolæ domesticis sunt meliores; tum etiam pari modo, & apri suibus domesticis in cibo sunt anteponendi; ac vt in summa dicam, omnia quæ exercentur, iis quæ sunt otiosa; & quæ cibis siccioribus, iis quæ humidioribus vtuntur; denique quæ purum ac tenuem aërem inspirant, iis quæ contrarium, sunt præferenda. Siquidem suum domesticorum caro, omnium aliorum ciborum firmissimè nutrit; multum enim in seipsa habet lentorem, tum propter vitam desidiosam, tum propter cibi humidioris affluentiam. Verùm ab his prorsus abstinebit, cui propositum erit victu extenuante vti. Quòd verò ad reliquas carnes attinet, non quibusuis simpliciter vescetur, sed si multùm sese exerceat, licebit ei, & auribus, & rostris, & pedibus suillis vesci, ventre præterea, & matrice, si modò ea elixa bellè fuerint. Qui autem vitam in maiore otio, ac quiete degunt, iis non modò eiusmodi suum esu est temperandum, verùm etiam syluestribus. Abundè enim fuerit eis auibus montanis vesci, & piscibus saxatilibus, vtputa iulide, fuca, merula, turdo, scaro,

A & in summa, omnibus quæ carnem habent mollem simul, ac friabilem; ab iis verò, quæ duram habent, vel lentam, omninò eis est abstinendum. Asellorum autem caro mollis quidem, sed non æquè, ac saxatilium est friabilis: Mulorum autem friabilis quidem est, non tamen mollis. Hæ itaque duæ tibi sint notæ, de cuiusuis animalis carne, mollities scilicet & friabilitas; quibus attentus eam animalis carnem, cui vtrunque adest, quantum vis, mandas, licet; cui autem neutrum inest, abiicias; cui alterutrum, interdum, cùm aliis cares, mandas, modo ea ad saturitatem vsque non vtare. Quum igitur saxatiles desunt, asellos, mulos, & alios eiusdem generis pelagios possumus exhibere, & eos potissimum,

B qui cum sinapi manduntur, cuius generis est scorpius. Sunt & alia quidem animalium genera, quibus altera memoratarum notarum inest: verùm propter alterius exuperantiam, in cibo sunt fugienda. Nam anguillæ, & mollium pars maxima, tametsi carnem habeat mollem, quòd tamen succo lento, ac pituitoso abundat, iis qui tenuante diæta vti volunt, plurimum est noxia: idem accidit & plurimis ostreorum. Hirci autem, & boues, carnem quidem habent minimùm humidam, pituitosam, ac lentam, nocent tamen admodum ob duritiem, & in alterando difficultatem. Ad hæc plurima ostracoderma, & crustata, vel propter vtrunque, vel

C propter carnis duritiem, sunt vitanda. Sola autem cartilagineorum torpedo, & turtur laudantur, possisque nonnunquam in saxatilium penuria vti. Satius tamen fuerit pisces eos præparari cum beta trita, aut albo iure, porrum prolixius miscendo, & piperis portiunculam. Dictis piscibus, viribus propinquum est buglossum, & saxatiles pisces. Ex terrestribus verò animalibus hirci, & arietes, & genus omne ouium, ac caprarum non vndequaque laudabilis sunt alimenti. Solis autem hœdis innoxiè vtare. Agnorum esus propter insignem humiditatem est fugiendus. Equorum, & asinorum esum hominibus asininis, vt pardorum, vrsorum, &

D leonum hominibus feris, permitto. Proximi asinis sunt cerui, eóque ab eorum esu est abstinendum. Caro autem leporum ad aliam victus rationem siccantem est accommoda, ad propositam verò non admodum confert: sanguinem enim vehementer crassum gignit. Ad hæc sanguis omnium animalium in cibo est vitandus, & multo adhuc magis in tenuante diæta. Pari modo & visceribus est abstinendum: sunt enim excrementitia, & ad coquendum difficilia, & crassi succi. Canum vero, & vulpium carnem nunquam equidem gustaui, nec sanè gustare vnquam fui adactus, neque in Asia, neque in Græcia, neque in Italia: aiunt tamen hanc quoque

E mandi: coniectare tamen possum vim ei inesse carni leporum similem. Nam canis, & vulpes, vt summatim dicam temperamento sunt sicco. Porro quemadmodum partibus porcorum extremis vesci concessimus, ita & gallinarum alis vti concedimus, testes tamen, & viscera tenuanti diætæ non competunt. Corporum autem gallinarum esum, si quis exerceatur, non veto, & potissimum earum, quæ in montibus fuerunt enutritæ: qui vero non exercetur, mandendæ ei erunt modicè, non modo gallinæ, sed columbæ etiam, ac turtures, tametsi turtur temperamento est siccus, & potissimum, qui in montibus degit: itaque vesci quis

F poterit iis innoxiè: recens tamen non turtur modo non est mandendus, sed nec perdix, nec alia omnia, quæ carnem habent moderatè siccam, sed vbi vnum diem ad minus suspenderis, ita demum mandas, licet. Porro palumbes, præterquam, quod carnem habent columbis, & perdicibus, & turturibus duriorem, difficilem etiam ad coquendum, & excrementitiam habent. Perdices vero, ac turtures, neque durissimas

tissimas habent carnes, neque concoctu difficiles, neque prauo succo vitiosas: sed & ipsarum durities, si mortuæ vno die asseruentur, facile vincitur, fiúntque friabiles omninò, atque inculpata: alimentum enim corpori dant laudabile, sanguinémque minimum viscosum generant, & crassi ac tenuis medium. Proinde quibus salubris cibus curæ est, eos, vt arbitror, vti his conueniet.

CAPVT IX.

De radicibus.

VErum de iis quidem dictum abundè est: ad ea, quæ restant, est transeundum. Olerum omnium radices (vt generatim dicam) excrementitiæ sunt, & concoctu difficiles. Solius autem dauci, ac pastinacæ radix propositæ diætæ vt nihil incómodat, ita nihil cófert. Aduersissimæ auté sunt rapæ. His paulo minus aduersi sunt bulbi. Omnium autem pessimi sunt fungi. Itaque eorum omnium quæ gustu nullum morsum, nec acrimoniam, nec calorem referunt, radices suspectas habere oportet; vnde & bliti radix vitanda, tametsi olus hoc minimè sit pituitosum. Quid iam olera memorem, quorum non solum radices, sed germina etiam, & stipites, ac folia succum gignunt pituitosum? Vt autem paucis rem omnem finiam, omnes quidem radices, tanquam ad coquendum difficiles, habere suspectas oportet: solæ autem acres, ac calidæ gustandæ, vt sunt allij, cæpæ, & radiculæ, eæque pro pharmacis potius, quàm pro alimentis, sunt habendæ.

CAPVT X.

De fructibus arborum.

ATque de radicibus hæc dixisse sufficiat; tempestiuum enim iam fuerit ad fructus arborum transire, quorum plerique sunt humidi sine vlla siccitate, & potissimum qui non reponuntur. In quibus ij minùs sunt noxij, qui ventrem lubricant, cuiusmodi sunt mora, & post ea, pruna, & cerasia, ac ficus. Deteriores autem sunt, qui tardè permeant, & maximè si consistentia sint duri; ab eis enim prorsus est temperandum. Mandendi autem, qui ad reponendum sunt apti, qualia sunt pyra, cydonia, & pleraque vuarum genera, in quibus molliora potius, quàm duriora, sunt edenda: nemo tamen vllo horum ad saturitatem vtetur, quemadmodum, neque pomis, neque persicis, neque armeniacis, quæ Latini præcocia appellant; & ijs multo adhuc minus sericis, quæ vocant, & myrtis, & alijs eiusmodi; pari modo, nec mespilis, nec sorbis: quibus tamen rectè quis ad alia vtetur, ad victum autem extenuantem non sunt accommoda, & potissimum mespila. Vt autem summatim perstringam, quæ vehementer sunt austera, ac pontica, huic victus rationi sunt aduersa. Soli autem ventris fluxui, aut ventriculo, stomachóve imbecillis, conferunt. Porrò inter ea, quæ in hyemem seruari possunt, caricæ, ac nuces tum ad id sunt accommodatissimæ, tum etiam nihilominus ad propositam nobis victus rationem. Pistacia præterea; & amaræ amygdalæ haudquaquam sunt improbanda; his duriores sunt nuces ponticæ, nullámque abstergendi ex visceribus excrementa habent facultatem. Castaneæ verò, siue elixentur, siue assentur, siue denique frigantur, semper sunt prauæ, & multo magis, si crudæ mandantur. Oliuæ autem, quod ad propositam diætam attinet, medium quodammodò sunt edulium. Proinde neque eas magnopere commendare possim, neque damnare, quemadmodum nec vuas pensiles. Quæ verò in vinaceis, seu βρυτίοις reponuntur, ventriculi quidem imbecillitati conferunt, præsenti autem scopo haudquaquam, & his adhuc minùs, quæ in vinis reponuntur. Vuæ passæ, si non sint adstringentes, lieni quidem, & hepati tumentibus non conducunt, thoracis tamen, ac pulmonis affectibus conducunt; noxia etiam sunt mala punica si fuerint pontica, imbecillum tamen ventriculum iuuant. Atque etiam de alijs arborum fructibus, si ad memoratos iam contuleris, licebit similiter pronunciare; siquidem duri omnes, ac pontici, sunt praui, reliquis verò moderatè vti poteris. Quòd si quis existat, qui in variis sui partibus sapores habeat diuersos, partes quidem acidæ, & acres sumendæ, alijs autem temperandum. Multos sanè eiusmodi reperias, vt malum medicum, quod etiam citrium nominamus; quippe cuius cortex est acris, acida autem pars intima, eius caro pituitosa, ac crassi succi.

CAPVT XI.

De ijs quæ aceto & muria condiuntur.

QVæ in aceto, & muria condiuntur, ea tantum à pristinis viribus esse immutata sunt putanda, quantum à conditura fuerint alterata. Quo fit, vt quum acetum, & muria ex eorum numero palam sint, quæ incidunt, ac tenuant, pisces aridi, atque exucci, humores crassos, ac lentos vehementer attenuent. Eligendi tamen sunt, qui natura carnem habent mollem: fugiendi verò cetacei, & eis adhuc magis ipsa cete. Quòd siquis penuria melioris vesci his velit, vel alioqui appetat, ἀποθέρμῳ, idest condimento aliquo acri (cuiusmodi est, quod ex sinapi, vel oleo, & aceto solo fit) erit vtendum. In summa autem ciborum omnium, id est commune, vt qui in memoratorum quopiam condiuntur, aut parantur, extenuanti victui maximè conferant. Proinde, qui hoc victu vti volet, licebit ei ijs omnibus vesci, si ex aceto, aut oxymelite fuerint præparata, tum alijs etiam plurimis eorum, quæ succo omni exhauriri queunt. Quin & suilla ipsa exucca tutò vescetur, quæ vtique alioqui esset vitanda, vt quæ succum crassum, ac lentum generet.

CAPVT XII.

De melle, & vino.

QVum de ijs abundè tractauerimus, reliquúm est, vt de melle, ac vino disseramus, & priùs de melle, quod vtique non modò reuera ciborum est dulcissimum, sed succum etiam consistentia tenuissimum gignit. Quod verò ad vina pertinet, quæ dulcia admodum sunt, omnia sanguinem crassum gignunt, nigra namque hæc sunt, & consistentia crassa, & ijs adhuc magis sireon quod vocant, id est sapa; est autem id mustum plurimum coctum. Sunt qui, & ficuum siccatum decoctum ita nominent. Est autem decoctum id prauo melli assimile, habétque & ipsum incidendi vim quandam, in eo tamen à melle plurimùm superatur, vt parum absit, quin tenuantium specie excludatur. Porro ficus exactè maturæ ex medio ciborum sunt genere, quod genus succos, neque condensat euidenter, neque tenuat. Aliæ verò omnes hoc genere sunt inferiores, quippe quæ nondum satis maturuerint, vt vinum mustum, crassi sunt succi, ac frigidæ, præterea ad concoquendum difficiles, & flatulentæ.

Id tamen eis inest commodi, vt celeriter permeent, ob idque ipsum haud multum officiant. Eiusdem sunt naturæ vuæ dulces, & his adhuc magis palmulæ, quarum quæ in Alexandria, Cypro, Lycia, & Cilicia proueniunt, reponi omninò nequeunt, sed vt sunt manduntur, quod propter superfluam humiditatem celeriter putrescant. Aliæ verò, quæ reponi possunt, minus sunt noxiæ, crassum tamen, & ipsæ succum gignunt. Proinde ipsarum esus in proposita victus specie est fugiendus. Quod verò ad vina attinet, quæ clara sunt, ac pellucida, coloréque pallida, ac flaua, ea fortè minimum dulcia inuenias. Præterea nullum album dulce comperies, quemadmodum nec flauum quoduis admodum est dulce. Cæterùm eiusmodi omnia sanguinem consistentia gignunt mediocrem. Quæ vero crassa simul sunt, & nigra, & dulcia, crasso sanguine venas referciunt; at alba simul, & tenuia humores crassos incidunt, & sanguinem per renes purgant. Quæ verò inter hæc consistentia sunt media, vt sunt flaua, ac dulcia, & splendida, viribus etiam quodammodo sunt similia, vt quæ neque, vt crassa, sanguinem crassum generent, neque vt alba, per vrinas secedant. Sunt autem vina apud omnes gentes plurima, celebrantur tamen in primis Ariusium, Lesbium, Falernum, & Tmolites; quibus semper intentus, media deliges, quod omnia sanguinem bonum, & consistentia mediocrem generent. At quæ odora sunt, & aliis vinis calidiora, ea meritò caput tentant. Quocirca vitanda eiusmodi iis erunt, qui cephalæa, aut hemicrania, aut alia cephalalgia laborant, vt epilepticis, & maniacis, & vt in summa dicam, omnibus quibus caput infestatur, sunt fugienda. Affectus verò omnes thoracis, ac pulmonis, qui diuturni sunt, & sine febre, à vinis eiusmodi multùm iuuantur, & potissimum, qui humoris per sputa expectoratione purgantur. Non enim incidenda tantum sunt, aut calefacienda, quæ bellè sputis sunt expectoranda, sed moderatè etiam humectanda, ne tandem siccata sputa, ac lenta reddita tusses excitent, exitúsque violentia vas aliquod in ruptionis discrimen adducant. Quamobrem, quæ vina sunt crassa, & dulcia, propterea, A quod humiditatem habent crassam, & ob id ipsum perdurantem, in thoracis, ac pulmonum affectibus, si cum tenuantibus medicamentis adhibeantur, multum afferent commodi: verum, nec acerbam, nec austeram, nec omninò adstringentem vim eis inesse, sed ad mediam magis odore ac gustu, & viribus omnibus spectare ipsa conueniet. Eius generis est, quod in Pamphilia prouenit, tum quod Timolites appellant (abundè enim fuerit eorum, quæ dicimus, velut normam & scopum subiecisse, in quem intentus omnia similia ex eo iuuenias ac diiudices) optimum sanè B suorum congenerum id est; cuius tamen si copia non sit, vti licebit Thereo, & Protropo, & Thyrino, & Caryino. Nigri autem dulcis simul & austeri exemplum petes ab eo vino, quod fert Cilicia: quippe quod Ægeates nominant, omnibus vtique thoracis affectibus, de quibus nunc agimus, est noxium, & eo etiam magis, quæ vehementer sunt acerba. Porrò non omnia dulcia, nec ea, quæ exiguam habent dulcedinem, sunt aspernanda: quæ tametsi multis in locis proueniunt, plerisque tamen sunt incognita adeo, vt neque mercatores ipsa studiosè coëmant, nec apud professores magno in pretio sint. Solum autem vinum ponticum in conuiuiis, aut nuptiis, aut sacrificiis, aut aliis C celebritatibus adhibebant: multum enim implent, & tardè permeant, ambásque excretiones morantur, tum eam, quæ fit per anum, tum quæ per vesicam: hærentque in hypocondriis diutissimè, & facilè acescunt, nauseámque prouocant, soli autem ventri fluenti conferunt, idque si moderatè sumantur. Eiusmodi vini in locis Ægisoliæ campestribus magnus est prouentus, cui simile aliud est, quod iuxta vrbem quandam Pergamo vicinam habetur, quo vtique omnes eius regionis incolæ propter consuetudinem citra molestiam vtuntur: nam debito modo sumptum sitim D extinguit: lædit autem omnes, qui ei non assueuerint: corpora tamen bibentium euidenter nutrit: cui rei argumento sunt incolæ iuuenes, qui in palæstra bonæ habitudinis comparandæ gratia, sese exercent: vtuntur enim hoc vino in potu non aliter, quàm suilla in cibo.



ΓΑΛΗΝΟΥ



ΓΑΛΗΝΟΥ ΠΕΡΙ ΕΥΧΥΜΙΑΣ ΚΑΙ ΚΑΚΟΧΥΜΙΑΣ ΤΡΟΦΩΝ.

GALENI DE PROBIS PRAVISQVE ALIMENTORVM SVCCIS LIBER.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΤΩΝ ΕΝ ΤΩι ΒΙΒΛΙΩι.

Ἐκ τῆς τῶν τροφῶν εὐχυμίας τε καὶ κακοχυμίας καὶ δυνάμεως εὐχυμίαν τε καὶ κακοχυμίαν γίνεσθαι τῶν σωμάτων· κἀντεῦθεν τὰς κατὰ φύσιν καὶ παρὰ φύσιν διαθέσεις, ὑγείαν τε καὶ νόσους περιγίνεσθαι διδάσκει.

ARGVMENTVM LIBRI.

Ex probis prauisque alimentorum succis ac facultatibus probos prauosque corporum humores procreari; indéque affectus secundum ac præter naturam, sanitatem & morbos oboriri docet.

CAPVT I.

Historia morborum ex praui succi alimentis orientium; ac eius, quo ob esum fructuum fugacium correptus est Galenus.

Continua non paucos annos série grassata fames apud multas gẽtes Romanis subditas manifestè declarauit haud prorsus mente captis, quantum facultatis habeat succi prauitas ad morborum procreationem. Qui namque ciuitates habitant, vt mos erat ipsis quamprimum æstate frumentum parare quod ad totum subsequentem annum suppeteret, ex agris omne frumentum vnà cum hordeis, fabis, ac lentibus capientes, cæteros fructus cereales (quos legumina ac chedropa nominant) rusticis reliquerunt, ex his etiam ipsis non pauca in vrbem deuehentes. Itaque regionis huius homines consumptis hyeme iis quæ relicta fuerant, vere toto succi praui alimentis vti coacti sunt, vescentes arborum fructicumque germinibus, ac turionibus, bulbisque, & stirpium mali succi radicibus, agrestia præterea, quæ vocant olera, provt cuique horum se copia offerebat profusè ad saturitatem vsque ingerentes, quemadmodum & herbas virentes totas edebant elixas, quas priùs nunquam, ne periculi quidem faciundi gratia, degustauerant. Itaque videre erat ex his quosdam vltimo vere, sed propè omnes ineunte æstate, vlceribus in cute quamplurimis correptos, quorum non vnica esset in omnibus facies; siquidem erysipelas alia, phlegmonem alia referebant,

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Α'.

Ἱστορία τῶν ἐκ τῶν κακοχύμων τροφῶν γινομένων νόσων, καὶ τῆς ἥνπερ ἐνόσησεν ὁ Γαληνὸς διὰ τὴν τῶν ὀπωρῶν ἐδωδήν.

A Οἱ συνεχῶς, ἐτῶν οὐκ ὀλίγων ἐφεξῆς γενόμενοι λιμοὶ, κατὰ πολλὰ τῶν Ῥωμαίοις ὑπακουόντων ἐθνῶν, ἐναργῶς ἐπεδείξαντο, τοῖς γε μὴ παντάπασιν ἀνοήτοις, ἡλίκην ἔχει κακοχυμία δύναμιν εἰς νόσων γένεσιν. οἱ μὲν γὰρ τὰς πόλεις οἰκοῦντες, ὥσπερ ἦν ἔθος αὐτοῖς παρασκευάζεσθαι κατὰ τὸ θέρος εὐθέως, σῖτον αὐτάρκη πρὸς ὅλον τὸν ἐφεξῆς ἐνιαυτὸν, ἐκ τῶν ἀγρῶν, πάντα τὸν πυρὸν αἴροντες, ἅμα ταῖς κριθαῖς τε, καὶ τοῖς κυάμοις, καὶ
B φακοῖς, ἀπέλιπον τοῖς ἀγροίκοις τοὺς ἄλλους Δημητρείους καρποὺς, οὓς ὀνομάζουσιν ὄσπριά τε καὶ χέδροπα, μετὰ τοῦ καὶ τούτων αὐτῶν οὐκ ὀλίγα κομίζειν εἰς ἄστυ. τὰ γοῦν ὑπολειφθέντα, διὰ τοῦ χειμῶνος ἐκδαπανήσαντες οἱ κατὰ τὴν χώραν ἄνθρωποι, τροφαῖς κακοχύμοις ἠναγκάζοντο χρῆσθαι δι' ὅλου τοῦ ἦρος, ἐσθίοντες ἀκρέμονάς τε, καὶ βλάστας δένδρων καὶ θάμνων, καὶ βολβοὺς, καὶ ῥίζας κακοχύμων φυτῶν· ἐμφορούμενοι δὲ καὶ τῶν ἀγρίων ὀνομαζομένων λαχάνων, ὅτου
C τις ἔτυχεν εὐπορήσας, ἀφθόνως ἄχρι κόρου, καθάπερ καὶ πόας χλωρὰς ὅλας ἕψοντες ἤσθιον, ὧν πρότερον οὐδ' ἄχρι πείρας ἐγεύσαντο πώποτε. παρῆν οὖν ὁρᾶν ἐνίους μὲν αὐτῶν ἐν τοῖς ἐσχάτοις τοῦ ἦρος, ἅπαντας δ' ὀλίγου δεῖν, ἐν ἀρχῇ τοῦ θέρους ἁλισκομένους ἕλκεσι παμπόλλοις, κατὰ τὸ δέρμα συνισταμένοις, οὐ τὴν αὐτὴν ἰδέαν ἅπασιν ἴσχουσι· τὰ μὲν γὰρ αὐτῶν ἦν ἐρυσιπελατώδη, τὰ δὲ φλεγμονώδη,

τὰ δ' ἑρπυστικά· τὰ δὲ λειχηνώδη, καὶ ψωρώδη, καὶ λεπρώδη. τούτων μὲν ὅσα πραότατα, ἔξω τοῦ δέρματος ἐξανθήσαντα, τὴν κακοχυμίαν ἐκ τῶν σπλάγχνων τε καὶ τοῦ βάθους ἐκένωσεν· ἐνίοις δέ τισιν, ἀνθρακώδη τε, καὶ φαγεδαινικὰ γινόμενα μετὰ τῶν πυρετῶν, ἀπέκτεινε πολλούς, ἐν χρόνῳ μακρῷ, μόγις ὀλιγίστων σωθέντων. ἄνευ δὲ τῶν κατὰ τὸ δέρμα παθημάτων πυρετοὶ πάμπολλοι ἐγίνοντο, διαχωρήσεις γαστρὸς ἐπιφέροντες δυσώδεις, καὶ δακνώδεις, εἰς τεινεσμοὺς καὶ δυσεντερίας τελευτώσας, οὖρά τε δριμέα, καὶ αὐτὰ δυσώδη, τὴν κύστιν ἐνίων ἑλκώσαντα. τινὲς δ' αὐτῶν ἐκρίθησαν ἱδρῶσι, καὶ τούτοις δυσώδεσιν, ἢ ἀποστήμασι σηπεδονώδεσιν· οἷς δ' οὐδὲν τούτων ἐγένετο, πάντες ἀπέθανον, ἢ μετὰ φανερᾶς φλεγμονῆς, ἑνός γέ τινος τῶν σπλάγχνων, ἢ διὰ τὸ μέγεθός τε καὶ τὴν κακοήθειαν τῶν πυρετῶν. ὀλιγίστων δὲ φλέβα τεμεῖν ἐν ἀρχῇ τῆς νόσου τολμησάντων ἐνίων ἰατρῶν, ἐδεδίεσαν γὰρ εἰκότως χρῆσθαι τῷ βοηθήματι, διὰ τὸ προκαταλελύσθαι τὴν δύναμιν, οὐδενὸς εἶδον αἷμα χρηστὸν ἐκκριθέν, ὁποῖον ἐκ τῶν ὑγιεινῶν σωμάτων ὁρᾶται κενούμενον, ἀλλ' ἤτοι πυρρότερον, ἢ μελάντερον, ἢ ὀρρωδέστερον, ἢ δριμύ, καὶ δάκνον αὐτὴν τὴν διαιρεθεῖσαν φλέβα κατὰ τὴν ἔκρυσιν, ὡς δυσεπούλωτον γενέσθαι τὸ ἕλκος. ἐνίοις δὲ καὶ συμπτώματα μετὰ τῶν πυρετῶν, καὶ μάλιστα τοῖς ἀποθανοῦσιν ἐγίνοντο βλάβην τῆς διανοίας ἐπιφέροντα σὺν ἀγρυπνίαις, καὶ καταφοραῖς. οὐδὲν δὲ θαυμαστόν, ἐναντίοις ἁλῶναι νοσήμασί τε καὶ συμπτώμασι, τοὺς τότε νοσήσαντας, αὐτούς τε διαφέροντας ἀλλήλοις, οὐ ταῖς φύσεσι μόνον ἢ ταῖς ἡλικίαις, ἀλλὰ καὶ ταῖς ἔμπροσθεν διαίταις, ἐναντίαν τε δύναμιν ἐχούσας ἐδηδοκότας ἐν τῷ λιμῷ τροφάς. ἤσθιον μὲν γὰρ ἅπαντες, ὧν αὖ ηὐπόρουν· ἀνομοίου δὲ τῆς εὐπορίας οὔσης, ἔνιοι μὲν ὀξεῖς ἢ δριμεῖς, ἢ ἁλυκούς, ἢ πικροὺς ἔχοντα χυμούς, ἐδέσματα προσενήνεγκτο· τινὲς δ' αὐστηρούς, ἢ στρυφνούς, ἢ ψύχοντας σαφῶς, ἢ ὑγροὺς ἱκανῶς, ἢ γλίσχρους, ἢ φαρμακώδεις. οἶδα γοῦν ἐνίους μέν, αὐτίκα διὰ μυκήτων ἐδωδὴν ἀποθανόντας· ἐνίους δὲ διὰ κωνείων, ἢ ναρθήκων, οὐκ ὀλίγους δ' ἐξ αὐτῶν μόλις διασωθέντας. Ἃ πᾶσι μὲν οὖν τοῖς ἄλλοις ἀνθρώποις ἐναργῶς ἐφαίνετο τῷ λογισμῷ σκοπουμένοις, ὥσπερ ἐκτός, πολυειδεῖς μὲν ἑλκώσεις ἐγίνοντο, ποικίλα δὲ ὄγκων εἴδη φλεγμονωδῶν τε, καὶ οἰδηματωδῶν, ἐρυσιπελατωδῶν τε καὶ σκιρρωδῶν, οὕτω καὶ κατά τινα τῶν ἐν βάθει μορίων, ὅσα κυριώτερα, τοσαύτας διαθέσεις ἐγχωρεῖν γεγονέναι. μόνοις δὲ τοῖς ἀποστᾶσι τῆς κατὰ τοὺς χυμοὺς Ἱπποκράτους διδασκαλίας, ὁ λογισμὸς ἐπεπήρωτο, πάντα μᾶλλον, ἢ τοὺς χυμοὺς αἰτιᾶσθαι τολμῶσιν· ἔνιοι δ' αὐτῶν ὡμολόγησαν μοι λαθραίως, ὁρᾶν μὲν ἐναργῶς τὴν πρὸς Ἱπποκράτην φιλονεικίαν, τῶν οὐδέν, οὔτ' εἰς νόσον ἡγουμένων ἀγαθὸν ἢ κακὸν, ἐκ χυμῶν γίνεσθαι, μεταστῆναι δ' αἰδεῖσθαι πρὸς Ἱπποκράτην, μετὰ πεντήκοντα τῆς ἡλικίας ἔτη. δόξειν μὲν γὰρ οὕτως, ἔφασαν, οὐ τοὺς μαθητὰς μόνους, ἀλλὰ καὶ τοὺς χρωμένους ἡμῖν ἐν ἅπαντι τῷ πρόσθεν χρόνῳ βεβλαφέναι· καὶ μέντοι καὶ τιμᾶσθαι μὲν ἔλεγον ἤδη πρὸς πολλῶν ἀνθρώπων, ὡς ἐπ' ἀληθέσιν οἷς ἐπρέσβευον δόγμασιν· ἐὰν δὲ καὶ ταῦτα ὁμολογήσωσιν εἶναι μοχθηρά, καὶ τῶν ἄλλων ἀμαθέστεροι φανοῦνται, καὶ μηδένα τῶν ἔμπροσθεν αὐτοῖς χρωμένων αὖ τις ἔτι χρήσασθαι.

A atque alia herpetem, sicuti impetiginem alia, & psoram, & lepram alia. Atque horum quæ mitiora erant per cutim efflorescentia, vitiosum succum è visceribus, profundóq; corporis euacuarũt; alijs verò quibusdam carbunculi, & phagedænæ specie, quum apparuissent cum febre, plurimos interfecere, paucissimis ægrè post multum temporis seruatis. At sine cutaneis affectibus febres plurimæ viguere, quas ipsas tum alui recrementa sequebantur graueolentia, & mordacia, dysenteriasque & tenesmos postremò afferentia, tum acres vrinas, atque eas grauiter olentes, quæ quorundam vesicam exulcerarunt. Iam nonnulli diiudicati sudoribus B sunt, iisque ipsis malè olentibus, abscessibúsve putredinosis. Quibus nihil horum accidit, interiere omnes, aut cum manifesta visceris vnius alicuius phlegmone, aut ob vehementiam, & malignitatem febriũ. Quúmque medici nonnulli paucis omninò quibusdam sanguinem mittere auderent morbi initio (meritò enim remedij huiusce vsum reformidabant ob virium iam tum antea imbecillitatem) nulli eorum animaduerti sanguinem profluxissé probum, qualem videmus de sanorum corporibus profluere, sed aut plus iusto rufum, aut nigriorem, aut serosum nimis, aut acrem, ac C venam dissectam ipsam inter fluendum vellicantem mordicus, sic vt ægrè inde ad cicatricem duci vulnus posset. Quosdam verò præsertim moribundos, etiam cum febribus symptomata inuaserunt mentem affligentia, cum vigiliis vnà, altóque sopore. Atque nil sanè mirum videri debet, si quidem contrariis inter se tum morbis, tum symptomatis correpti fuere, qui tunc ægrotarunt, vt qui non solum natura inuicem, aut ætate, sed etiam anteacta victus ratione differrent, alimentísque vsi essent in fame, pugnantibus inter se facultatibus præditis. His enim rebus quorum copia D erat, omnes vescebantur. In diuersa porrò rerum copia alij cibos adhibuere succi acidi, acrísve, aut salsi, aut amari: sicut austeris alij, aut acerbis vsi sunt, aut qui euidenter refrigerarent, aut immodicè humidi essent, aut viscidi, aut medicamentosi. Ipse quosdam noui ex fungorũ esu periisse statim: quosdam ex cicutæ, aut ferulæ: nec sanè paucos ex his vix seruatos. Ac cæteris quidem omnibus hominibus qui ratione niterẽtur, facilè fieri posse videbatur vt quemadmodũ forinsecus exulcerationes, ac variæ apparebãt tumorum facies, phlegmonosorũ & œdematosorum, eorúmque ad hæc qui E erysipelas & scirrhum referrent, sic partibus intimis, quæcunque principes magis essent, totidem accidere affectus potuisse. Soli sunt qui quiduis aliud potiùs quã succos causari audent, quicunque rationis expertes ab Hippocratica de succis doctrina desciuere: quorũ apud me nonnulli clam cõfessi sunt, manifestò se quidem contendendi cernere cupiditatem aduersus Hippocratem, existimantiũ nihil esse in succis ad sanitatem aut morbum vsus aut detrimenti, pudere tamen eos post quinquagesimum ætatis annum ad Hippocratis senten-F tiam descendere: sic enim videri poterimus (dicebant) non solùm discipulis, sed etiam iis qui toto præterito tempore nobis vsi essent, obfuisse. Quin in honore se quoque apud mortalium multos esse aiebant, ceu vera dogmata professos: quæ si ipsa quoque praua esse faterentur, quum indoctiores aliis visum iri se, tum verò futurum vt eorum qui antea ipsorum opera vtebantur, nullus in posterum esset vsurus.

His

His itaque multum veniæ condonemus par est, non quidem culpato eorum instituto, sed de illorum vnà infortunio miserti, qui antequam iudicium ferre de doctrinis possent, magistros nacti sint improbos; illi contrà odio meritò habendi sunt, qui ob honoris contentionem primi placitorum sectas erigunt, quippe qui volentes scientésque homines decipere velle videantur, non autem per imprudentiam labantur, quum nullus ad tantum vnquam dementiæ veniat, vt ignoret, quantum sit malum contentos in corpore humores in medicamentosas qualitates conuerti? Isti ipsi quibuscum institutus nobis est sermo, haud sanè facilè vel etiam neutiquam fieri posse rentur, vt eos qui ex lethalis medicamenti assumptione, & morboso corporis ipsius affectu, periclitantur, discernamus. Neque verò illud non apertissimè videmus, vt negare nemo audeat, animalium venenum eiaculantium succos, quos in morsu reponunt, alios demorsam partem celeriter mortificare, alios putrefacere, aut phlegmonen, aut dolores vehementissimos ciere; veluti & scorpionem si quis in eum bis térve ieiunus conspuat, statim perire; nam sicuti naturæ affines aliæ aliis sunt, sic quædam aduersantur quibusdam, eásque perimunt. Porrò affinibus nutriri à contrarijs verò corrumpi contingit; estque de his tractatum fusius in commentarijs De naturalibus facultatibus, tum de simplicibus medicamentis: impræsentiarum autem satis sit enarrasse etiam, quæ comperta vidimus in fame. Quòd si fidem mihi adhibueris (cui quamobrem mentiri debeam causæ nihil sit, contráque permolestè feram quòd auctores multi suis in libris egregiè mentiti sint) explicabo tibi ea quæ in vniuersa vita mea experientiâ longâ didici, idque dijs ipsis testibus inuocatis. Ego sanè patrem habui, qui ad summum geometriæ, architecturæ, logicæ, arithmetices, atque astronomiæ peruenit; fuítque ab ijs qui illum norant, æquitate, probitate, & temperantia supra philosophos omnes commendatus. Is me puerum etiamnum morbis intactum seruauerat præscripta victus ratione. Adolescens deinde factus quum essem, pater verò in agrum agriculturæ studiosus concessisset, vrgebam ego quidem studia supra condiscipulos omnes non interdiu solùm, sed etiam noctu; toto verò caniculæ tempore, quum omnibus fugacibus fructibus me explessem cum æqualibus vnà meis, autumno in morbum incidi acutum, sic vt sanguinem mittere necesse habuerim. Reuerso deinde in vrbem patre, meque quum increpasset, tum reuocata in memoriam priore victus ratione, qua sub ipso vsus essem, præcepit, vti de cætero hanc seruarem, æqualium meorum intemperantiam auersatus. Quin in sequenti quoque anno studiosè egit, vt viuendi rationem meam obseruaret, ne quid de fugacibus fructibus, nisi modicè, attingerem. Agebam tunc temporis ætatis annum vndeuigesimum; quo anno quum incolumis euasissem, sequentique deinde diem obijsset pater, liberaliter cum æqualibus vnà in victu fructibus vsus, qui sub caniculæ tempus proueniunt, morbum incurri priori non dissimilem, vti tunc quoque vena mihi necessario secanda fuerit. Ex eo tempore aliquando singulo quoque deinceps anno semper ægrotaui, aliquando intermisso vno, ad annum vsque vigesimumoctauum:

A τούτοις μὲν οὖν πολλὴν συγγνώμην νέμειν εὔλογον ἡμᾶς, οὐ τὴν προαίρεσιν μεμφομένους, ἀλλὰ τῇ δυστυχίᾳ συναλγοῦντας αὐτοῖς, οἳ πρὶν κρῖναι δύνασθαι τὰ διδασκόμενα, περιέπεσον οὐκ ἀγαθοῖς διδασκάλοις· ἄξιοι δὲ μίσους εἰσὶν, οἱ πρῶτοι διὰ φιλοτιμίαν αἱρέσεις δογμάτων συστησάμενοι· φαίνονται γὰρ ἑκόντες ἐξαπατᾷν ἐπιχειρῆσαι τοὺς πέλας, οὐκ ἄκοντες σφαλῆναι, μηδενὸς ἀνθρώπου εἰς τοσαύτην ἄνοιαν ἥκοντος, ὡς ἀγνοῆσαι πηλίκον ἐστὶ κακὸν, ἐκτραπῆναι τοὺς ἐν τῷ σώματι χυμοὺς εἰς φαρμακώδεις ποιότητας· αὐτοὶ γοῦν οὗτοι,
B πρὸς οὓς ὁ λόγος ἐστὶ, δύσκολον ἢ καὶ τελέως ἀδύνατον εἶναί φασι, διακρῖναι τοὺς ἐκ φαρμάκων ὀλεθρίων προσφορᾶς ἀπολλυμένους, τῶν ἐξ αὐτοῦ τοῦ σώματος τῆς νοσώδους διαθέσεως. οὐ μὴν οὐδ᾽ ὅτι τοὺς τῶν ἰοβόλων ὀνομαζομένων θηρίων χυμοὺς, οὓς ἐνιᾶσι διὰ τοῦ δήγματος, ἐνίους μὲν νεκροῦντας ἐν τάχει τὸ δηχθὲν μόριον, ἐνίους δὲ καὶ σήποντας, ἢ φλεγμονὰς, ἢ ὀδύνας μεγίστας ἐπιφέροντας ἐναργῶς ὁρῶμεν, ἔνεστιν ἀρνήσασθαι οὐδενὶ, καθάπερ οὐδ᾽ ὅτι σκορπίῳ τις ἐπιπτύσας δὶς ἢ τρὶς νῆστις, εὐθέως ἀναιρεῖ τὸ ζῶον· ὥσπερ γὰρ οἰκεῖαι φύσεις
C φύσεσίν εἰσιν, οὕτως ἕτεραι πολέμιαί τε ἑτέραις, καὶ φθαρτικαί. τρέφεσθαι μὲν οὖν ἡμῖν ὑπὸ τῶν οἰκείων, ἀπόλλυσθαι δὲ ὑπὸ τῶν ἐναντίων συμβαίνει· καὶ λέλεκται περὶ τούτων ἐπὶ πλεῖστον, ἔν τε τοῖς περὶ τῶν φυσικῶν δυνάμεων ὑπομνήμασι, καὶ τοῖς περὶ τῶν ἁπλῶν φαρμάκων. εἰς δὲ τὸν ἐνεστῶτα λόγον, ἱκανὴ καὶ τῶν ἐν τοῖς λιμοῖς ὀφθέντων ἡ διήγησις. εἰ δέ μοι πιστεύειν ἐθέλοις, οὐδεμίαν μὲν αἰτίαν ἔχοντι ψεύδεσθαι, δυσχεραίνοντι δὲ, ἐπὶ τῷ πολλοὺς ἐν βιβλίοις ἄνδρας ἐψεῦσθαι μεγάλως, διηγήσομαί σοι τὰ διὰ μακρᾶς πείρας ἐν ὅλῳ
D μου τῷ βίῳ γνωσθέντα, μετὰ τοῦ καὶ τοὺς θεοὺς ἐπικαλέσασθαι μάρτυρας. Ἐμοὶ γὰρ πατὴρ ἐγένετο, γεωμετρίας μὲν καὶ ἀρχιτεκτονίας, καὶ λογιστικῆς, ἀριθμητικῆς τε, καὶ ἀστρονομίας εἰς ἄκρον ἥκων, ὑπὸ πάντων δὲ τῶν γνόντων αὐτὸν, ἐπὶ δικαιοσύνῃ, καὶ χρηστότητι, καὶ σωφροσύνῃ θαυμασθεὶς, ὡς οὐδεὶς τῶν φιλοσόφων. οὗτος οὖν παῖδα μὲν ὄντα με διαιτῶν αὐτὸς ἄνοσον ἐφύλαξεν. ἐπεὶ δὲ μειράκιον ἐγενόμην, ὅ, τε πατὴρ ὑπεχώρησεν εἰς ἀγρὸν, ὢν φιλογέωργος. εἰχόμην μὲν ὧν ἐμάνθανον, ὑπὲρ ἅπαντας τοὺς συμφοιτῶντας, οὐ δι᾽ ἡμέρας μόνον,
E ἀλλὰ καὶ νύκτωρ· ἐμπλησθεὶς δὲ μετὰ τῶν ἡλικιωτῶν, ἐν παντὶ τῷ χρόνῳ τῆς ὀπώρας, ἁπάντων τῶν ὡραίων, ἐνόσησα τοῦ φθινοπώρου νόσον ὀξεῖαν, ὡς φλεβοτομίας δεηθῆναι· παραγενόμενος οὖν εἰς τὴν πόλιν ὁ πατὴρ, ἐπετίμησέ τ᾽ ἐμοὶ, καὶ τῆς ἔμπροσθεν διαίτης ἀνέμνησεν, ἣν ὑπ᾽ αὐτῷ διῃτώμην, ἐκέλευσε τὸ λοιπὸν φυλάττειν αὐτὴν, ἀποστάντα τῆς τῶν ἡλικιωτῶν ἀκρασίας, καὶ μέν τοι καὶ κατὰ τὸν ἑξῆς ἐνιαυτὸν, ἔργον ἐποιήσατο παραφυλάξαι μου τὴν δίαιταν, ὡς μετρίως ἅψασθαι τῶν ὡραίων. ἦγον δὲ τηνικαῦτα τῆς ἡλικίας ἔτη ιθ΄. ἄνοσος οὖν
F ἐν αὐτῷ μείνας, εἶτ᾽ ἐν τῷ μετ᾽ αὐτὸν ἐνιαυτῷ τοῦ πατρὸς ἀποθανόντος, ἅμα τοῖς ἡλικιώταις διαιτηθεὶς ἐπὶ δαψιλέσι τοῖς κατὰ τὴν ὀπώραν, ἐνόσησα νόσον παραπλησίαν τῇ πρόσθεν, ὡς καὶ τότε φλεβοτομίας δεηθῆναι. τοὐντεῦθεν ποτὲ μὲν ἐφεξῆς, καθ᾽ ἕκαστον ἐνιαυτὸν, ἐνίοτε δὲ διαλιπὼν ἓν ἔτος, ἐνόσουν, μέχρι τῶν ὀκτὼ, καὶ εἴκοσιν ἐτῶν·

ἐν τούτῳ δὲ κινδυνεύσας ἀπόστημα σχεῖν καθ' ὃ μέρος συνάπτει τὸ ἧπαρ τῷ διαφράγματι, τῶν ὡραίων ἁπάντων ἀπέχεσθαι ἐμαυτὸν ἔπεισα, πλὴν τῶν πεπείρων ἀκριβῶς, σύκων τε καὶ σταφυλῶν, οὐδὲ τούτων ἀμέτρως, ὡς ἔμπροσθεν, ἀλλὰ συμμέτρως προσφερόμενος· ἔχων δὲ καὶ ἄλλον τινὰ τῶν ἐμαυτοῦ πρεσβύτερον ἔτεσι δυοῖν, τὴν αὐτὴν γνώμην ἔχοντα ἐμοί. φροντίζοντες οὖν τῶν γυμνασίων, καὶ τοῦ μηδέποτ' ἀπεπτῆσαι, ἄνοσοι διεμείναμεν ἄχρι δεῦρο, πολλῶν ἐτῶν, καὶ τῶν ἄλλων δὲ φίλων, ὅσους ἔπεισα γυμνάζεσθαί τε καὶ τεταγμένως διαιτᾶσθαι τέως, πάντας ὁρῶ διαπαντὸς ὑγιαίνοντας, ἐνίους μὲν ἐξ ἐτῶν πέντε καὶ εἴκοσι, τοὺς δ' ἐξ ἐλαττόνων μὲν, ἤδη δ' ἱκανῶν, ὡς ἕκαστοι πεισθέντες ἔτυχον ἀπέχεσθαί τε τῶν ὡραίων καὶ τῶν ἄλλων κακοχύμων ἐδεσμάτων, ἃ πρόκειται διελθεῖν ἐν τῷδε τῷ γράμματι.

A quo tempore, quum periculum adiissem, ne qua parte septo träsuerso iecur adhæret, abscessus esset, mihi ipsi vsum interdixi fugacium omnium, præterquam ficuum vuarúmque exactè maturarũ hísque ipsis nõ immodicè, sicuti antea, sed moderatè adhibitis; habebámque alium quendam biennio maiorem sodalem eiusdem mecũ instituti. Adhibita itaque diligenti de exercitatione cura, tum ne quid cruditate laboraremus, immunes hactenus à morbis perseuerauimus annorum multorũ spatio. Iam quoscunque ex amicis aliis persuasos habui, B vt se exercerent viuendíque seruarent ordinem, animaduerti ad hanc vsque diẽ incolumes perstitisse, quosdam annorũ vigintiquinque interuallo, quosdam non totidem quidem annis; sed satis tamen multis, prout persuasus quisque fuerat, vti fugacibus fructibus abstineret, reliquisque præterea vitiosi succi eduliis; de quibus propositum nobis sit hoc libro pertractare.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Β'.

Η διάφορος τῶν ἀνθρώπων κατάστασις· καὶ περὶ τῶν τινων ἐδεσμάτων εὐχύμων καὶ γλίσχρον χυμὸν ἐχόντων, καὶ περὶ τῆς τῶν λεπτυνόντων φαρμάκων χρείας.

ΤΟῖς μὲν οὖν δυναμένοις γυμνάζεσθαι πρὸ τῶν σιτίων, οὐδὲ τῆς ἀκριβοῦς πάνυ διαίτης ἐδέησε· τοῖς δὲ διὰ περιστάσεις πραγμάτων κωλυομένοις, οὐ μόνον ἀβλαβεστέρας διαίτης, ἀλλὰ καὶ φαρμάκων ὑγιεινῶν ἐστὶ χρεία. πολλοὶ μὲν γάρ τοι τῶν ἀνθρώπων ἐν τοιαύτῃ καταστάσει διατρίβουσιν, ὥστε μὴ δυνατὸν αὐτοῖς εἶναι, μήτε γυμνάζεσθαι καλῶς πρὸ τῶν σιτίων, μήτ' ἐσθίειν ἱκανῶς ἐν καιρῷ, μήτε πέττειν καλῶς τὰς τροφάς· τοὺς μὲν δὴ τοιούτους ἀδύνατον ἀνόσους διαμένειν, ἄνευ τοῦ προνοεῖσθαι τῆς γαστρὸς ὑπαγωγῆς ἐκ διαλειμμάτων· ἐνίοτε δὲ καὶ καθάρσεως ἰσχυροτέρας, ὡραίας τε κενώσεως αἵματος, ὑγιεινῶν τέ τινων φαρμάκων, ἐν τοῖς προσήκουσι καιροῖς πινομένων. ὅσοι δὲ βίον ἡσύχιον εἵλοντο, μήτε πρὸ ἡμέρας, ἀνάγκην ἔχοντες ἐπὶ τὰς τῶν πολὺ δυναμένων ἐπιέναι θύρας, μήτε πολλάκις ἱδροῦντες ἐν ἀναγκαίαις πράξεσι, καταψύχεσθαι, μήτε λουομένοις τισὶ παρεστάναι, μήτ' εἰς οἶκον ἐπανερχομένους αὖθις προπέμπειν, εἶτα μετὰ πολλῆς σπουδῆς αὐτοὶ λουσάμενοι, πρὸς τὸ δεῖπνον ἐπείγεσθαι, τούτοις πρώτοις ὑποθήσομεν δίαιταν, ἐξ ἧς ἂν μάλιστα χρηστότατον ἔχωσιν αἷμα, μετὰ δὲ τούτους πειράσομαί τινας ὑποθήκας δοῦναι, καὶ τοῖς ἐν ἀσχολίᾳ ζῶσι· δεήσεται δ' ὁ λόγος, ἀναμνῆσαι τῶν γεγραμμένων ἐν τοῖς τρισὶν ὑπομνήμασιν, ἐν οἷς ὁ λόγος μοι γέγονε περὶ τῶν ἐν ταῖς τροφαῖς δυνάμεων. εὔχυμα τοίνυν ἐδέσματα τῶν μὲν σιτηρῶν, ἄρτοι τ' εἰσὶν οἱ καθαροὶ, κατειργασμένοι καλῶς, ὀπτήσει τε τῇ διὰ κλιβάνου, καὶ τῇ πρὸ αὐτοῦ φυράσει, καὶ ζύμῃ συμμέτρῳ, καὶ ἁλῶν μίξει· πρὸς τούτοις δὲ, δεύτεροι κατ' ἀρετὴν, οἵ τ' ἰπνῖται. καὶ χόνδρος δὲ τῶν εὐχυμοτάτων ἐστὶν, ὥσπερ καὶ τὸ χοίρειον κρέας, ἐὰν ἀκριβῶς ἥ τε γαστὴρ αὐτὰ πέψῃ, καὶ τὸ ἧπαρ αἱματώσῃ. γλίσχρον δ' ἔχει τι, καὶ διὰ τοῦτ' ἐμφρακτικὸν ἥπατός τε καὶ νεφρῶν, οἷς στενόπορα φύσει ταῦτα. πλεοναζόντων γοῦν ταῖς ἐδωδαῖς αὐτῶν, βάρους τέ τις αἴσθησις ἐν τοῖς εἰρημένοις μορίοις γίνεται, καί ποτε καὶ πόνος· ἕπεται δὲ ταῖς καθ' ἧπαρ ἐμφράξεσι, κωλύεσθαι μὲν τὴν ἀνάδοσιν, ἀθροίζεσθαι δὲ πλῆθος ἐν ταῖς κατὰ τὸ μεσάραιόν τε,

CAPVT II.

C *Varia hominum conditio; tum de boni glutinosique succi cibis quibusdam; & de attenuantium medicamentorum vsu.*

ERgo qui exercitatione vti ante cibum possunt, iis haud certè exquisita victus ratio fuerit necessaria: aliis verò qui ob negotiorum molem hoc facere prohibentur, non solum innocentiore victu, verum etiam medicamentis salubribus opus fuerit. Plurimi quoque in eo rerum statu degunt mortales, vt his neque ante cibum rectè exercere se liceat, neque opportunè satis cibum capere, neque verò probè alimentum conficere: hosce intactos morbis perdurare diutius D impossibile fuerit, nisi consulant subducta sibi aluo per interualla: interdum purgatione etiam validiore, ac tempestiua sanguinis missione, salubribúsque quibusdam ad hæc medicamentis opportuno tempore epotis. Quicunque verò quietioris vitæ institutum ingressi sunt, nec coguntur ante lucem, adire potentum limina: nec postquàm crebrò sudarint operibus necessariis factitandis, refrigescere: neque aliquibus, dum lauantur, assistere: neque alios, quum se domum iterum conferunt, reducere, ipsi postea ingenti festinatione loti cœnatum properare, hisce nos E prius victus rationem præscribemus, vnde sanguinem in primis probum obtineant: aliísque deinde consulere conabimur, qui negotiosam vitam ducunt, fuerítque necesse vt in memoriam reuocentur quæ in tribus commentariis disseruimus, de alimentorum facultatibus conscriptis. Igitur inter frumentacea cibum exhibent succi boni panes puri ritè confecti, qui & in clibano sint cocti, & antea subacti, tum fermento constent modico, salísque mixtura: secundas ab his obtinent furnacei. Nec sanè minus alica inter ea quæ optimi succi sunt, censetur, sicuti suilla F quoque caro, siquidem ista ventriculus exquisitè concoquat, & in sanguinem vertat iecur: viscidi nihilominus, nescio quid, retinent, quódque ideò iecoris renúmque meatus obducat, quibus astrictiores hi natura fuerint. Siquis igitur crebrius vtatur, grauitatis secundum prædictas iam partes sensum quendam, aut dolorem etiam nonnunquam præsentiet. Iecinoris porrò obstructionem comitatur distributionis impedimentum, ac plenitudinis collectio in mesaræi,

simarúmque visceris partium venis; quo casu periculum rursus est, ne aut phlegmone sequatur partium, in quibus facta collectio fuerit; aut redundantium humorum ipsorum putredo; quandoquidem alterutrum sequi necesse sit crudos crassosque humores, vt aut in sanguinem conuertantur concocti, aut putrescant, sicuti reliquis quoque omnibus accidit, quæcunque locis calentibus diutiùs moram trahunt. Proinde inuenta medicamenta sunt, sic à medicis salubria appellata, quæ attenuandi omnia facultate constant; horum siquidem officium est angustiores vias expedire, tum abstergere, siquid ex humoribus glutinosi vasis adhærescit, humorúmque crassitiem incidere, & extenuare. Cæterùm frequens horum vsus sanguinem serosum, aut biliosum, aut melancholicum temporis tractu reddiderit; siquidem solita sint medicamenta hæc vniuersa propè, præter id, quòd attenuent, & incidant, etiam vehementiùs excalefacere; ab iis autem quæ sic calefaciunt, solidiores partes exiccantur, humorésque redduntur crassi, vnde renum calculi existant tophacei. Ergo quum corporis constitutio probatissima ea habeatur, quæ simul & temperatissima sit, & humorum transitum expeditum teneat, hac natura præditum possibile sit, si quidem se ante cibos, quod satis sit, exerceat, incolumem assiduè præstare, etiam aliquando succi crassioris cibis plusculum vsum; quod genus, sicuti diximus, alica est, & suilla caro, panésque furnacei, & clibanitæ, quibus quidem nec exacta adhibita fuerit præparatio, qualem paulò supra retulimus, & imperfectè in clibano decocti sint. Eiusdem cum alica naturæ est tragus quoque, quem vocant, qui ipse quoque inter frumentacea alimenta connumeratur, atque is tamen alica ipsa ægriùs in ventriculo concoquitur. Nec dissimilem ab his planè facultatem obtinet ouorum natura; de quibus distinguendum tamen plenius sit, quemadmodum de lacte quoque; docebuntur hæc adamussim in sermonis progressu haud ita multò post. Priùs namque quemadmodum horum ipsorum memini, vt alimentorum veluti formulam quandam exprimerem, in quibus cum visciditate vnà succorum bonitas, & malitia inest, ad eundem modum de iis quoque mentionem faciam, quæ mediocriter se habent, & natura constant inter incrassantes cibos, & attenuantes, media; de quibus alibi vnico libro disserui, qui est De attenuante victus ratione. Huiusmodi tamen plurima medicamenti potiùs, quàm alimenti, nomine vocentur: at quæ crassos, glutinosósque succos progignunt edulia hæc fuerint, quæ quum valentissimè alant, tum bonum procreare sanguinem consueuerint, siquidem ea ventriculus, ac iecur probè conficiat.

CAPVT III.

De Cibis inter attenuantes, atque incrassantes mediis tum quibus innoxius esse glutinosus succus possit, quibus item non conueniat.

OMnium tamen minimè improbantur edulia, quæ attenuantium & incrassantium in confinio sunt, vt quæ in excessuum meditullio, & temperie quadam locentur. Huiusce generis panes optimi sunt, qui quomodo parentur fusiùs dictum à nobis est in primo De alimentorum facultatibus: libro gallinarúmque præterea carnes gallorúmque gallinaceorum, tum phasianarum auium, perdicum, columbarum, attagenum, turtu-

A καὶ τὰς σιμὰς τοῦ σπλάγχνου φλέβας, ὧν πάλιν φλεγμονὰς ἀκολουθῆσαι τῶν μορίων, ἐν οἷς ἠθροίσθαι κίνδυνος, ἢ αὐτῶν τῶν πλεοναζόντων χυμῶν σηπεδόνα. δυοῖν γὰρ θάτερον ἀναγκαῖόν ἐστι τοῖς ὠμοῖς, καὶ παχέσι χυμοῖς ἀκολουθεῖν, ἢ μεταβάλλεσθαι εἰς αἷμα πεττομένοις, ἢ σήπεσθαι. καθάπερ καὶ τἄλλα πάντα, τὰ ἐν τοῖς θερμοῖς χωρίοις χρόνῳ πλείονι μένοντα. καὶ διὰ τοῦτο τοῖς ἰατροῖς εὑρέθη τὰ κληθέντα πρὸς αὐτῶν ὑγιεινὰ φάρμακα, τῆς λεπτυνούσης ἅπαντα δυνάμεως ὄντα. τούτοις γὰρ ἔργον ἐστὶν, ἐκφράττειν μὲν τὰς στενὰς διεξόδους, ἀπορρύπτειν δὲ τὸ προσπεπλασμένον γλίσχρον ἐκ τῶν χυμῶν τοῖς ἀγγείοις, τέμνειν δὲ καὶ λεπτύνειν τὰ παχέα τῶν
B ὑγρῶν. ἀλλ' ἐὰν πλεονάσῃ τις ἐν αὐτοῖς, ὀρρῶδες, ἢ πικρόχολον ἐν τῷ χρόνῳ, ἢ μελαγχολικὸν ἐργάζεται τὸ αἷμα. πέφυκε γὰρ ὀλίγου δεῖν ἅπαντα τὰ τοιαῦτα φάρμακα, σὺν τῷ λεπτύνειν τε καὶ τέμνειν, ἔτι καὶ θερμαίνειν ἀμετρότερον, ὑπὸ δὲ τῶν οὕτως θερμαινόντων ξηραίνεται μὲν τὰ στερεὰ, παχύνονται δὲ οἱ χυμοὶ, καὶ διὰ τοῦτο κατὰ τοὺς νεφροὺς οἱ πωρώδεις λίθοι συνίστανται. καλλίστης οὖν κατασκευῆς σώματος ὑπαρχούσης, ἥτις ἂν εὐκρατοτάτη μὲν ᾖ, τὰς δὲ τῶν χυμῶν διεξόδους εὐρείας ἔχῃ δυνατόν ἐστιν ὑγιαίνειν ἀεὶ τὸν οὕτω
C πεφυκότα, γυμναζόμενον αὐτάρκη πρὸ τῶν σιτίων. ἐὰν δὲ πλεονάζῃ ποτε κατὰ τὰ παχύχυμα τῶν ἐδεσμάτων, ὁποῖόν ἐστιν, ὡς ἔφην, ὅ, τε χόνδρος καὶ τὸ χοίρειον κρέας, οἵ τ' ἰπνῖται τῶν ἄρτων, ἢ κριβανῖται, οὔτε πάνυ δι' ἀκριβῶς, οὔτε προπαρεσκευασμένοι τῇ λελεγμένῃ μικρὸν ἔμπροσθεν κατασκευῇ, κατά τε τὸν κλίβανον ἐνδεῶς ὠπτημένοι. τὴν δ' αὐτὴν ἔχει τῷ χόνδρῳ φύσιν, ὃ καλούμενος τράγος, ἐκ τῶν σιτηρῶν τροφῶν, καὶ αὐτὸς ὑπάρχων, δυσκατεργαστότερός γε μὴν ἐν τῇ κατὰ τὴν γαστέρα πέψει ἐστὶ τοῦ χόνδρου. παραπλησίαν δὲ τούτοις δύναμιν ἔχει, καὶ ἡ τῶν ᾠῶν φύσις, ἀλλὰ
D διορισμῶν πολλῶν δεομένη, καθάπερ καὶ τὸ γάλα, προϊόντος δὲ τοῦ λόγου, διδαχθήσεται μετ' ὀλίγον ἀκριβῶς πᾶσα. πρότερον γὰρ, ὥσπερ τούτων ἐμνημόνευσα, τὸν οἷον τύπον ὑπογράφων τῶν εὐχύμων τε, καὶ κακοχύμων ἅμα γλισχρότητι τροφῶν, οὕτως καὶ τῶν συμμέτρως ἐχουσῶν βούλομαι μνημονεῦσαι, μέσων οὐσῶν τῇ φύσει τῶν παχυνόντων ἐδεσμάτων, καὶ τῶν λεπτυνόντων, ὑπὲρ ὧν ἑτέρωθι διῆλθον ἐν ἑνὶ γράμματι, τῷ περὶ τῆς λεπτυνούσης διαίτης. ἀλλὰ τῶν μὲν τοιούτων τὰ πλεῖστα, φάρμακα μᾶλλον ἄν τις, ἢ τροφὴν εἴποι. τὰ δὲ τοὺς παχεῖς, καὶ γλίσχρους γεννῶντα χυμοὺς
E ἐδέσματα, τροφιμώτατά τε πάντ' ἐστὶ, κἂν πεφθῇ καλῶς ἔν τε τῇ γαστρὶ, καὶ τῷ ἥπατι, χρηστὸν αἷμα γεννᾶν πέφυκεν.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Γ'.

Περὶ τῶν ἐδεσμάτων τῶν μεταξὺ τῶν λεπτυνόντων τε, καὶ παχυνόντων, καὶ τίσιν ἐγχωρεῖ τὰ γλίσχρου χυμοῦ ἐσθίειν ἐδέσματα, τισὶ δὲ μὴ ἐγχωρεῖ.

F ΑΜεμπτότατα δὲ τῶν ἐδεσμάτων ὑπάρχει, τὰ μεταξὺ τῶν λεπτυνόντων τε καὶ παχυνόντων, ὡς ἂν ἐν συμμετρίᾳ, καὶ μεσότητι τῶν ὑπερβολῶν καθεστῶτα. τοιαῦτα δ' εἰσὶν οἵ τε κάλλιστοι τῶν ἄρτων ὑπὲρ ὧν τῆς κατασκευῆς ἐπὶ πλεῖον ἐν πρώτῳ περὶ τῶν ἐν ταῖς τροφαῖς δυνάμεων εἴρηται. καὶ πρὸς τούτοις αἱ σάρκες ἀλεκτορίδων τε, καὶ ἀλεκτρυόνων, ὀρνίθων τε καὶ φασιανῶν, καὶ περδίκων, καὶ περιστερῶν, ἀτταγήνων τε, καὶ τρυ-

γόνων, καὶ κιχλῶν, καὶ κοσσύφων, καὶ τῶν μικρῶν στρουθῶν ἁπάντων, A ἔτι τε πετραίων ἰχθύων, αἰγιαλείων τε καὶ πελαγίων· κωβιῶν τε καὶ σμυραινῶν, καὶ βουγλώσσων, ὀνίσκων τε, καὶ πάντων ἁπλῶς ἰχθύων, ὅσοι μήτε γλισχρότητά τινα, μήτε δυσωδίαν, ἢ ἀηδίαν ἔχουσι κατὰ τὴν ἐδωδήν. οὐκ ὀλίγων δὲ χρεία διορισμῶν ἐστι, καὶ περὶ τῆς τούτων ἁπάντων φύσεως, ἣν ἐφεξῆς ἐρῶ ἐν τῷ περὶ τῶν κακοχύμων ἐδεσμάτων λόγῳ, προσθεὶς δὲ τὰ λείποντα πρότερον. ὅσοις μὲν γὰρ ἀνθρώποις οἷόν τ' ἐστὶ γυμνασίοις τε πλείοσι χρῆσθαι, καὶ κοιμᾶσθαι μέχρις ἂν ἐθέλωσι, καὶ βίον ἔξω τῶν πολιτικῶν ἀσχολιῶν ᾕρηνται, τούτοις ἐγχωρεῖ καὶ τὰ παχύχυμα, B καὶ γλίσχρα τῶν ἐδεσμάτων ἐσθίειν· καὶ μάλιστα ὅταν ἐπὶ τῷ πλήθει τῆς ἐδωδῆς αὐτῶν, μηδέποτε μηδεμίαν αἴσθησιν ἐν ὑποχονδρίῳ δεξιῷ ἴσχωσιν, ἢ βάρους, ἢ τάσεως. ὅσοις δ' ἤτοι διὰ τὴν ἡλικίαν, ἢ διά τινα συνήθειαν, οὐχ οἷόν τε γυμνάζεσθαι πρὸ τῶν σιτίων, οὗτοι πάντων ἀπεχέσθωσαν ἐδεσμάτων, ὅσα τοιαῦτα. τελέως δ' ἀργοὶ, μηδ' αὐτοὶ προσιέσθωσαν ἐπὶ τὰς τοιαύτας τροφὰς, ἀλλ' αἰωρήσεσιν, ἢ περιπάτοις, ἀντὶ τῶν ἰσχυροτέρων γυμνασίων χρήσθωσαν. μέγιστον γὰρ κακὸν εἰς ὑγείας φυλακήν ἐστιν, ἡσυχία παντελὴς τοῦ σώματος, ὥσπερ καὶ μέγιστον ἀγαθὸν, ἡ σύμμετρος κίνησις. C οὐδὲ γὰρ οὐδὲ νοσήσει τις ὅλως, ἢν ἐπιτηδείως προνοῆται τοῦ μηδέ ποτ' ἀπεπτῆσαι, μετὰ τοῦ μηδὲ κινεῖσθαί τινα ἰσχυρὰν ἐπὶ σιτίοις κίνησιν. ὥσπερ γὰρ ἀγαθὸν μέγιστόν ἐστιν εἰς ὑγείαν ὃ πρὸ τῶν σιτίων προγυμνάσιον, οὕτω βλαβερώτατον ἅπασα κίνησις ἐπὶ σιτίοις. ἀναδίδοται γὰρ ἐκ τῆς κοιλίας ἡ τροφὴ, πρὶν πεφθῆναι, κἀκ τοῦδε πλῆθος ὠμῶν χυμῶν ἀθροίζεται κατὰ τὰς φλέβας, ἐξ ὧν εἴωθε νοσήματα παντοῖα γίγνεσθαι, μὴ φθασάντων αὐτῶν, ἤτοι διαφορηθῆναι πόνοις πλείοσιν, ἢ πεφθῆναι, καὶ μεταβαλεῖν εἰς αἷμα ὑπὸ τῆς καθ' ἧπάρ τε, καὶ φλέβας δυνάμεως. ἀσφαλέστατον οὖν φείδεσθαι τῶν D κακοχύμων τε, καὶ γλίσχρων ἐδεσμάτων. ὅσοις γε μόνης ὑγείας ἐστὶν ἡ φροντὶς, οὐκ εὐεξίας σώματος, ὁποίαν οἱ γυμναστικοὶ σπουδάζουσιν.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Δ'.

Περὶ τῶν παχυχύμων ἐδεσμάτων, ἄρτων, τυρῶν, γάλακτος, ῥυημάτων, λαγάνων, κοχλιῶν, ὠῶν, μαλακίων ἰχθύων, κητωδέων, ὀστρέων, ὀστρακοδέρμων, κράμβης, φακῆς, μυκήτων, ὕδνου, ἀμύλου, κώνου, καί τινων τῶν μορίων τῶν ζώων, βαλάνων, φοινίκων, καὶ περὶ τῆς τῶν αὐτῶν διαφορᾶς τε, καὶ τῶν γλυκέων, καὶ παχυχύμων ἐδεσμάτων. E

Ἐφεξῆς γοῦν ἐγὼ καταλέξω, καὶ τὰ μὴ λελεγμένα κατὰ τὸν ἔμπροσθεν λόγον, ἐδέσματα παχύχυμα πάλιν ἀπὸ τῶν ἄρτων ἀρξάμενος. ὅσοι τοίνυν τούτων, οὔτε ζύμης, οὔθ' ἁλῶν ἱκανῶς ἔσχον, οὔτε πλεῖστον ἐφυράθησαν, οὔθ' ἐν κλιβάνῳ καλῶς ὠπτήθησαν, οὗτοι παχυχυμότεροι πάντων εἰσὶ, μετὰ τοῦ καὶ γλισχρότητος ὀλίγον μετέχειν, ὅν τινα χυμὸν οἱ περὶ Πραξαγόραν τε, καὶ Φιλότιμον ὀνομάζειν εἰώθασι κολλώδη. παχύχυμοι δὲ, οἱ τυροὶ πάντες, ἀλλ' οἱ μὲν νέοι χωρὶς κακοχυμίας, οἱ παλαιοὶ δὲ, καὶ σὺν ταύτῃ. γλισχρότης δὲ πρὸς πάχει, τισὶν αὐτῶν οὐχ F ἅπασιν ὑπάρχει, διὰ τὴν τοῦ γάλακτος φύσιν, ἐξ οὗ γεγόνασιν, οὐ σμικρὰς ἔχοντος διαφορὰς ἔν τε τοῖς γένεσι τῶν ζώων, καὶ ταῖς τροφαῖς, ἃς ἐσθίουσιν ἄλλας ἐν ἄλλοις τόποις. αἰγείῳ μὲν οὖν γάλακτι πλείστῳ χρῶνται παρ' ἡμῖν, ὥσπερ ἐν ἄλλοις ἔθνεσι, βοείῳ. χρῶνται δὲ καὶ τῷ προβατείῳ πολλάκις.

rum, turdorum, merularum, & passerculorum omnium, pisciumque ad hæc saxatilium, littoraliumque, & pelagiorum, & gobiorum, & murenæ, & buglossi, & asellorum, breuiterque piscium omnium, quicunque nullam inter edendum nec visciditatem, nec saporis fœditatem, nec insuauitatem repræsentant. Nec sanè paucas distinctiones requirit horum omnium natura; atque de horum omnium natura tractaturus deinceps sum, quum de mali succi cibis dicemus, additis prius hoc loco, quæ desunt. Etenim quicunque plurimum exercere se possunt, somnúmque quantum libuerit, producere, vitámque delegerunt à ciuilibus negociis procul, possunt sanè hi crassi, glutinosique succi cibos capere, præsertim si cui post largum horum esum, nullus vnquam in dextro hypochondrio, aut ponderis, aut tensionis sensus oboriatur; quibus verò non licet, aut per ætatem, aut ob consuetudinem aliquam exercere se ante cibum, abstineant eduliis id genus omnibus. Omninò verò ociosi, ne ipsi quidem admittere alimenta huiusmodi debuerint, sed vel gestationibus, vel deambulationibus vtantur validioris exercitationis vice; sicuti namque quies corporis omnimoda, maximum est ad tuendam sanitatem incommodum, sic planè maximum fuerit in mediocri motione commodum; quando ne ægrotaturus quidem omninò aliquis sit, qui nequando cruditate laboret, curam gesserit, nec motu aliquo vehementi à cibo moueatur. Quemadmodum enim omnium maximè commendatur ad sanitatem exercitatio ante cibos, sic à cibis motus vnusquisque vel in primis damnatur, eo quòd à ventre alimentum ante concoctionem distribuatur, crudiorúmque ita humorum vis colligatur in venis, vnde morborum genus omne progigni soleat, nisi priùs, aut laboribus pluribus dissipentur ipsi, aut concoquantur, inque sanguinem vertantur à iecoris, venarúmque facultate. Itaque securissimum fuerit cibos cauisse crassi, glutinosique succi, quibus quidem valetudinis solius bonæ cura sit, non autem bene habiti corpore esse student, quod gymnastici faciunt.

CAPVT IV.

De crassi succi cibis, pane, caseo, lacte, placentis, laganis, cochleis, ouis, mollibus piscibus, cetaceis, ostreis, testaceis, brassica, lente, fungis, tubere, amylo, pineo nucleo, animalium partibus quibusdam, glandibus, palmulis, déque horum differentiis, & dulci crassique succi eduliis.

CIbos igitur crassi succi enumerabo deinceps, quos hactenus sermone non retuli, initio à panibus sumpto: Ex quibus qui neque fermenti, quod satis sit, neque salis accepere, neque subacti plurimum, sed nec clibano probè cocti fuerunt, crasso supra omnes succo constant, præter id quòd viscidi etiam nonnihil participant: quod succi genus Praxagoras, & Philotimus appellant glutinosum. Crassi præterea succi est caseus omnis, sed recens succum vitiosum non obtinet, qui inueteratis adest; viscositas in eorum quibusdam crassitiei accidit, non tamen in omnibus, idque ob lactis, vnde conficiuntur naturam; cuius non pauca sunt discrimina pro animantium diuersitate, & alimentorum, quæ alibi alia capiunt. Ac plurimus quidem apud nos est caprini lactis vsus, sicuti bubuli apud alias nationes; quin & frequenter ouillo vtuntur;

crassum

crassum tamen hoc est, asinarum lacti contrario modo se habens, hoc nomine; pingue bubulum, omnium in medio caprinum, quippe quod nec immodicè pingue, neque verò crassum sit, ideóque etiam operibus mediocre habetur, quæ in humano corpore edit, quum tenue, serosúmque lac, sicuti minus alit, ita ventrem subducat magis, crassum contra, minùs quidem aluum emolliat, at magis interim nutriat. Ex tribus namque substantiis constat lac quodque, dissimilium inter se partium; quarum vna serosa est, tenuisque, crassa altera, ac caseosa, tertia verò pinguis, atque oleosa. Neque in omnibus tamen animantibus æqua harum portio est, sed in camelarum, atque asinarum lacte serosæ humiditatis plurimum, caseosæ in ouillo, pinguis in bubulo. Capræ pro reliquis animalium generibus intra excessum omnem mediocriter se habent, illæ enim ipsæ, siquidem inuicem rursus conferantur, in iam dictas differentias cadunt, quando non sanè parua ea sit, quæ ab ætate sumitur, sicuti nec quæ ex pascuis ducitur, atque anni tempore, interualloque insuper à partu, de quibus ipsis plenius in tertio De alimentorum facultate libro tractauimus. Illud hoc loco dixisse satis sit, minimè tutò sumi caprarum lac absque melle; multis namque qui solum id sumpsissent, in caseum coactum fuit in ventre: quod quum contingit, mirum, quàm hominem grauet, ac suffocet. Hoc ipso admiratione dignius, quod in concreto in grumos sanguine fit, si vel in vulnus defluat, vel ventrem, vel intestinorum aliquod; inde enim & exoluuntur, & refrigescunt, pulsúsque tum parui, tum mali euadunt. Quin etiam concretus ad hunc modum in vulneribus sanguis causa est, vt putredo celeriter vicinas partes sanas corripiat. Vnde igitur fiat, vt humorum nostrorum omnium maximè proprius, postquam refrixerit, affectus afferat ingentes adeò, disquirendum sanè non parum fuerit, inde tamen apertè colligas, quanta sit prauorum humorum qualitatis facultas, quorum rationem nullam ducunt, vt rei vilis, medici quidam hoc tempore, illos sequuti, qui se primum vt ita statuerent, compararunt. Lac certè, ne coaguletur in ventre, epotant nonnulli addito melle, & aqua, tertióque ad hæc sale. Optimi succi est lac, quod benè habitorum animalium sit, ac post emulsionem statim bibatur, at quod decoctum plus iusto fuerit, succi nimis crassi euadit; potissimum si triticeam farinam, miliúmve, aut amylum vnà decoquas. Caseus crasso succo omnis constat, vetus mali etiam succi est, possis tamen subducendæ alui gratia ante cibum recens coagulatos edere cum melle; nam & vetustis hi crassum minus succum obtinent, ac nequaquam prauum, quod ex coactis defluit serum, satis quidem aluum ducit. Cibus etiam fuerit crassus quique eam ob rem iecoris meatus infarciat, placenta, quam ex lacte & caseo, quámque ex simila, & lacte parant, aut si qua lagana, aut rhyemata addantur. Nec minus crassi succi sunt, quæcunque ex musto, & simila parantur, aut in vniuersum triticea farina. Ipsa quin etiam per se lagana, & rhyemata, omniáque ex tritico bellaria sine fermento, quoties casei etiam aliquid adiicitur, crassi valde succi sunt; videntúrque mihi veteres, quæ

A ἀλλὰ τοῦτο μὲν ἐστι παχύ, τῷ τῶν ὄνων ὑπεναντίως ἔχον ἐν τῷδε. λιπαρὸν δὲ τὸ τῶν βοῶν. ἁπάντων δ' ἔχει συμμέτρως τὸ τῶν αἰγῶν. οὔτε γὰρ ἰχωρῶδές ἐστιν οὔτε λιπαρὸν, οὔτε παχύ, καὶ διὰ τοῦτο μέσον τι τῶν ἄλλων ὑπάρχει, κατὰ τὰς ἐνεργείας ἃς ἐνεργεῖ κατὰ τὸ τῶν ἀνθρώπων σῶμα. τοῦ μὲν ὀρρώδους καὶ λεπτοῦ γάλακτος, ὑπάγοντος μὲν τὴν γαστέρα μᾶλλον, ἧττον δὲ τρέφοντος τὸ σῶμα. τοῦ δὲ παχέος ἔμπαλιν, ἧττον μὲν ὑπάγοντος, τρέφοντος δὲ μᾶλλον. σύγκειται γὰρ ἐκ τριῶν οὐσιῶν ἀνομοιομερῶν ἅπαν γάλα, μιᾶς μὲν τῆς ὀρρώδους τε, καὶ λεπτῆς· ἑτέρας δὲ τῆς παχείας τε, καὶ τυρώδους· καὶ τρίτης B τῆς ἐλαιώδους τε, καὶ λιπαρᾶς. οὐ μὴν ἐν ἅπασί γε τοῖς ζώοις τὸ μέτρον αὐτῶν, ἴσον. ἀλλ' ἐν μὲν τῷ τῶν καμήλων τε, καὶ ὄνων γάλακτι, ἡ ὀρρώδης ὑγρότης πλείστη, τὸ τυρῶδες δ' ἐν τοῖς προβάτοις. ὥσπερ τὸ λιπαρὸν ἐν τῷ τῶν βοῶν γάλακτι. μεσότητα δ' ἔχει τῶν ὑπερβολῶν, ἡ αἶξ πρὸς τἄλλα γένη τῶν ζώων· ἐπεί τοι πάλιν αὗται πρὸς ἀλλήλας παραβαλλόμεναι ταῖς εἰρημέναις ὑποπεπτώκασι διαφοραῖς, οὔσης οὐ σμικρᾶς οὐδὲ τῆς κατὰ τὴν ἡλικίαν, ὥσπερ γε καὶ τῆς κατὰ τὰς νομὰς, καὶ τὰς ὥρας τοῦ ἔτους, ἔπι τε τὸν χρόνον ὃν ἀφεστήκασι τῆς ἀποκυήσεως, ὑπὲρ ὧν ἁπάντων αὐτῶν, ἐπὶ πλέον ἐν τῷ C τρίτῳ περὶ τῶν ἐν ταῖς τροφαῖς δυνάμεων εἴρηται. νυνὶ δ' ἀρκεῖ τό γε τοσοῦτον εἰπεῖν, ὡς οὐκ ἀσφαλὲς ἄνευ μέλιτος προσφέρεσθαι τὸ τῶν αἰγῶν γάλα. πολλοῖς γὰρ τῶν μόνον αὐτὸ πιόντων, ἐτυρώθη κατὰ τὴν γαστέρα, καὶ θαυμαστὸν ὅπως βαρύνει τε, καὶ πνίγει τὸν ἄνθρωπον, ἐπειδὰν τοῦτο συμβῇ. θαυμαστότερον δ' ἔτι τὸ περὶ τοῦ θρομβωθέντος ἐστὶν αἵματος, ἐάν τε εἰς τραῦμά τι, ἐάν τε εἰς κοιλίαν, ἤ τι τῶν ἐντέρων συρρυῇ. καὶ γὰρ ἐκλύονται, καὶ καταψύχονται, καὶ μικρόσφυκτοι, καὶ κακόσφυκτοι γίνονται. ἀλλὰ μέν τοι καὶ σηπεδόνος ἐπινεμομένης ἐν τάχει κατὰ τὰ πλησιάζοντα τῶν ὑγιαινόντων μορίων, αἴτιον γίνεται D τὸ θρομβωθὲν ἐν τραύμασιν αἷμα. διὰ τίνα μὲν οὖν αἰτίαν ὁ πάντων ἡμῖν τῶν χυμῶν οἰκειότατος, ὅταν ψυχθῇ τηλικούτων ἡμῖν παθημάτων αἴτιον γίνεται, ζητήσεως οὐ σμικρᾶς ἄξιον· ἐναργῶς γε μὴν ἐστι κἀκ τούτου γνῶναι πηλίκην ἔχουσι δύναμιν αἱ τῶν μοχθηρῶν χυμῶν ποιότητες, ὧν ὥσπερ τινὸς μικροῦ καταφρονοῦσιν ἔνιοι τῶν νῦν ἰατρῶν, ἑπόμενοι τοῖς πρώτοις πλασαμένοις οὕτω γινώσκειν. τὸ γοῦν γάλα πίνουσί τινες, ἐπεμβάλλοντες ἕνεκα τοῦ μὴ τυρωθῆναι κατὰ τὴν γαστέρα, μέλιτός τε, καὶ ὕδατος, καὶ τρίτου, τῶν ἁλῶν. ἄριστον δ' εἰς εὐχυμίαν γάλα, τὸ τῶν εὐεκτικῶν ζώων ἐστὶν, E ὅταν ἀμελχθῇ πινόμενον εὐθέως. τὸ δὲ ἑψηθὲν ἐπὶ πλέον, παχύχυμον ἱκανῶς γίγνεται. καὶ μᾶλλον ὅταν ἄλευρον πύρινον, ἢ κέγχρον, ἢ ἄμυλον ἑψήσῃς μετ' αὐτοῦ. τυροὶ δὲ παχύχυμοι ἅπαντές εἰσιν, οἱ παλαιοὶ δὲ, καὶ κακόχυμοι. τοὺς νεοπαγεῖς δ' ἐγχωρεῖ μετὰ μέλιτος ἐσθίειν πρὸ τῶν σιτίων, ὑπαγωγῆς ἕνεκα γαστρὸς, ἧττόν τε γάρ εἰσι παχύχυμοι τῶν παλαιῶν, οὐδόλως δὲ κακόχυμοι. ὁ δ' ἐξ αὐτῶν πηγνυμένων ἀπορρέων ὀρρὸς, ἱκανῶς ὑπάγει γαστέρα. παχύχυμον δ' ἐστὶν ἔδεσμα, καὶ διὰ τοῦτο, καὶ τὰς καθ' ἧπαρ ἐμφράττει διεξόδους, ὁ διὰ γάλακτος, ἢ τυροῦ σκευαζόμενος πλακοῦς, ὁμοίως δ' αὐτῷ, καὶ ὁ διὰ F σεμιδάλεως καὶ γάλακτος, ἢ καὶ λαγάνων τι, καὶ ῥυήματα προσλαμβάνων, οὐδὲν δ' ἧττον ὅσα σκευάζουσι διὰ γλεύκους, καὶ σεμιδάλεως, ἢ ὅλως ἀλεύρου πυρίνου, κακόχυμα πάντ' ἐστὶ, καὶ αὐτὰ δὲ καθ' αὑτὰ, λάγανά τε, καὶ ῥυήματα, καὶ πᾶν ἄζυμον ἐκ πυροῦ πέμμα, καὶ μᾶλλον ὅταν καὶ τοῦ τυροῦ τι προσλάβῃ, παχύχυμον ἱκανῶς ἐστιν. ὀνομάζειν δέ μοι δοκοῦσι

A ταυτὶ τὰ νῦν ὑφ' ἡμῶν καλούμενα λάγανά τε καὶ ῥυήματα, κοινῇ προσηγορίᾳ τῇ τῶν ἰτρίων οἱ παλαιοί. παχύχυμοι δὲ εἰσὶ καὶ οἱ κοχλίαι, καὶ τῶν ὠῶν ὅσα μέχρι τελείας πήξεως ἑψοῦσί τε καὶ ὀπτῶσι. τὰ μὲν γὰρ ταγηνιζόμενα, καὶ κακόχυμα γίνεται, καὶ τὴν ἐν τῇ γαστρὶ πέψιν ἔχει κνισώδη, συνδιαφθείρουσαν ἑαυτῇ καὶ τἆλλα σιτία. καὶ διὰ τοῦτο τῶν ἀπεπτουμένων ἐν τοῖς χείριστα πέφυκεν εἶναι. τὰ δὲ μετρίως ἑψημένα, καὶ διὰ τοῦτο καλούμενα τρομητά, βελτίω καὶ πρὸς πέψιν εἰσί, καὶ πρὸς ἀνάδοσιν, καὶ πρὸς θρέψιν, καὶ πρὸς εὐχυμίαν. ὥσπερ γε καὶ τὰ ῥοφητὰ καλούμενα μετρίως ἑψημένα, καὶ διὰ τοῦτο, καὶ τὰς τῆς φάρυγγος ἐκλεαίνοντα τραχύ- B τητας, ὅτε μήπω πεπάχυνταί τε, καὶ συνῆκται τὸ ἐν αὐτοῖς ὑγρόν. ἀλλὰ καὶ τῶν ἐνύδρων ζώων, τά τε μαλάκια καλούμενα, τευθίδες, καὶ σηπίαι, καὶ πολύποδες, ὅσα τἆλλα τὰ τοιαῦτα παχὺν καὶ γλίσχρον ἔχουσι τὸν χυμόν, ὥσπερ καὶ οἱ κητώδεις τῶν ἰχθύων, ἐξ ὧν εἰσὶν καὶ οἱ θύννοι. μετριώτεραι δ' αὐτῶν αἱ πηλαμίδες. ἰσχυρῶς δὲ παχύχυμα τὰ ὄστρεα, τῶν οἱ κήρυκες, αἵ τε πορφύραι, καὶ πάνθ' ἁπλῶς τὰ καλούμενα πρὸς Ἀριστοτέλους ὀστρακόδερμα, χῆμαι, λοπάδες, κτένες, πίνναι, καὶ τὰ παραπλήσια. πορφύραι μὲν οὖν καὶ κήρυκες, σκληροτέραν ἔχουσι τῶν ἄλλων τὴν σάρκα, καὶ παχυχυμοτέραι, ὑγρότεραι C δὲ καὶ γλισχρότεραι τἆλλα, καὶ μάλιστα πάντων τὰ ὄστρεα. χρὴ δὲ γινώσκειν ἁπάντων αὐτῶν, τὸν μὲν χυλὸν ὑπακτικὸν τῆς γαστρός, ὥσπερ ἐν τῷ γάλακτι τὸν ὀῤῥόν, αὐτὸ δὲ τὸ στερεὸν σῶμα βραδυπεπτότερόν τε, καὶ παχύχυμον, ὠμοῦ χυμοῦ, καὶ παχέος, καὶ ψυχροῦ γεννητικόν. ὑπάρχει δὲ τοῦτο, καὶ τῇ κράμβῃ, καὶ τοῖς φακοῖς ἐναργῶς, ὥσπερ ἑτέροις πολλοῖς ἀμυδρῶς, ὑπὲρ ὧν ἐπὶ πλέον ἐν τοῖς τρισὶν ὑπομνήμασι διῆλθον, ἃ περὶ τῶν ἐν ταῖς τροφαῖς δυνάμεων ἐπιγέγραπται. τὰ μὲν οὖν ἄλλα τῶν εἰρημένων παχυχύμων πάντων, ἐστὶ κολλώδη τε, καὶ γλίσχρα, πλὴν ὧν εἶπον ὀστρακοδέρμων. ἡ κράμβη δὲ καὶ ἡ D φακὴ τῆς αὐτῆς τοῦ χυμοῦ φύσεως οὐ μετειλήφασιν, ἀλλὰ τὸν νιτρώδη τε καὶ ὑπακτικὸν ἔχουσι, καθάπερ τὸ δρακόντιον μὲν τὸν δριμύν τε καὶ πικρὸν ἰσχυρῶς, ἄρον δ' ἀμφότερον μέν, ἀλλ' ἀμυδρῶς. οἱ βολβοὶ δὲ τὸν αὐστηρόν τε καὶ πικρόν, οὓς ἐὰν ἐκνίψῃς ἑψήσεσι πλείοσι, τὸ στερεὸν αὐτῶν ἀπολειφθήσεται παχύχυμον ὑπάρχον. ἁπάντων δὲ τῶν τοιούτων ἐδεσμάτων οἱ μύκητες ἔχουσι ψυχρότατόν τε, καὶ γλισχρότατον ἅμα, καὶ παχὺν χυμόν, ἐν οἷς, ὑπὸ τῶν βωλιτῶν μόνων, οὐδεὶς ἱστόρηται τεθνεώς, χολέραν μέντοι καὶ οὗτοί τισιν ἤνεγκαν ἀπεπτηθέντες, ὑπὸ δὲ τῆς τῶν ἄλλων μυκήτων ἐδωδῆς, ἔνιοι μὲν ἀπέθανον, ἔνιοι E δέ, εἰς ἧκον θανάτου, διαῤῥοίαις, ἢ χολέραις ἁλόντες, ἢ πνιγῆναι κινδυνεύσαντες, ἠρέμα δὲ παχύχυμόν ἐστι τὸ καλούμενον ὕδνον, οὐ μὴν κακόχυμόν γε. τῆς δ' αὐτῆς ἰδέας ἐστί, καὶ τὸ ἄμυλον. περὶ πλέον δ' αὐτῶν ἐστὶ παχύχυμον, οὐ δ' αὐτὸ κακόχυμον, ὁ κῶνος καλούμενος. ὀνομάζουσι δ' οἱ παλαιοί, καὶ στροβίλους αὐτόν. ἐκ δὲ τῶν παχυχύμων ἐστί, καὶ ἧπαρ, καὶ νεφροί, καὶ ὄρχεις, ἀλλὰ τὸ μὲν ἧπαρ οὐκ ἔστι κακόχυμον. οἱ νεφροὶ δέ, καὶ ὄρχεις οὐκ εὔχυμοι, πλὴν τῶν ἐν τοῖς ἀλεκτρυόσι, καὶ μᾶλλον ὅταν σιτισθῶσιν, ὥσπερ γε καὶ τὸ ἧπαρ τῶν ὑῶν, ὅταν ἰσχάδα ἐσθίωσιν, ὃ καλοῦσι συκωτόν, ὁ δὲ σπλὴν ἐπὶ μὲν τῶν ἄλλων ζώων F ἰσχυρῶς κακόχυμός τε καὶ μελαγχολικός, ἐπὶ δὲ τῶν ὑῶν ἧττόν ἐστι τοιοῦτος. ἥ γε μὴν καρδία, σκληροτέραν τε καὶ ἰνωδεστέραν ἔχει τὴν οὐσίαν τῶν ἄλλων σπλάγχνων. φαίνεται γὰρ ἐπ' ἐκείνων μὲν ἐν τῷ μεταξὺ τῶν ἀγγείων, οὐσία τις αἵματος πεπηγότος. ἐπὶ δὲ τῆς καρδίας, ἶνες φαίνονται στερεαί, πολλαί, μακραί,

nunc lagana & rhyemata vocamus, communi itriorum nomine appellasse. Crasso succo constant cochleæ etiam, ouáque elixatione, aut assatione ad summum durata; nam quæ sartagine friguntur, etiam mali succi fiunt, ac in ventriculo concoctionem sortiuntur nidorosam, & quæ reliquos secum cibos in corruptelam trahant, proinde inter ea, quæ concoctionem fugiunt, omnium pessima sunt; quæ mediocriter elixa fuerunt, eóque vocantur tremula, præstabiliora sunt, & ad concoquendum, & ad distributionem in corpus, & ad nutritionem, & ad succi bonitatem, quemadmodum sanè, & quæ sorbilia vocantur, mediocriter elixa, eam ob rem gutturis asperitates lenientia, quod nondum spissatus eorum humor concreuerit. Ex aquatilibus etiam mollia, quæ vocant, loligines, sepiæ, polypi, aliáque id genus, crasso glutinosoque succo constant, sicuti & cætacei pisces, de quorum genere habentur thunni, his ipsis moderatiores pelamides. Crassi valde succi sunt ostrea quoque, buccinæ, & purpuræ, ac breuiter, quæcunque Aristoteles testacea appellat, hiatulæ, lopades, pectines, pinnæ, & id genus. Inter hæc purpuræ & buccinæ carnem habent duriorem cæteris, ac succi crassioris, reliqua verò humidiorem, & viscidiorem, omnium que maximè ostrea. Illud expedit scire, horum omnium succo ventrem subduci, vt & lactis sero, solido autem eorum corpore, quòd & difficilius concoquatur, & crassi succi sit, crudum progigni succum, crassúmque, ac frigidum. Brassicæ ac lenti idem contingit manifestò, sicuti permultis aliis obscurè: de quibus prolixius disseruimus commentariis tribus, De alimentorum facultate inscriptis. Atque alia quidem quorum crassum esse succum pronunciauimus, glutinosa omnia & viscida sunt, exceptis testaceis quæ diximus. Brassica ac lens non eandem succi naturam sortitæ sunt, sed nitrosum, & quo aluus subducatur, sicuti dracunculus acrem, & insigniter amarum, arum autem vtrumque quidem, sed obscurius; austerum & amarum bulbi, quos si elixatione plurima eluas, solidum relinquitur, quod crassi succi sit. Ex eduliis his omnibus, fungis frigidissimus, & glutinosissimus, crassusque simul succus inest, atque inter hos ex solis boletis nullus fertur interiisse, qui tamen ipsi choleram etiam nonnullis attulerunt non cocti; at reliquorum fungorum esus quibusdam mortem intulit; nonnulli mortis inde adiere discrimen diarrhœis correpti, aut choleris, aut strangulatu periclitantes. Tuber, quod vocant, crasso modicè succo præditum est, non tamen malo; eiusdem modi est amylum quoque. His ipsis crassioris succi plus habet nucleus pineus, qui tamen ne ipse quidem mali succi est: veteres hunc etiam strobilum appellant. Inter ea quæ crassi succi sunt, iecur quoque, & renes & testes censentur, iecur tamen mali succi non est; renes, ac testes non sanè boni, nisi gallinaceorum, præsertim altilium, quod genus suillum quoque iecur est, quod quum caricas ederint, ficatum vocant. Animalium aliorum lieni satis malus succus inest & melancholicus, in suibus non perinde talis. Cor certè substantia constat, visceribus cæteris, & duriore, & fibrosa magis, in illis namque, vasorum in medio, substantia quædam cernitur concreti sanguinis, at in corde fibræ visuntur solidæ, multæ, longæ,

quem-

quemadmodum in musculis, circa quas carnosa substantia concreuit; proinde sunt qui cor in musculorum genere reponant, quorum substantia molem constituit corporis nostri vniuersam, eámque, quæ propriè caro vocatur, quam in victimis edimus. Cæterùm musculorum principia, quæ capita quoque vocant, quadantenus neruorum plus habent, dispersis per hæc ligamentis, ex ossibus, vnde initium sumunt ortis, sub extremum tendines exoriuntur, quos vocant, eamque ob rem extremæ musculorum partes vtrinque neruosiores sunt, sicuti carnosum, quod medium est, totum quod & maximè nutrit: vocaturque caro ab hominibus, qui fibras præ tenuitate inspicere nequeunt, ex ligamentis neruisque per hanc dispersis, enatas, quumque hoc carnem iam cœperint nominare, iure musculum vocant principium huius, extremúmque tantùm. Atqui non ita se habet res, verùm musculus quidem totus, circumscriptione propria quadam separatus cernitur ab aliis, ipse tamen suam quandam actionem obit ex motibus voluntariis (sic enim vocant has, à naturalibus & inuoluntariis diuisas) partes autem ipsius prædictas differentias sortiuntur. Porrò extremis animalium partibus minimum inest carnis, ossei verò ac neruosi plurimum; neque id tamen ob neruum voluntarij motus auctorem (paruus enim is est) sed ob eum, qui colligat, tendonémque præterea, sic à veteribus medicis vocatum; à recentioribus autem aponeuroseos nomine. Viscida hæc immodicè & glutinosa sunt, vbi elixa fuerint: atque ideo horum etiam alimentum: neque absimilis naturæ sunt pedestrium animalium labra, atque his propinqua, vt quæ viscidum, minus licet crassum succum generent; id quod vel elixatio ipsa declaret, qua huiuscemodi corpora plurimum intumescunt, & dissoluuntur. Concoctioni tamen hæc quoque accommoda sunt, animaliumque volatilium alæ, communi exercitatorum corporum ratione; quippe quæ excrementis vacant omnia, sicuti his abundant, quæ ociosa sunt. Pinguium tamen porcellorum cutis probè elixa, habet illa quidem glutinosum pinguemque succum, at non valdè crassum, nec qui vt extremæ partes, similiter concoquatur, quemadmodum planè nec æquè bonum atque harum, sed excrementitium magis. Pars est in animali crassi succi cerebrum quoque, & spinalis medulla; tales mediocriter sunt glandulæ, atque ob id victimarum quoque nouellarum testes. Illud enim in communi de vniuersis animantium partibus meminisse conuenit, duras siccasque euadere, ac concoctioni rebelles, ætate confectorum; humidas contra, ac molles, & quæ ob id facilius concoquantur iuniorum, nisi ab edito statim partu edantur; vt quæ mucosæ omnes sint, præsertim animalium, quæ humidiore carne prædita sunt naturâ, cuiusmodi agnorum caro est, ac porcellorum; nam hœdorum, & vitulorum, quòd animalia hæc sicciora naturâ sint, longè magis, & concoctioni accommoda est, & alimento exhibendo. Ad eundem modum se res habet in testibus, & glandulis, nec minùs in lingua, nam & huius natura aliquo pacto glandulosa est. Mammarum verò glandulæ, quum lac in se continent vbera vocantur; cibum autem præstant crassum; & siquidem bene habitum animal fuerit, multum inde, ac boni succi alimentum exi-

A καθάπερ ἐν τοῖς μυσὶν, οἷς περιπέπηγεν ἡ σαρκώδης οὐσία, διὸ τινὲς αὐτὴν ἐν τῷ γένει τῶν μυῶν τάττουσιν, ὧν ἡ οὐσία τὸν ὄγκον ἐργάζεται τοῦ σώματος ἡμῶν ἅπαντα, καὶ τὴν ὀνομαζομένην κυρίως σάρκα, τὴν ἐπὶ τῶν ἱερείων ἐσθιομένην. ἀλλ' αἱ μὲν ἀρχαὶ τῶν μυῶν, ἃς δὴ καὶ κεφαλὰς αὐτῶν ὀνομάζουσι, νευρωδέστεραί πώς εἰσιν, ἐκ τῶν ὀστῶν, ὅθεν ἄρχονται, συνδέσμους ἐκπεφυκότας ἐνδιεσπαρμένους αὐταῖς ἔχουσαι. κατὰ δὲ τὰς τελευτὰς, οἱ καλούμενοι τένοντες ἀποφύονται. καὶ κατὰ τοῦτο, νευρωδέστερα τὰ πέρατα τῶν μυῶν εἰσιν ἑκάτερα. καθάπερ τὸ μέσον ἅπαν σαρ-

B κῶδες, ὃ δὴ καὶ τροφιμώτατόν ἐστι, καὶ καλεῖται σὰρξ ὑπὸ τῶν ἀνθρώπων, οὐχ ὁρώντων αὐτῶν τὰς ἶνας ὑπὸ λεπτότητος, αἳ ἐκ τῶν συνδέσμων, καὶ τῶν νεύρων εἰς αὐτὴν διασπειρομένων ἐγένοντο. κἀπειδὴ τοῦτο σάρκα καλεῖν ἔφθασαν, εἰκότως ὀνομάζουσι μῦν, τήν τε ἀρχὴν, καὶ τὴν τελευτὴν αὐτοῦ μόνας. ἔχει δὲ οὐχ οὕτως, ἀλλ' ὅλως μὲν ὁ μῦς κατὰ μίαν ἰδίαν περιγραφὴν, ὁρᾶται χωριζόμενος ἀπὸ τῶν ἄλλων, ἐνεργεῖ δέ τινα μίαν ἐνέργειαν, ἐκ τῶν προαιρετικῶν κινήσεων, οὕτως γὰρ ὀνομάζουσιν αὐτὰς, ἀπὸ τῶν ἀπροαιρέτων τε καὶ φυσικῶν διοριζόμενοι.

C τὰ μέρη δ' αὐτοῦ τὰς εἰρημένας ἔχει διαφοράς. ἐν δὲ τοῖς ἄκροις τῶν ζώων ὀλιγίστη μέν ἐστι σὰρξ, τὸ πλεῖστον δ' ὀστῶδές τε, καὶ νευρῶδες, οὐχ ἕνεκα τοῦ προαιρετικοῦ καλουμένου νεύρου, μικρὸν γὰρ τοῦτ' αὐτοῦ, ἀλλὰ τοῦ συνδετικοῦ, καὶ μετ' αὐτὸ τοῦ τένοντος μὲν ὑπὸ τῶν παλαιῶν Ἑλλήνων, ἀπονευρώσεως δὲ, ὑπὸ τῶν νεωτέρων ἰατρῶν ὀνομαζομένου. γλίσχρα καὶ ἱκανῶς εἰσι, καὶ κολλώδη ταῦθ' ἑψηθέντα, καὶ διὰ τοῦτο, καὶ ἡ ἐξ αὐτῶν τροφή. τῆς δὲ αὐτῆς φύσεως, καὶ τὰ περὶ τὰ χείλη μόρια τῶν πεζῶν ζώων, γλίσχρον μὲν γὰρ, οὐ μὴν παχύν γε τὸν χυμὸν ἐρ-

D γάζεται. δηλοῖ δὲ καὶ ἡ ἕψησις, ἐπὶ πλεῖστον ἐξοιδίσκουσά τε, καὶ διαλύουσα τὰ τοιαῦτα σώματα. πεφθῆναί γε μὴν ἐπιτήδεια, καὶ ταῦτα. καὶ τὰ πτερὰ τῶν πτηνῶν ζώων, τῷ κοινῷ λόγῳ τῶν γυμναζομένων σωμάτων. ἀπερίττωτα γὰρ πάντα ταῦτα, καθάπερ τῶν ἀργούντων περιττωματικά. τό γε μὴν δέρμα τῶν λιπαρῶν ὑῶν, ὅταν ἑψηθῇ καλῶς, κολλώδη μὲν ἔχει καὶ λιπαρὸν χυμὸν, οὐ μὴν ἱκανῶς γε παχὺν, οὐδὲ πεττόμενον ὡσαύτως τοῖς ἄκροις, ὥσπερ οὐδ' εὔχυμον ὁμοίως ἐκείνοις, ἀλλὰ περιττωματικώτερον. παχύχυμον δὲ μόριόν ἐστι τοῦ ζώου, καὶ ὁ ἐγ-

E κέφαλός τε, καὶ ὁ νωτιαῖος μυελός. οἱ δ' ἀδένες μετρίως τοιοῦτοι, καὶ διὰ τοῦτο, καὶ οἱ τῶν νέων ἱερείων ὄρχεις. κοινὸν γὰρ δὴ καὶ τοῦτο περὶ πάντων τῶν ἐν τοῖς ζώοις μορίων μεμνῆσθαί σε χρὴ, σκληρὰ μὲν, καὶ ξηρὰ, καὶ δύσπεπτα γίνεσθαι τὰ τῶν πρεσβυτέρων, ὑγρὰ δὲ καὶ μαλακὰ, καὶ διὰ τοῦτ' εὐπεπτότερα, τὰ τῶν νεωτέρων. πλὴν εἰ μὴ μετὰ τὴν ἀποκύησιν, εὐθὺς ἐσθίοιτο. βλεννώδη γὰρ ἅπαντα ταῦτα, καὶ μάλιστα τῶν ὑγροτέραν ἐχόντων φύσει τὴν σάρκα, καθάπερ ἀρνῶν τε, καὶ χοίρων. τὰ δὲ τῶν ἐρίφων τε καὶ μόσχων, ἐπεὶ ξηρότερα φύσει τὰ ζῶα, πολὺ βελτίω καὶ πρὸς πέ-

F ψιν ἐστὶ, καὶ πρὸς τροφήν. οὕτως οὖν ἔχει καὶ κατὰ τοὺς ὄρχεις τε, καὶ τοὺς ἀδένας, οὐχ ἥκιστα δὲ καὶ τὴν γλῶτταν. ἔστι γάρ πως καὶ ἡ ταύτης φύσις ἀδενώδης. οἱ δ' ἐν τοῖς τιτθοῖς ἀδένες, ὅταν ἐν αὑτοῖς ἔχωσι τὸ γάλα, καλοῦνται μὲν οὔθατα, παχύχυμον δ' εἰσὶν ἔδεσμα. καὶ εἰ τὸ ζῶον εὐεκτοῦν εἴη, καὶ ἡ ἐξ αὐτῶν τροφὴ, πολύ τε αἷμα καὶ εὔχυμος γίνεται.

καὶ γάρ τοι καὶ τοῦτο τῶν κοινῶν ὄν, ἄμεινον ἅπαξ ἀκούσαντά σε, πρόχειρον ἔχειν τῇ μνήμῃ. γέγραπται γοῦν ὑπὸ πάντων ἰατρῶν περὶ γάλακτος, ὡς εὐχυμότατον εἴη, καὶ διὰ τοῦτό τινες ἡγοῦνται τοὺς ἐν πνεύμονι ἴσχοντας ἕλκος, ὑπὸ μόνου τούτου θεραπεύεσθαι, πρὸ τοῦ μέγα δηλονότι, καὶ τυλῶδες αὐτὸ γενέσθαι. τὸ δὲ τῆς γυναικός, ὡς ἂν οἰκεῖόν τε, καὶ ἐκ τῆς αὐτῆς φύσεως ἡμῖν ὑπάρχον, ἐπαινοῦσι παρὰ τῶν ἄλλων εἰς τὰ φθινώδη πάθη, καὶ ἄλλοι μέν τινες ἰατροί, καὶ μάλιστα Εὐρυφῶν τε καὶ Ἡρόδοτος, ἀξιοῦσί τε θηλάζειν, ὥσπερ τὰ παιδία τὴν γυναῖκα, τοὺς οὕτως ἔχοντας, ἐκπεσὸν γὰρ τῶν τιτθῶν, εὐθέως ἀποβάλλει τι τῆς οἰκείας ἀρετῆς· εὔδηλον οὖν, ὅτι πάντων ἐδεσμάτων, ὡς εὐχυμότατον προκέκριται, μάλιστα μὲν ὑπὸ τούτων, οὐχ ἥκιστα δὲ καὶ τῶν ἄλλων ἰατρῶν. ὃ δὲ κοινὸν ἔφην, οὐκ ἐπὶ τῶνδε μόνον, ἀλλὰ καὶ πολλοῖς ἄλλοις ἐδέσμασι γινώσκειν χρῆναι, τοῦτο δὴ καὶ λέξω. τῶν μὲν εὐεκτικῶν ζώων εὔχυμόν ἐστι τὸ γάλα. τὸ δὲ τῶν καχεκτικῶν, ὡσαύτως τῷ κατὰ τὸ ζῶον αἵματι, κακόχυμον. οὐ γὰρ ἐνδέχεται κακοχύμου τοῦ παντὸς σώματος ὄντος, εὔχυμον εἶναι τὸ γάλα. διὰ τοῦτ᾽ ἔφην, ἐπὶ τῶν εὐεκτούντων ζώων, ἄριστον μὲν εἶναι τὸ γάλα πρὸς εὐχυμίαν. οὕτως δὲ καὶ τοὺς ἀδένας, αὐτούς τε τούτους ἐν οἷς τὸ γάλα περιέχεται, καὶ τοὺς ἄλλους ἐν τοῖς ὑγιεινοῖς ζώοις εὐχύμους εἶναι. κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν λόγον, ἧπάρ τε καὶ ὄρχεις. οὐδὲ γὰρ ταῦτα τοῖς κακοχύμοις ἐστὶ ζώοις εὔχυμα. διὰ τοῦτο δέ, οὐδὲ τοῖς γεγηρακόσιν· οὐδὲν γὰρ τούτων εὔχυμον. ὅσα δ᾽ ἔτι θηλάζει ζῶα, τῆς μητρὸς αὐτῶν ἐχούσης εὔχυμον γάλα, ταῦτα καὶ τοῖς ἄλλοις μὲν ἅπασι μορίοις ἄριστα διάκειται σφῶν αὐτῶν, εὔχυμον δ᾽ ἔχει καὶ τὸ ἧπαρ. ὁποῖον δέ τινα χυμὸν γεννᾷ τἄλλα μόρια τῶν ζώων, ὀλίγον ὕστερον εἰρήσεται· νυνὶ γὰρ ἐπεὶ περὶ τῶν παχυχύμων ἠρξάμην διέρχεσθαι, πρότερον εὔλογόν ἐστιν, ἐπὶ τὴν τελευτὴν αὐτῶν ἀγαγόντα τὸν λόγον, οὕτως ἐπὶ τἄλλα μεταβαίνειν. ὀλίγων οὖν ἔτ᾽ ὄντων τοιούτων, ἐπ᾽ αὐτὰ βαδιοῦμαι διορίζων ἐν αὐτοῖς τὰ κακόχυμα τῶν εὐχύμων, αὕτη γὰρ ἡ χρεία τοῦ νῦν ἡμῖν ἀνυομένου λόγου σκοπὸν ἔχοντος, εὐχυμίαν μὲν ἐργάζεσθαι, φεύγειν δὲ κακοχυμίαν. ἐπεὶ δέ, ὡς κατ᾽ ἀρχὰς εἶπον ἡ τῶν παχυχύμων ἐδεσμάτων οὐσία, δυσδιάπνευστόν τε τὸ σῶμα κατασκευάζει, καί τινας ἐμφράξεις ἐργάζεται, καὶ μάλιστα καθ᾽ ἧπάρ τε, καὶ νεφρούς, διὰ τοῦτο συνεβούλευον ἀφίστασθαι τῆς διηνεκοῦς χρήσεως αὐτῶν, εἰ καὶ τῶν εὐχύμων εἴη, τὰ μὲν γὰρ κακόχυμα, παντὶ τρόπῳ φευκτέον, ἐάν τε παχεῖς, ἐάν τε λεπτοὺς ἐργάζηται τοὺς ἐν ἡμῖν χυμούς. εἴρηται δὲ καὶ ὅτι μόνοις τοῖς σφοδρῶς γυμναζομένοις, ἐὰν καὶ τὰ σπλάγχνα, μὴ κακῶς ᾖ φύσει κατεσκευασμένα, δυνατόν ἐστιν ἐν τοῖς παχυχύμοις τε, καὶ γλίσχροις ἐδέσμασι διατρίβουσι, μὴ βλάπτεσθαι, τῶν δ᾽ ἄλλων οὐδενί. τῶν τοίνυν παχυχύμων ἐδεσμάτων ἐστί, καὶ τὸ τῶν βαλάνων γένος ἑκατέρων, ὅσαι τ᾽ ἐπὶ τοῖς δρυσὶ γίνονται, καὶ ὅσαι τῶν φοινίκων εἰσὶν ὁ καρπός, ὀνομάζουσιν δ᾽ οἱ ἄνθρωποι, τὰ μὲν τῶν φοινίκων, ὁμωνύμως αὐτῷ τῷ φυτῷ, φοίνικας· ὅσαι δ᾽ ἐπὶ ταῖς δρυσί, ταῖς μὲν καὶ τοῖς ἀνθρώποις ἡδέως ἐσθιομένας καστανέας, ἔνιοι δὲ καστάνια κατὰ τὸ καλούμενον οὐδέτερον γένος, οἵ γε μὴν πολῖται, καθάπερ οὖν καὶ ἄλλοι τῶν ἐν Ἀσίᾳ, Σαρδιανάς τε, καὶ Λευκηνὰς ὀνομάζουσιν αὐτὰς ἀπὸ τῶν χωρίων, ἐν οἷς πλεῖσται γεννῶνται. τὸ μὲν οὖν ἕτερον τῶν ὀνομάτων τούτων, εὔδηλόν ἐστιν ἀπὸ τίνος γέγονε.

A stit; etenim hoc quoque, quum ex iis sit, quæ in vniuersum pronunciantur, præstat semel auditum, promptum habere memoria. Lac quidem optimi esse succi ab omnibus medicis scriptum reperitur; atque ideo sunt, qui existiment, quibus vlcus in pulmone fuerit, posse solo huius vsu sanari, dumtaxat antequam magnum id & callosum fiat. Muliebre porrò lac, vt familiare eiusdemque nobiscum naturæ, cæteris præferunt ad tabificos affectus cùm alij quidam medici, tum verò Euryphon in primis, & Herodotus; atque ita affectos præcipiunt, mulieris B mammam infantium ritu exugant, quoniam vt mammis primùm excidit, propriæ facultatis nonnihil deperdat. Est itaque manifestum lac cibis reliquis, vt optimi omnium succi, prælatum fuisse, horum quidem præcipuè, nec minùs tamen aliorum quoque medicorum iudicio. Cæterùm quod dicebamus sciri oportere non de his solùm, sed etiam de eduliis aliis multis, in vniuersum iam accipe. Animalium bene quidem habitorum lac boni succi est; at male habitorum non aliter, atque animalis sanguis, mali; neque enim fieri potest, vt quum mali succi corpus totum fuerit, boni succi C reperiatur lac, eam ob rem diximus in bene habitis animalibus optimum esse ad succi bonitatem lac. Eodemque modo glandulas succi boni esse, cùm eas ipsas, quæ lac continent, tum alias quæ animalium sanorum sunt. Eadem ratione se habent iecur, ac testes: nam hæc quidem in mali succi animalibus bono constant succo, ideoque nec in ætate prouectis, quorum nullum boni succi sit; animalia autem, quæcunque etiamnum lactentia, siquidem boni succi parentis lac sit, ipsa quum alias partes omnes si quando aliàs, affectas optimè habent, tum verò iecur boni D succi. Animalium porrò partes reliquæ cuiusmodi succum progignant, paulò post dicetur; nunc enim postquam cœpi de crassi succi cibis disserere, satius fuerit, imposito priùs orationi huic fine, sic demum ad alia transire. Pauca igitur quum reliqua sint huiusmodi, iam me ad ea conferam, atque ea hic secernam, quæ mali succi sunt, ab iis quæ boni, siquidem is sit orationis quam nunc molimur vsus, proposito sibi hoc scopo, vt succi bonitatem inuehat, vitet malitiam. Quoniam autem, sicuti initio dixi esculentorum substantia, quæ crassi succi sunt, corpus ægrè perspirabile reddit, & obstructiones aliquas facit, potissimum E iecinoris, ac renum, idcirco consulebam, ne assiduus esset eorum vsus, etiam si bono essent succo prædita; nam quæ mali succi sunt, fugienda prorsus, crassos ea tenuésve succos nostros faciant. Iam illud quoque diximus, his qui se vehementer exercent, licere citra noxam, si viscera præterea habuerint bene natura constituta crassis viscidisque cibis frequenter vti, cæterorum autem nulli. Igitur inter crassi succi cibos glandium genus vtrumque est, tam quas quercus producit, quàm quæ palmarum fructus sunt: vocántque palmarum glandes eodem, quo arborem, F nomine palmas; quas verò quercus fert, cibum hominibus suauem præbentes castaneas; quidam castanea neutro genere, vt vocant; ciues tamen, sicut alij quoque Asiæ incolæ Sardianas eas appellant, & Leucenas, à regionibus, in quibus multæ illæ proueniunt. Atque alterum quidem vocabulorum, non obscurum est; vnde profectum sit,

at

at Lucenæ à loco quodam montis Idæ nomenclaturam sortitæ sunt, quem plurali numero vocant, vt Thebæ. Ergo glandes, sicuti diximus huiusmodi nunc crudas edunt homines, nunc assas, interdum elixas; aliæ verò quæ figura, vt in palmulis, oblonga cernuntur, cibus sunt suibus magis, quam hominibus, accommodus, nisi si quando harum vsus ingruat necessarius valdè; id quod in maxima fame vsu venit. Ilicum porrò glandes (Græci ἀκύλους vocant) quæ austeræ, ac duræ, ideóque insuaues sunt, vitare expedit, vt concoctioni aduersantes, ac crassi succi, etiam siquis elixas sumat. Quòd autem astringentis succi differentiæ quædam sint austerus, & acerbus, maioris minorisque ratione, perspicuum est, astringente qualitate remissiore in austero, sicuti in acerbo intensiore intensa. Sed quanto glandibus acerbæ magis sunt acyli, tanto sanè magis glandes castaneis; hæ namque astringentem qualitatem imbecillam valde possident, quum inter crassi succi cibos sint non aliter, atque aliæ glandes; ventrem tamen minus astringunt, & quàm alteræ illæ, faciliùs concoquuntur, nec mali succi quicquam obtinent, atque harum tamen quoque fugienda copia, non eo solùm, quòd æquè, ac dictorum pleraque, crassi succi sint, sed etiam quod ventrem sistant & ægrè concoquantur, flatúmque procreent. Cæterùm palmarum fructus, quem omnes (vti diximus) ducto ex arbore nomine palmulas vocant, astringentis dulcisque succi particeps est. Sunt ex recentioribus medicis, qui eas Græce φοινικοβαλάνους appellent, voce composita; neque tamen veteres Græcos ita nominasse inuenio, illi enim fructum hunc palmarum glandes vocarunt, non φοίνικας, aut φοινικοβαλάνους. Verùm proposita nobis hoc tempore non est nominum distinctio, quæ hominibus in otio degentibus studio fit, neque his omnibus sed iis tantùm quibus statutum est, vt veteribus Atticorum vocabulis vtantur, incolumitate verò omnes quidem opus habent, neque tamen omnes, qualem deberent, seruare victus rationem possunt ob intemperantiam, aut negotia, aut eorum quæ peragenda essent, ignorantiam, quicunque verò salubrem victus rationem intelligere queunt, huiusque legibus viuendum sibi esse statuerunt, his liber hic componitur. In acylis igitur, & quercuum glandibus, & castaneis, priuatim pro arborum diuersitate non multum inest in fructu discriminis, at in palmulis inest, quod meritò notetur. Nam si Ægyptias palmulas, quæ duræ, austeræ, ac siccæ habentur, iis quas patetas vocant, contuleris, quæ prædulces sunt, ac modicè præterea astringunt, videri possint contraria inter se esse natura præditæ, aliæ autem harum in medio locantur, quæ maiorem minorémve austeritatem, aut dulcedinem participent, harumque succus crassus est, & qui facilè iecur obstruat. Illud enim de dulcibus, ac crassi succi cibis sciendum, ac memoria seruandum, horum scilicet succo iecoris, ac lienis vias impediri, quod si viscera phlegmone præterea laborare paulum cœperint, hanc ipsam valdè adaugent, sicuti sanè stationes, affectusque scirrhosos, & abscessuum exortus irritant. Atque hæc longiùs fortasse à salubri victu recesserint; cuius partem institutus nobis sermo edocet. Rursus igitur ea aggrediamur, addamúsque reliquos crassi dulcisque succi cibos:

A Λευκῆναι δὲ ἀπὸ χωρίου τινὸς ἐν τῷ ὄρει τῇ Ἴδῃ τὴν προσωνυμίαν ἐσχήκασιν, ὃ πληθυντικῶς ὀνομάζουσιν παραπλησίως ταῖς Θήβαις. ταύτας μὲν οὖν τὰς βαλάνους, ὡς ἔφην, ἐσθίουσιν οἱ ἄνθρωποί ποτε ὠμάς, ἐνίοτε δὲ ὀπτῶντες, ἢ ἕψοντες. αἱ δ' ἄλλαι προμήκεις μὲν εἰσὶ κατὰ τὸ σχῆμα παραπλησίως ταῖς τῶν φοινίκων, ἔδεσμα ὑσὶ μᾶλλον, ἢ ἀνθρώποις οἰκεῖον, ἄχρις ἂν μή τις ἀνάγκη μεγάλη καταλάβῃ τῆς ἐδωδῆς αὐτῶν. ἐν γὰρ τοῖς μεγάλοις λιμοῖς καὶ τοῦτο συμβαίνει. τὰς δὲ τῶν πρίνων βαλάνους, ἃς ἀκύλους ὀνομάζουσιν Ελληνες, εἰσὶ δὲ στρυφναί, καὶ σκληραί, καὶ διὰ τοῦτ' ἀηδεῖς, κἂν ἑφθάς τις προσφέρηται, δυσπέπτους καὶ παχυχύμους οὔσας φυλάττεσθαι χρή. πρόδηλον δ' ὅτι τοῦ στύφοντος χυμοῦ διαφοραί τινές εἰσι κατὰ τὸ μᾶλλόν τε καὶ ἧττον, ὁ αὐστηρός τε καὶ στρυφνός, ἐκλελυμένης μὲν ἐν τοῖς αὐστηροῖς, ἐπιτεταμένης δ' ἐν τοῖς στρυφνοῖς τῆς στυφούσης ποιότητος. ἀλλ' ὅσον γε τῶν βαλάνων αἱ ἄκυλοι στρυφνότεραι, τοσοῦτον τῶν καστανίων, αἱ βάλανοι. πάνυ γὰρ ἀσθενῆ ταῦτα τὴν στύφουσαν ἔχει ποιότητα, τῶν παχυχύμων ἐδεσμάτων ὄντα ταῖς ἄλλαις βαλάνοις ὡσαύτως. ἀλλ' ἧττόν τε στεγνοῖ τὴν γαστέρα, καὶ μᾶλλον ἐκείνων πέττεται, καὶ οὐδόλως ἐστὶ κακόχυμα. φυλάττεσθαι δὲ δηλονότι χρή, καὶ τούτων τὸ πλῆθος, οὐ μόνον ὅτι παχύχυμόν ἐστι, πολλοῖς τῶν εἰρημένων ὡσαύτως, ἀλλ' ὅτι καὶ στεγνωτικὰ τῆς κοιλίας, καὶ δύσπεπτα, καὶ φυσώδη. τῶν δὲ φοινίκων ὁ καρπός, ὃν ἔφην ἅπαντας Ελληνας ὀνομάζειν φοίνικας, ὁμωνύμως τῷ δένδρῳ στύφοντός τε ἅμα, καὶ γλυκέος χυμοῦ μετέχει. τινὲς δὲ τῶν νεωτέρων ἰατρῶν ἐν συνθέτῳ προσηγορίᾳ φοινικοβαλάνους ὀνομάζουσιν αὐτούς, οὐ μὴν παρά γε τοῖς παλαιοῖς Ελλησιν εὗρον τοὔνομα. φοινίκων γὰρ ἐκεῖνοι βαλάνους τὸν καρπὸν τοῦτον οὐ φοίνικας, οὐδὲ φοινικοβαλάνους ὀνομάζουσιν. ἀλλ' οὐ πρόκειται νῦν ἡμῖν ὀνόματα διαστέλλεσθαι, σχολὴν ἀγόντων ἀνθρώπων σπούδασμα, καὶ τούτων οὐ πάντων, ἀλλ' ὅσοι τῇ παλαιᾷ τῶν Ἀττικῶν ἐγνώκασι χρῆσθαι φωνῇ, τοῦ δ' ὑγιαίνειν ἅπαντες μὲν ἄνθρωποι δέονται, δύνανται δ' οὐ πάντες, ὡς χρὴ διαιτᾶσθαι, δι' ἀκρασίαν, ἢ ἀσχολίαν, ἢ ἄγνοιαν ὧν χρὴ ποιεῖν, ἀλλ' ὅσοι καὶ γνῶναι δύνανται δίαιταν ὑγιεινήν, καὶ ζῆν κατ' αὐτὴν προῄρηνται, τούτοις τόδε τὸ γράμμα σύγκειται. κατὰ μὲν τὰς ἀκύλους τε, καὶ τὰς τῶν δρυῶν βαλάνους, καὶ τὰ καστάνια τοῖς κατὰ μέρος δένδροις, οὐ μεγάλη τις διαφορὰ τοῦ καρποῦ· κατὰ δὲ τοὺς φοίνικας, ἀξιόλογος. εἰ γὰρ παραβάλλοις τὸν Αἰγύπτιον φοίνικα σκληρόν, καὶ αὐστηρόν, καὶ ξηρὸν ὄντα, τῷ καλουμένῳ πατητῷ, γλυκεῖ μὲν ἱκανῶς ὄντι, βραχείας δὲ μετέχοντι στύψεως, ἐναντίαν ἔχειν σοι δόξουσι τὴν φύσιν. οἱ δ' ἄλλοι μεταξὺ τούτων εἰσίν, οἱ μὲν μᾶλλον, οἱ δ' ἧττον αὐστηρότητός τε καὶ γλυκύτητος μετέχοντες. ὁ δ' ἐξ αὐτῶν χυμός, παχύς τέ ἐστι, καὶ ῥᾳδίως ἐμφραττόμενος ἥπατι. καὶ γάρ τι καὶ τοῦτο, περὶ τῶν παχυχύμων τε καὶ γλυκέων ἐδεσμάτων ἐπίστασθαί τε καὶ μεμνῆσθαι καλόν, ὡς ἥπατός τε, καὶ σπληνὸς ἐμφρακτικὸς ὁ ἐξ αὐτῶν ἐστι χυμός. εἰ δὲ καὶ βραχεῖά τις ἀρχὴ φλεγμονῆς εἴη κατὰ τὰ σπλάγχνα, ταύτην αὐξάνουσιν ἰσχυρῶς, ὥσπερ γε καὶ τὰς πνευματώσεις, καὶ τὰς σκιρρώδεις διαθέσεις παροξύνουσι, καὶ δηλονότι καὶ τὰς τῶν ἀποστημάτων γενέσεις; ἀλλ' ἴσως ταῦτα πορρώτερον, καὶ τῆς ὑγιεινῆς διαίτης ἐστίν, ἧς μόριον ὁ προκείμενος ἐκδιδάσκει λόγος. ἐπ' αὐτὰ οὖν αὖθις ἴωμεν, ὅσα τῶν παχυχύμων ἐστί, καὶ γλυκέων ἐδεσμάτων παρεσιθέντες:

ἔνια μὲν γὰρ αὐτῶν παχύχυμα μόνον ἐστὶν, ὥσπερ ἡ φακῆ· γλίσχρα δ' ἄλλα, καθάπερ ἡ μαλάχη. τινὰ δ' ἄμφω πέπονθεν, ὥσπερ τά θ' ὑπὸ Ἀριστοτέλους ὀστρακόδερμα καλούμενα, καὶ τὰ μαλάκια.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ε'.

Τὴν καλλίστην τροφὴν μήτε ἐκ παχυχύμων, μήτε γλίσχρων, μήτε λεπτῶν γίνεσθαι ἐδεσμάτων, καὶ περὶ τῆς τῶν ψαθυρῶν ἐδεσμάτων ἐδωδῆς, καὶ περὶ τῆς αὐτῶν βρέξεώς τε, καὶ παρασκευῆς. καὶ περὶ καρπῶν εἰς ἀπόθεσιν ἐπιτηδείων.

Καλλίστη δὲ τροφὴ τοῖς σώμασιν ἡμῶν, ἀπὸ τῶν μήτε παχυχύμων, μήτε γλίσχρων, ἐξ ὧν αἷμα σύμμετρον τῇ συστάσει γίνεται, μοχθηρὸν γοῦν ἐστι, καὶ τὸ λίαν λεπτόν. βραχείας γὰρ οὔσης τῆς ἐξ αὐτοῦ τροφῆς, ἀσθενῆ καὶ ἰσχνὰ γίνεται τὰ οὕτω διαιτώμενα σώματα. κάλλιστα τοίνυν εἰς ὑγείαν ἐστὶν ἐδέσματα, τὰ μέσην ἔχοντα τῶν εἰρημένων τὴν φύσιν, ὡς μηδὲν ἐπικρατεῖν ἐν αὐτοῖς ἰσχυρῶς γλίσχρον, μήτ' αὖ τὸ κολλῶδες, ἀλλὰ καὶ τὸ τελέως ψαθυρὸν, ὡς μηδὲ τοὐλάχιστον ἔχειν χυμοῦ κολλώδους, μοχθηρόν. οἱ γοῦν ἐξ ἐλύμου τε καὶ κέγχρου σκευαζόμενοι τῶν ἄρτων, ἐσθίεις ἤκουσι τοῦ δόξαι τινὰ ψάμμον, ἢ τέφραν ἐσθίειν, διὸ καὶ δεῖται τὸ γιγνόμενον ἐξ αὐτῶν ἔτνος, ὥσπερ γε καὶ ἡ λέκυθος, ἅπασι τοῖς λιπαροῖς τε καὶ γλίσχροις μεμίχθαι. λίπος τε οὖν συῶν, καὶ στέαρ αἰγῶν, ἔλαιον, καὶ γάλα προβάτων, ἢ βοῶν, ἐπιβάλλοντες αὐτοῖς οἱ κατὰ τοὺς ἀγροὺς, ἐσθίουσιν. ἔτνος οὖν ὀνομάζω, τὸ ἐκ τῶν ἐρεχθέντων ὀσπρίων τε, καὶ χεδρόπων σκευαζόμενον. λέκιθον δὲ τὸ ἐκ τῶν ἀλεσθέντων ἄλευρον ἑψόμενον ἐν ὕδατι, προσεμβαλλομένου τινὸς λίπους. ἔνια δὲ τῶν ἐδεσμάτων, αὐτὰ μὲν ἐφ' ἑαυτῶν ὁρώμενα πρὸ τοῦ τῆς οἰκείας τυχεῖν παρασκευῆς, εἴτ' οὖν δι' ἑψήσεως, εἴτε καὶ δι' ὀπτήσεως, ἢ τηγανίσεως, ἢ καὶ διὰ μόνης βρέξεως, σκληρὰ καὶ γεώδη φαίνεται. βρεχόμενα δὲ, ἢ ἑψόμενα, μαλακά, καθάπερ ἐν μὲν τοῖς σιτηροῖς σπέρμασι, κριθαί, καὶ πυρροί, τῶν δ' ἐπὶ δένδροις γινομένων καρπῶν οἱ κῶνοι· προσέχειν οὖν σε χρὴ κἂν τούτῳ τὸν νοῦν, οὐ μόνον ὅταν εἰς ξένην ἀφικόμενος χώραν ἐσθίειν τι μέλλῃς ἀηδές, ἀλλὰ καὶ παρ' ἡμῖν αὐτοῖς, προπειρώμενον ἑκάστου τῆς φύσεως ἐν τῷ διαβρέχειν ὕδατι μόνῳ χωρὶς ἑψήσεως, ἢ σὺν ἑψήσει τε καὶ ὀπτήσει. τὰ μὲν γὰρ εἰς ὄγκον ἐξαιρόμενα τῶν σπερμάτων, ἢ ὅλως τῶν καρπῶν, ἀποβάλλοντα ταχέως τὴν ἀρχαίαν σκληρότητα, καὶ ξηρότητα, μεθιστάμενά τε πρὸς τὸ μαλακώτερον, καὶ ὑγρότερον, ἀμείνω πάντ' ἐστί. τὰ δὲ φυλάττοντα τὸν ἔμπροσθεν ὄγκον, ἅμα τῇ σκληρότητι, χείρω. καὶ γὰρ δύσπεπτα τὰ τοιαῦτα, καὶ γεώδη ταῖς οὐσίαις ἐστὶν, ὡς μόγις αἱματοῦσθαι, δεόμενα ῥωμαλέας δυνάμεως, εἰς τὴν ἐν τῷ σώματι κατεργασίαν, ἐν τῷ πέττεσθαι κατὰ γαστέρα, καὶ καθ' ἧπάρ τε, καὶ φλέβας αἱματοῦσθαι. ἀποτυγχάνει τε μὲν οὖν ἑκατέρων τῶν ἐνεργειῶν ἐν τοῖς ἀσθενέσι σώμασι, καὶ γὰρ χυμὸς ἐκ τῶν τοιούτων ἐδεσμάτων ὁ καλούμενος ὠμὸς γίνεται, ἐφ' ὧν νόσοι παντοῖαι συνίστανται. ἐπεὶ δὲ καθ' ἕκαστον εἶδος καρποῦ, πολλή τις ἐστὶν ἡ διαφορὰ, προβρέχειν ἀξιῶ σε, καὶ προεψεῖν ἐνίοτε τῶν μελλόντων ἐσθίεσθαί τινα, πεῖραν ἀσφαλῆ λαμβάνοντα τῆς φύσεως αὐτῶν, ὁ γοῦν ἐμὸς πατὴρ ἐπιμελὴς ὢν περὶ τὰ τοιαῦτα, καὶ ἀμύγδαλα οὕτως ἐδοκίμασε, καὶ κάρυα τὰ μεγάλα, καὶ τὰ σμικρὰ Ποντικά τε, καὶ λεπτοκάρυα. τὴν αὐτὴν δ'

A Sunt enim quidam ex iis, quibus crassus tantummodo succus insit, vt lenti; quidam autem viscidi sunt, vt malua; quibusdam vtrumque inest, quod genus sunt, quæ Aristoteles ostracoderma testacea & mollia appellat.

CAPVT V.

Optimum alimentum neque ex crassis, neque glutinosis, neque tenuibus edulus generatur; tum de friabilium vsu, ac multorum maceratione, & præparatione; & fructibus qui reponi possint.

B Optimum conciliatur alimentum corpori nostro ex iis quæ neque crassi, neque glutinosi succi sunt, vnde sanguis generetur consistentia mediocris: nam qui tenuis valde sit, vitiosus certè fuerit; quum enim exiguum ex hoc alimentum constet, imbecilla, ac macilenta fiunt corpora, quæ sic nutriuntur. Optimè igitur ad incolumitatem faciunt cibi, qui mediam inter prædictos naturam sortiti sunt, vt nihil in iis viscidi valdè, aut glutinosi exuperet, sed & summè friabile, sic vt nihil retineat glutinosi succi, C prauum fuerit. Panes certè qui ex panico & milio conficiuntur, quum edit quis, arenam propemodum, aut cinerem mandere sibi videtur; quamobrem & quum etnos ex his conficitur quemadmodum & lecythus, illis pinguia omnia & viscida permixta esse oportet. Rustici sanè adiecta suis pinguedine & caprarum adipe, edunt hæc cum ouillo bubulove lacte. Etnos appello, quod ex deglubitis fresisque leguminibus paratur: lecythum molitorum farinam aqua elixam addito pingui aliquo. Porrò cibos quosdam si consideres, antequam legitimam præparationem acquirant, D siue ea, elixando, siue assando, siue frigendo, siue sola maceratione contingat, terrei illi, ac duri apparent, si verò macerentur, aut decoquantur, molles, cuiusmodi inter frumentaceas fruges hordeum est, & triticum; inter arboreos verò fructus nuclei pinei. Est igitur animus tibi rei quoque huic adhibendus, non solùm quum in alienam regionem delatus cibum insuetum aliquem sumpturus es, verùm etiam apud nos ipsos, vt rei cuiusque naturam priùs tentes aquæ solius maceratione citra decoctionem, aut cum decoctione etiam vnà, & assatione. Semina enim quæ intumescunt fructusque, siquidem pristinam duritiem, E & siccitatem citò exuant, ac mollitudinem, & humiditatem acquirant, meliora omnia habentur: deteriora verò, quæ tumorem suum, & duritiem retinent, vt quæ difficulter concoquantur, & substantia terrea constent, sic vt ægrè in sanguinem vertantur, viribúsque egeant præualidis, vt in corpore conficiantur, dum ea venter concoquit, & à iecore venisque in sanguinem vertuntur. Opere itaque vtroque frustrantur in imbecillo corpore, succus enim ex huiusmodi cibis prouenit, crudum quem vocant, vnde morbi genus F omne existat. Quoniam itaque in vnaquaque fructus specie multiplex inest discrimen, prius macerentur quædam, & interdum decoquantur, consulo, eorum quæ edenda sint, vt certum fiat de ipsorum natura periculum. Pater quidem meus rerum harum studiosus, hoc pacto amygdalas quoque probabat, nucesque tum magnas, tum paruas, ponticas scilicet, & auellanas. Idem adhibebat

oleribus quoque experimentum, fabis, pisis, ciccerculis, lupinis, ochris, dolichis, & reliquis id genus omnibus, maceratis priùs illis, aut elixis; deinde, quantum tumescerent, inspecto. Iam quorsum attinet ptisanæ meminisse? id enim ne pueri quidem ignorant, omnium maximè commendari, quæ statim intumescit; contra improbari, quæ longo tempore exiguum tumorem acquirit; prior enim illa liquescit, & in succum abit, altera vix colliquabilis est, & quum in duritie perstet, pauxillulum omninò quid succi remittit. Sunt tamen in seminibus cerealibus quædam, quæ natura minimè intumescunt. Græci ex veteribus quidam vocarunt hæc indomita. Ad hunc planè modum triticum quoque explorabat genitor, farinæque ad hæc copia; bonum enim quod est, farinæ vim multam edit, quod verò malum paucam. Quamobrem diligenter ipse quoque quæ diximus, ausculta; communiter enim ad semina omnia ratio hæc pertinet, fructusque, quoscunque tandem reponere possis; quam ego paterque tempore multò, ac diutina experientia exploratam habuimus & statutam. Porrò clarum est fructus, vt reponi possint, idoneos me eos esse dicere, qui antequam putrescant, siccantur; sunt namque qui hoc ferre non possint, vt mora, & qui pepones, & melopepones vocantur, tum Persica, & quæcunque his sunt similia, quæ priùs, quàm siccescant, putrescunt. Sunt tamen qui cucurbitas in minuta frusta concisas exiccent, alij citrulos. Fungos quidem malos esse indicium inde sumi maximum censent, quòd siccari nequeant. Nam de prunis quid attinet dicere? quæ non modò Damasci, aut in Hispania, verùm etiam apud nos reponi, nullus est qui ignoret, sicut in fructibus paucissimi sint, qui siccari non possint, exceptis peponibus (vti diximus) & melopeponibus, & Armeniacis, & Persicis, & iis quæ Romani præcocia vocant. Ficus namque ipsæ quoque siccatæ perdurant, & cucumeres non aliter, ac cucurbitæ. Cæterùm hæc quoque hyeme, quum vsui adhibentur, ad eundem modum exploranda veniunt, quæ enim citò ex aqua macerationem capiunt, siue ea elixes, siue minimè, bonitate eiusdem speciei cætera vincunt, vitiosa verò sunt, quibus longo tempore id contingit, tum tumoris minimum acquirunt. Scito igitur cibos, qui citò intumescunt, non solùm ad concoquendum potiores esse, sed ad succi etiam bonitatem, cuius gratia singula tractantur hoc libro; est enim eorum, quæ statim in tumorem assurgunt, natura melior, quòd & faciliùs concoquantur, & laudatiores succos procreent. Nihil enim æquè ad succi bonitatem facit in cibis omnibus, quàm si probè in ventriculo concoquantur, vt qui secundam & tertiam concoctionem faciliùs admittant. Nosti autem secundam concoctionem in iecore, ac venis absolui; tertiam verò in partibus singulis, quæ nutriuntur, cuius causa duabus illis prioribus egemus. Quæcunque enim nutriuntur, ita demum nutrientur, si quæ illa nutriunt, qualitate immutentur, & iis quæ nutriuntur, assimilentur, porrò quæ præparata atque ante concocta fuerint, crudis promptius immutantur: etenim mutuo se concoctiones excipiunt; eam quæ ventriculi est, iecur; atque huius ipsius concoctionem partes, quæ nutriuntur, atque ita corporis quidem partibus omnibus alimentum præparauit iecur;

A βάσανον ἐποιεῖτο καὶ τῶν λαχάνων, ὡσαύτως δὲ, καὶ τῶν κυάμων, καὶ πισῶν, καὶ λαθύρων, καὶ θέρμων, ὤχρων τε, καὶ δολίχων, ἁπάντων τε τῶν τοιούτων, ἢ βρέχων, ἢ περιεψῶν, εἶθ' ὁρῶν εἰς ὅσον ἐξοιδίσκεται. περὶ δὲ τῆς πτισάνης, τί δεῖ καὶ λέγειν; ἤδη γὰρ τοῦτο καὶ οἱ παῖδες ἴσασιν, ὡς ἡ μὲν ὀγκουμένη ταχέως ἀρίστη, μοχθηρὰ δ' ἡ χρόνῳ πολλῷ, βραχὺν ὄγκον ἴσχουσα. τήκεται γὰρ ἡ προτέρα ῥηθεῖσα, καὶ γίνεται χυλός· ἡ δ' ἑτέρα δύστηκτός τ' ἐστὶ, καὶ σκληρὰ διαμένει βραχύτατον ἀφιεῖσα χυλόν. ἔνια δὲ τῶν δημητρείων σπερμάτων, οὐδ' ὅλως ὀγκοῦσθαι πέ-
B φυκεν ἑψόμενα. κεκλήκασι δ' ἀτέραμνα τὰ τοιαῦτα, τῶν παλαιῶν Ἑλλήνων ἔνιοι. οὕτως οὖν καὶ τοὺς πυροὺς ὁ ἐμὸς πατὴρ ἐδοκίμαζε, καὶ προσέτι τῷ πλήθει τῶν ἀλεύρων· οἱ μὲν γὰρ ἀγαθοὶ πλεῖστον ἄλευρον ἐργάζονται, οἱ μοχθηροὶ δ' ὀλίγον. μὴ τοίνυν μηδὲ σὺ, κατὰ τὸ πάρεργον ἀκούσῃς ὧν λέγω· κοινός τε γὰρ ὁ λόγος ἐστὶν, ἁπάντων μὲν σπερμάτων, ἁπάντων δὲ καρπῶν, ὅσους ἀποθέσθαι δυνατόν ἐστιν, ἐξητασμένος τε καὶ κεκριμένος ὑπ' ἐμοῦ τε, καὶ τοῦ πατρὸς ἐν χρόνῳ πολλῷ, καὶ πείρᾳ μακρᾷ. δῆλον δ' ὅτι καὶ τοὺς καρποὺς εἰς ἀπόθεσιν ἐπιτηδείους λέγω, τοὺς πρὶν σαπῆναι ξηραινομένους. ἔνιοι μὲν γὰρ οὐχ ὑπομένουσι τοῦτο,
C καθάπερ τὰ μόρα, καὶ οἱ καλούμενοι πέπονές τε, καὶ οἱ μηλοπέπονες. ἔτι τε Περσικὰ, καὶ ὅσα τούτοις ἐστὶ παραπλήσια, φθάνει γὰρ σήπεσθαι πρὶν ξηρανθῆναι. κολοκύνθας μὲν εἰς λεπτὰ μόρια τέμνοντες, ξηραίνουσιν ἔνιοι, καθάπερ γε καὶ τὰς κοιλίας ἄλλοι. καὶ γνώρισμα δὲ τοῦ μοχθηρὸν εἶναι τῶν μυκήτων μέγιστον νομίζουσι, τὸ ξηρανθῆναι μὴ δύνασθαι. περὶ δὲ τῶν κοκκυμήλων, τί δεῖ καὶ λέγειν; οὐδεὶς γὰρ ἀγνοεῖ τὴν ἀπόθεσιν αὐτῶν, οὐκ ἐν Δαμασκῷ μόνον, ἢ κατὰ τὴν Ἰσπανίαν, ἀλλὰ καὶ παρ' ἡμῖν γιγνομένην. ὡς ὀλί-
D γιστοι τῶν καρπῶν εἰσιν, οἱ μὴ δυνάμενοι ξηρανθῆναι, πλὴν πέπονες, ὡς ἔφην, καὶ μηλοπέπονες, τά τ' Ἀρμενιακὰ, καὶ τὰ Περσικὰ, καὶ πρεκόκια παρὰ Ῥωμαίοις ὀνομαζόμενα. καὶ γὰρ τὰ σῦκα ξηρανθέντα διαμένει, καὶ οἱ σικυοὶ ταῖς κολοκύνθαις ὡσαύτως, ἀλλὰ καὶ ταῦτα τοῦ χειμῶνος εἰς χρείαν ἀγόμενα, τὴν αὐτὴν ἐξέτασιν δέχεται. τὰ μὲν γὰρ ταχέως ἐν ὕδατι τεγγόμενα, καὶ χωρὶς ἑψήσεως, καὶ σὺν ἐκείνῃ, κάλλιστα τῶν ὁμοειδῶν ἐστι, τὰ δ' ἐν πολλῷ χρόνῳ τοῦτο πάσχοντα, καὶ μικρὸν ἐπιδιδόντα τοῖς ὄγκοις, μοχθηρά. γίγνωσκε τοίνυν οὐ μόνον εἰς πέψιν ἀμείνω ταχέως οἰδισκό-
E μενα τῶν ἐδεσμάτων, ἀλλὰ καὶ πρὸς εὐχυμίαν, ἧς ἕνεκα τὰ κατὰ τουτὶ τὸ γράμμα λέγεται πάντα, καὶ γὰρ βελτίω φύσει τὰ ταχέως ἐξογκούμενα, διότι πέττεται μᾶλλον, καὶ ἀμείνους γεννᾷ χυμούς. οὐδὲν γὰρ οὕτως εἰς εὐχυμίαν συντελεῖ πᾶσιν ἐδέσμασιν, ὡς τὸ πεφθῆναι καλῶς ἐν τῇ γαστρί. καὶ γὰρ τὴν δευτέραν, καὶ τρίτην πέψιν ἐπιδέχεται μᾶλλον ταῦτα. ἔμαθες δὲ, ὅτι δευτέρα μὲν πέψις ἐν ἥπατί τε καὶ φλεψὶ γίνεται, τρίτη δὲ καθ' ἕκαστον τῶν τρεφομένων μορίων, ἧς ἕνεκα τῶν προτέρων δυοῖν δεόμεθα. τρέφεται μὲν γὰρ ὅσα τρέφεται, τῶν τρεφόντων αὐτὰ μετα-
F βαλλομένων κατὰ ποιότητα, κἀξομοιουμένων τοῖς τρεφομένοις. μεταβάλλεται δὲ τὰ παρασκευασθέντα, καὶ προπεφθέντα, τῶν ἀπέπτων μᾶλλον. ἀλλήλας γὰρ αἱ πέψεις διαδέχονται, τὴν μὲν τῆς γαστρὸς τὸ ἧπαρ· τὴν δὲ τούτου, τὰ τρεφόμενα μόρια. καὶ τοίνυν, καὶ προπαρασκευάζει τοῖς μὲν ἐν τῷ σώματι μορίοις ἅπασι τὴν τροφὴν τὸ ἧπαρ;

ἐκείνῳ δ᾽ ἡ γαστήρ, ἐκείνῃ δὲ τὸ στόμα. καὶ τούτῳ τινὰ μὲν ὄπτησις, τινὰ δὲ ἕψησις, ἢ τηγάνισις, ἤ τις ἁπλῆ βρέξις. ἅπασι δὲ τούτοις, ἡ διοικοῦσα φύσις τὰ τοὺς καρποὺς φέροντα φυτὰ παρασκευάζει, καί τινά γε τῶν ἐξ αὐτῆς γεγονότων, οὔθ᾽ ἑψήσεως, οὔτ᾽ ὀπτήσεως, οὔτε βρέξεως, οὔτ᾽ ἄλλης δεῖται παρασκευῆς. ταῦτα μὲν ἐν τῷ καθόλου χρὴ μεμνῆσθαι, κοινὰ γὰρ ἁπάντων ἐστὶ τῶν ἐσθιομένων.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ϛ'.

Ὁποῖα χυμὸν ἔχει τινὰ τῶν ζώων μόρια, ἔντερα, γαστήρ, μῆτραι, οὐραί, τράχηλοι, πτεραί, ὦτα, ὀφθαλμοί, ὑῶν σάρξ, καὶ ἐρίφων τε, καὶ ἀρνῶν.

Ἐπὶ δὲ τὰ κατὰ μέρος ἴωμεν ὅσα λέγοντες ἀπελίπομεν. ἐν μὲν τοῖς τῶν ζώων μορίοις, ἔντερά τε καὶ γαστέρα, καὶ μήτραν, καὶ ὦτα, καὶ ὀφθαλμούς, καὶ οὐράς. ἐν δὲ τοῖς Δημητρείοις σπέρμασι τὰ πλεῖστα, καθάπερ γε καὶ λαχάνων, καὶ φυτῶν τῶν καλουμένων ὡραίων. ἔντερα μὲν οὖν καὶ γαστήρ, καὶ μήτρα σκληροτέραν τῶν σαρκῶν ἔχει τὴν οὐσίαν. ἀπεπτοτέρας τε τοσοῦτον, ὅσον καὶ σκληρότερα, ἧττόν τε τῶν σαρκῶν τρέφει, καὶ ἧττον εὔχυμά εἰσιν. αἱ δ᾽ οὐραὶ καὶ τούτων ἔτι σκληρότεραι. καὶ τἆλλα ἀνάλογον τῇ σκληρότητι κατ᾽ αὐτάς ἐστι περί τε πέψιν καὶ τρέψιν, πλὴν οὐ περιττωματικαὶ διὰ τὴν κίνησιν. ὅμοιοι δ᾽ αὐταῖς εἰσιν ἐπὶ τῶν πτηνῶν ζώων, οἱ τράχηλοι. κοιλίαι δ᾽ οὐδὲν ὅμοιαι τοῖς πτηνοῖς τε, καὶ πεζοῖς ζώοις εἰσί. καὶ γὰρ παχεῖαι καὶ σκληραί, καὶ διὰ τοῦτο δύσπεπτοι, καὶ πολύτροφοι πεφθεῖσαι τοῖς πτηνοῖς εἰσιν αἱ κοιλίαι. κάλλισται δ᾽ ἀλεκτορίδων, καὶ χηνῶν, καίτοι τ᾽ ἄλλα τοῦ χηνὸς μόρια σκληρά τ᾽ ἐστί, καὶ δύσπεπτα, καὶ περιττωματικά, πλὴν τῶν πτερῶν. ἐν δὲ τοῖς μεγάλοις στρουθοῖς, οὓς νῦν ὀνομάζουσι στρουθοκαμήλους, ἅπαντα τὰ μέρη σκληρά, καὶ δύσπεπτα, καὶ περιττωματικά. τῶν δ᾽ ὤτων ὁ μὲν χόνδρος, ἄτροφόν τ᾽ ἐστί, καὶ ξηρὸν σῶμα. τὸ δὲ ἔξωθεν δέρμα, λεπτὸν καὶ ξηρόν, ὀλιγότροφόν τε, καὶ δύσπεπτον. ὀφθαλμοὺς δ᾽ ὀλίγοι μὲν ἐσθίουσι, σύγκεινται δ᾽ ἐξ ἀνομοίων οὐσιῶν. ἑτέρας μὲν γὰρ φύσεως, οἱ χιτῶνες αὐτῶν, ἑτέρας δέ, οἱ μύες· ἄλλης δὲ τὸ κρυσταλλοειδές, καὶ τὸ ὑαλοειδές, ἐξ αὐτῶν δὲ οἱ μύες εὐπεπτότατοι μόνοι. τῶν δ᾽ ἐπιτηδείων εἰς εὐχυμίαν τὴν φύσιν ἐχόντων ζώων, οἷοί περ οἱ σύμμετροι κατὰ τὴν ἡλικίαν ὕες. εἶεν δ᾽ ἂν οὗτοι τοῖς μὲν ἀκμάζουσιν ἀνθρώποις, καὶ γυμναζομένοις οἱ τέλειοι, τοῖς δὲ παρακμάζουσιν, οἱ ἔτ᾽ αὐξανόμενοι, τῶν δὲ πάνυ σμικρῶν χοίρων, ἡ σὰρξ περιττωματική. ἀρίστης δὲ τῆς τῶν ὑῶν οὔσης ἐδωδῆς ἐν τοῖς πεζοῖς ζώοις, ἐφεξῆς ἐστιν ἡ τῶν ἐρίφων, καὶ μετὰ ταύτην ἡ τῶν μόσχων. ἡ δὲ τῶν ἀρνῶν σάρξ, ὑγρὰ καὶ γλίσχρα, καὶ βλεννώδης ἐστί, τῶν δ᾽ ἄλλων πεζῶν ζώων τῆς ἐδωδῆς ἀπέχεσθαι κελεύω, τῆς εὐχυμίας προνοούμενον. ἡ δὲ κατ᾽ εἶδος ἐν αὐτοῖς διαφορά, κατὰ τὸ τρίτον εἴρηται περὶ τῶν ἐν ταῖς τροφαῖς δυνάμεων.

huic ventriculus; ventriculo os, ori quædam assatio, quædam elixatio, quædam frictio in sartagine, aut simplex aliqua maceratio; omnibus autem his natura gubernatrix plantas fructus ferentes præparat; suntque eorum aliqua, quæ ipsa profert, quibus nec elixatione, nec maceratione, neque verò præparatione alia opus sit. Atque hæc in vniuersum meminisse expedit cibis omnibus communia.

CAPVT VI.

B *Animalium partes quædam quo succo constent; Intestina, Ventriculus, Vterus, Caudæ, Colla, Alæ, Auriculæ, Oculi, Suilla caro, Hædina, Agnina.*

IAm ad alia priuatim transeundum, siqua dicendo prætermisimus. Sunt hæc in animalium quidem partibus intestina, ventriculus, vterus, auriculæ, oculi, caudæ; in seminibus cerealibus, maxima horum ipsorum pars, sicuti sanè olerum quoque, ac stirpium, quas fugaces vocant. Itaque intestina, & ventriculus, & vterus duriore C substantiæ constant, quàm caro; & quo duriore, eo etiam concoctu difficiliore; minùs præterea, quàm carnes, alunt, minúsque succi boni sunt. Caudæ his etiam ipsis duriores habentur; tum reliqua in his pro duritie proportione respondent in concoctione, & nutritione, nisi quòd excrementis vacant ob commotionem. Sunt his non dissimilia volucrium colla. Auium & pedestrium animalium ventri nihil conuenit; est enim auium venter crassus, durus, & qui ob id ægrè concoquatur, quique concoctus multum præstet alimenti; optimus habetur gallinarum, atque anserum, quum tamen reliquæ an- D seris partes duræ sint, & concoctioni aduersentur, & excrementis redundent, præter alas. In magnis verò struthis, quas nunc struthiones appellant, singulæ sunt partes duræ, difficiles concoctu, & excrementitiæ. In auribus cartilago pars est, quæ neque alat, & sicca sit: obducta his cutis tenuis est, & sicca, tum quæ haud facilè concoquatur, & alimenti parum subministret. Oculos pauci edunt; constant hi ex substantiis inæqualibus, siquidem alia sunt natura præditæ tunicæ, alia musculi, atque alia crystallinus humor & vitreus: ex his musculi E soli concoctioni maximè accommodi sunt in animalibus, quibus natura sit succi bonitati idonea, quod genus sunt porcelli ætate conuenienti. Fuerint autem hi hominibus, qui quidem ætate vigent, atque exercentur, adulti, ætate autem inclinantibus, ij qui etiamnum crescunt: nam tenellorum adhuc porcellorum caro excrementitia est. Quum autem inter animalia pedestria optimi sint succi sues, proximi ab his habentur hœdi, deinde vituli; agnina caro humida, glutinosa, mucosaque est. A cæterorum verò animalium, quæ pedestria sunt, F esu abstineant, censeo, qui succi bonitatis curam gerunt, speciatim horum differentias tractauimus tertio De alimentorum facultatibus libro.

CAPVT VII.

Seminum Cerealium enumeratio, Ptisanæ, Fabæ, Lentis, Ochrorum, Dolichorum, Cicercularum, Olyræ, Tiphæ, Panici, Milij, Ciceris, Lupini.

IN seminibus cerealibus optimi succi cibus ptisana est probè decocta; intelligimus sanè sermone hoc vnà optimum quoque debere esse hordeum, quòd nisi tale sit, bene decoqui ptisana non poterit ideo, quòd nec maceratione plurimum intumescat, nec cremorem reddat colliquatione. Verùm de ptisana prolixius diximus in libris De alimentorum facultatibus, & de curandi ratione, iam verò in commentariis, in Hippocratis librum De victu acutorum conscriptis; nunc autem rei totius caput indicasse satis sit præsenti orationi necessarium. Ptisanam scilicet bene præparatam cibum esse omnium minimè improbandum, tum ad succi bonitatem, tum ad sanitatis tutelam; ipsa tamen etiam optima quæ sit, minus alit quàm panis; de quo libro primo De alimentorum facultatibus diximus. Et fœnum græcum quidem, si quis frequenter eo vtatur, succi boni non sit; ptisanam verò etiam si ad saturitatem vsque quotidie ea vtaris, nihil succorum bonitati offeceris. Affirmarem idem de faba, nisi flatulenta esset; nam nec succum malum procreat, nec meatus infarcit, in quibus salubrium ciborum summa versatur: inest hoc illi, propterea, quòd qualitate, ac facultate prædita sit abstersoria, vt hordeum. Pisum flatus quidem expers; non æquè tamen, vt faba abstergit. De lente quòd & malum, & melancholicum succum gignat, nemo ferè nescit; ea vt medicamento vtimur plerumque in affectibus plurimis; sed non est nunc de his dicendi tempus. Ochri & dolichi, sicuti iam dictis bonitate inferiores sunt, sic cicerculis præstant. Olyra proximè ab hordeo locatur, ab hac autem tipha. Panicum vitare perpetuò debes, μελίνην vocant veterum nonnulli. Milium est quidem semini huic affine, at minùs tamen prauum. Cicer vt alat, satis mali certè succi est, & nihilo seciùs, quàm faba, inflat, coëundi desiderium auget, seminisque vnà multum gignit. Lupinus succi bene crassi est: idem quòd satis alat liquet, siquidem crasso constat succo, neque tamen succi mali habetur. Leguminum aliorum ne meminisse quidem conuenit in succorum bonitatis censu, vt quæ mortales, nisi annonæ caritas vrgeat, ne ad cibi quidem vsum adhibeant. Satisque de leguminibus dictum; deinceps de fructibus dicamus.

CAPVT VIII.

De fructuum facultatibus, Castanearum, Fugacium, Mororum, Ficuum, Vuarum, Caricarum, Cotoneorum, Punicorum, Pyrorum, Mespilorum, Cucumerum, Peponum, Melopeponum, Cucurbitæ, ad hæc Olerum quorundam, ac Radicum.

SVnt autem ex iis quos quercus ferunt, omnes ferè succi mali, exceptis castaneis glandibus, quas vocant: quæ si rectè eas conficiat ventriculus, alibiles fiunt ac crassi succi, minimè tamen mali. In cæteris fructibus ij, qui fugaces vocantur; mali omnes succi sunt; quòd si in ventri-

A

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ζ'.

Ἡ τῶν δημητρείων σπερμάτων ἀρίθμησις, πτισάνης, κυάμου, φακῆς, ὤχρων, δολίχων, λαθύρων, ὀλύρας, τίφης, ἐλύμου, κέγχρου, ἐρεβίνθου, θέρμου.

ΕΝ δὲ τοῖς Δημητρείοις σπέρμασιν, ἄριστον εἰς εὐχυμίαν ἔδεσμα, καλῶς ἑψηθεῖσα πτισάνη. συνενδείκνυται δ' ὁ λόγος οὗτος, ὅτι ἀρίστην εἶναι χρὴ, καὶ τὴν κριθήν. οὐ γὰρ ἕψεται καλῶς ἡ πτισάνη, μὴ τοιαύτης οὔσης αὐτῆς, διὰ τὸ μηδὲ πλέον ἐξοιδίσκεσθαι διαβρεχομένην, μήτε χυλοῦσθαι τηκομένην. ἀλλὰ περὶ πτισάνης, ἔν τε τῷ περὶ τῶν ἐν τροφαῖς δυνάμεων, καὶ τοῖς τῆς θεραπευτικῆς μεθόδου, καὶ τοῖς εἰς τὸ περὶ διαίτης ὀξέων Ἱπποκράτους ὑπομνήμασιν, ἐπὶ πλέον εἴρηται. νυνὶ δ' ἀρκεῖ δεδηλῶσθαι τὸ κεφάλαιον, οὗ χρῄζομεν εἰς τὸν ἐνεστῶτα λόγον, ὡς ἀμεμπτότατον εἴη ἂν πάντων ἐδεσμάτων εἰς εὐχυμίαν τε, καὶ φυλακὴν ὑγείας πτισάνη καλῶς ἐσκευασμένη. τρέφει γε μὴν ἄρτου ἧττον καὶ ἡ καλλίστη. περὶ οὗ καὶ αὐτοῦ λέλεκται κατὰ τὸ β. γράμμα περὶ τῶν ἐν ταῖς τροφαῖς δυνάμεων. τῆλις μὲν οὐκ εὔχυμος, ἂν πλεονάζῃ τις ἐν αὐτῇ, πτισάνην δὲ κἂν καθ' ἑκάστην ἡμέραν εἰς κόρον ἐσθίῃς, οὐδὲ εἰς εὐχυμίαν βλαβήσῃ. περὶ κυάμου δ' ἂν ἔλεγον ταὐτὸν, εἰ μὴ φυσώδης ἦν, οὔτε γὰρ κακόχυμος, οὔτε ἐμφρακτικός, ἅπερ ἐστὶ κεφάλαια τῶν ὑγιεινῶν ἐδεσμάτων· ὑπάρχει δ' αὐτῷ ταῦτα διὰ τὸ ῥυπτικὴν ἔχειν ποιότητα, καὶ δύναμιν ἐν αὐτῷ, καθάπερ ἡ κριθή. τῷ πισῷ δὲ, τὸ μὲν ἄφυσον ὑπάρχει, τὸ ῥυπτικὸν δ' οὐκ ἴσον τῷ κυάμῳ. περὶ δὲ τῆς φακῆς, ὅτι κακόχυμός ἐστι, καὶ μελαγχολική, σχεδὸν οὐδεὶς ἀγνοεῖ, ὡς φαρμάκῳ δ' αὐτῇ χρώμεθα πολλάκις ἐπὶ πολλῶν παθημάτων, ἀλλ' οὐ νῦν ἐκείνων ὁ καιρός. ὦχροι δὲ, καὶ δόλιχοι τῶν μὲν εἰρημένων, χείρους, ἀμείνους δὲ λαθύρων, ὀλύραν δὲ μετὰ τὴν κριθὴν τίθει, καὶ μετ' ἐκείνην τίφην. ἔλυμος δέ σοι φευκτέος ἀεί· καλοῦσι δ' αὐτὸν ἔνιοι μελίνην τῶν παλαιῶν. ἡ δὲ κέγχρος, ὁμογενὴς μέν ἐστι τῷ σπέρματι τούτῳ, μοχθηρὰ δ' ἧττον. ὅ γε μὴν ἐρέβινθος, εἰ καὶ τρόφιμος, ἀλλ' οὐκ εὔχυμος. φυσώδης δὲ, οὐδὲν ἧττόν ἐστι κυάμου, παροξύνει δὲ, καὶ πρὸς συνουσίαν, ἅμα τῷ πολὺ σπέρμα γεννᾷν. ὁ δὲ θέρμος, ἱκανῶς παχύχυμος, εὔδηλον δ' ὅτι καὶ τρόφιμος, εἴπερ παχύχυμος, οὐ μὴν κακόχυμος. τῶν δ' ἄλλων ὀσπρείων, οὐδὲ μεμνῆσθαι καλὸν εἰς εὐχυμίας λόγον, ὧν γε μηδ' ἐσθίουσιν ἄνθρωποι, πρὶν ὑπὸ λιμοῦ βιασθῆναι. περὶ μὲν οὖν ὀσπρείων, αὐτάρκως εἴρηται. περὶ δὲ καρπῶν, ἐφεξῆς ἂν εἴη ῥητέον.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Η'.

Περὶ τῆς τῶν καρπῶν δυνάμεως, καστανέων, ὡραίων, μόρων, σύκων, σταφυλῶν, ἰσχάδων, μήλων, ῥοιῶν, ἀπίων, μεσπίλων, σικυῶν, πεπόνων, μηλοπεπόνων, κολοκυνθῆς, λαχάνων τε τινῶν καὶ ῥιζῶν.

ΕΙσὶ δ' οἱ μὲν ἀπὸ δρυῶν ὀλίγου δεῖν, ἅπαντες κακόχυμοι πλὴν τῶν καστανέων ὀνομαζομένων βαλάνων. αὗται δὲ πεφθεῖσαι καλῶς ἐν τῇ γαστρὶ, τρόφιμοι μέν εἰσι καὶ παχύχυμοι, κακόχυμοι δ' οὐδαμῶς. τῶν δ' ἄλλων οἱ μὲν ὡραῖοι καλούμενοι καρποὶ, κακόχυμοι πάντες. ἐὰν δὲ διὰ

A φθαρῶσιν ἐν τῇ γαστρὶ, φαρμάκου δηλητηρίου πλησίον ἥκουσιν, ὥσπερ καὶ τὰ μόρα καί τοι μετριώτερα τῶν Περσικῶν ὀνομαζομένων ὄντα, καὶ τῶν κοκκυμήλων, ὅμως τὴν διαφθορὰν οὐδὲν ἧττον ἐκείνων ἔχει μοχθηράν. ἣν δ᾽ ὀνομάζουσιν ἰδίως οἱ Ἕλληνες ὀπώραν ἐν σύκοις, καὶ σταφυλαῖς οὖσαν, ἀμείνων μέν ἐστι τῶν εἰρημένων, οὐ σμικρὰν δ᾽ ἔχει τὴν διαφορὰν, ἢ πέπειρον ἀκριβῶς εἶναι τὸν καρπὸν, ἢ μηδέπω τοιοῦτον. ἐγγὺς γὰρ τῶν ἀβλαβῶν τὰ πέπειρα σῦκα, καὶ μετὰ ταῦτα ἡ πέπειρος σταφυλή. κρεμασθεῖσα δὲ καὶ ἤδη τὸ φυσῶδες ἀποτίθεται, καὶ γίνεται τελέως ἄμεμπτον. περὶ ἰσχάδων δὲ δόξειεν ἄν τις ἐναντία λέγων ἀληθεύειν, εἰ κακοχύμους γε ἅμα, καὶ εὐχύμους αὐτὰς εἴποι, ἰοσῶδές τε καὶ ὑγιεινὰς ἐχούσας. B ἐὰν γὰρ αὗται διεξέρχωνται κατὰ τὴν γαστέρα, καὶ ἡ ἀπ᾽ αὐτῶν ἀναδοθεῖσα τροφὴ διά τε τοῦ δέρματος καὶ τῶν νεφρῶν, ὑγιειναί τε εἰσι καὶ εὔχυμοι. βραδύνουσαι δὲ, κακοχυμότεραί πως γίνονται, καὶ φθειρῶν πολλῶν γεννητικαὶ, μετὰ δὲ καρύων ἐσθιόμεναι, κάλλιστόν εἰσιν ἔδεσμα, καθάπερ γε καὶ ἀμυγδάλων. ἀλλὰ μετὰ τούτων μὲν, ὡς ἐκφρακτικῶν καὶ ῥυπτικῶν, οὐ μὴν εὐχύμων γε, τοῖς καρύοις ὡσαύτως, οὐδὲ τροφίμων. ἅμα δὲ τοῖς καρύοις, βελτίους εἰς ἅπαντα. C καί τινες τῶν γραψάντων συνθέσεις φαρμάκων θανασίμων, ἀλεξητήριον αὐτῶν ἁπάντων εἶναί φασι, προλαμβανομένας ἰσχάδας ἅμα καρύοις τε καὶ πηγάνῳ. τὰ δ᾽ ἄλλα τῶν ἀκροδρύων εἴδη κακόχυμά ἐστι, καὶ μάλιστα ὅσα τῶν ἀγρίων αὐτῶν, καὶ θάμνων εἰσὶ καρποὶ, περὶ ὧν ἐπὶ πλέον εἴρηται κατὰ τὸ β τῶν ἐν ταῖς τροφαῖς δυνάμεων. μήλων δὲ καὶ ῥοῶν, ἀπίων τε καὶ μεσπίλων, οὐχ ὡς τροφῆς, ἀλλ᾽ ὡς φαρμάκων χρῄζομεν εἰς τόνον στομάχου τε καὶ γαστρός. καρποὶ δ᾽ εἰσὶ καὶ σικυοὶ, καὶ πέπονες, καὶ μηλοπέπονες, ἀλλ᾽ οὐδὲν οὐδὲ τούτων εὔχυμον. D εἰ δὲ μὴ ταχέως ἐπέλθοι, διαφθείρεται κατὰ τὴν γαστέρα, καὶ τὸν ἐκ τῆς διαφθορᾶς γινόμενον χυμὸν, ἐγγὺς τοῖς θανασίμοις γινόμενον φαρμάκοις ἐργάζεται. κολοκύνθη δ᾽ ἄμεμπτος μόνη τῶν τοιούτων καρπῶν, ἀλλὰ καὶ αὕτη διαφθαρεῖσα κατὰ τὴν γαστέρα, κακόχυμος ἱκανῶς γίνεται. καθάπερ καὶ τὰ συκάμινα, καὶ γὰρ καὶ ταῦτα πρὶν διαφθαρῆναι, φθάσαντα ταχέως ὑπελθεῖν, οὐδὲν ἐργάζεται φαῦλον, εἴ γε μή τις ἐν αὐτοῖς πλεονάζοι. κοινὸν γὰρ τοῦτο περὶ ἁπάντων ὡραίων ἐπίστασθαί γε χρὴ, καὶ μεμνῆσθαι. τῶν δὲ λαχάνων, οὐδὲν μὲν εὔχυμον, ἐν μέσῳ δ᾽ εὐχύμου τε καὶ κακοχύμου θρίδαξ ἐστὶν, εἶτα μαλάχη, καὶ μετ᾽ αὐτὴν ἀτράφαξίς τε, καὶ ἀνδράχνη, καὶ βλίτον, καὶ λάπαθον. E ἐσχάτως δὲ κακόχυμα πάντ᾽ ἐστὶν, ἃ καλοῦσιν ἄγρια λάχανα, θριδακίνη, χονδρίλη, σκάνδιξ, γιγγίδιον, σέρις, κιχώριον. αἱ δὲ ῥίζαι τῶν λαχανωδῶν φυτῶν κακόχυμοι μὲν, ὅσαι δριμεῖαι, καθάπερ αἱ τῶν κρομμύων, καὶ πράσων, καὶ σκορόδων, καὶ ῥαφανίδων, καὶ δαύκου. μέσαι δ᾽ εὐχύμων τε καὶ κακοχύμων, αἵ τε τῶν ἄρων εἰσὶ, καὶ τῶν γογγυλίδων, ἃς καὶ βουνιάδας ὀνομάζουσι, καὶ τῆς καλουμένης καρώς.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Θ΄. F

Ἡ τῶν τε ὀρνίθων καὶ ἰχθύων ἐκ τῆς διαίτης εἰς τὴν εὐχυμίαν ἢ κακοχυμίαν διαφορά.

ΟΡνιθες δὲ καὶ ἰχθύες, ὀλίγου δεῖν ἅπαντες εὔχυμοι πλὴν τῶν ἐν ἕλεσι, καὶ λίμναις, καὶ ποταμοῖς ἰλυώ-

culo præterea corrumpantur, non longè à venenosa materia absunt, quemadmodum mora quoque; quæ ipsa, etiam si Persicis, ac prunis minus mala sint, corruptelam tamen nihilominus iis malam experiuntur. Opora, sic priuatim à græcis vocata, qua ficus, & vuæ continentur, his quidem melior est; non parum tamen discriminis sortitur, quòd vel exactè maturus fructus sit, vel nondum talis. Exactè enim maturæ ficus propè innoxiæ sunt, deinceps ab his matura vua; hæc porrò, si suspendatur, inflationem omnem abiicit, prorsúsque inculpabilis euadit. De caricis siquis contraria pronunciet, vera dixisse videri possit, esse eas tum mali, tum boni vnà succi, morbificas & salubres; salubres quidem & boni succi, si ventriculum pertranseant, distributúmque inde alimentum iecur permeet, ac renes; mali verò succi, si diutius morentur, & quæ pediculorum vim gignant. Eædem si cum nucibus, aut eodem etiam modo cum amygdalis, mandantur, cibum optimum exhibent, & cum amygdalis quidem, quasi quæ obstructiones soluendi, & abstergendi vi polleant; at non perinde tamen, ac nuces, succi boni sint, nec æquè alant; cum nucibus autem vnà omninò meliores sunt. Atque ex iis, qui venenorum compositionem tractarunt, nonnulli omnibus alexeterium esse affirmarunt, siquis caricas priùs cum nucibus vnà, ac ruta assumat. Reliqua fructuum genera, quæ in ambitu lignosum putamen habent, succi mali sunt, maximéque si fructus sint agrestium arborum, fructicúmque de quibus copiosiùs tractauimus in secundo De facultatibus alimentorum libro. In pomis autem, & punicis, pyrisque, & mespilis, vsus vt medicamenti est potius quàm alimenti, stomacho ventrique corroborandis. Inter fructus censentur cucumeres quoque, & pepones, & melopepones, quorum nulli succus bonus insit, eo quòd, nisi aluum statim subeant, corrumpantur ibi, humorémque ex corruptela hac faciant, qui non longè à mortiferis venenis absit. In fructibus huiusmodi sola est cucurbita, quæ culpa vacet; eiusdem tamen si in ventre corrumpatur, succus valde malus est; quod in moris quoque euenit, quæ ipsa etiam, si quidem ante, quàm corrumpantur, statim descenderint, nihil incommodi afferunt, nisi quis assiduè iis vtatur; quod in vniuersum de fugacibus omnibus scire, ac meminisse conuenit. Olerum nullum quidem boni succi est, boni tamen malique succi in medio lactuca fuerit, deinde malua, ab hac deinceps atriplex, & portulaca, & blitum, & rumex. Succi summè omninò mali sunt olera omnia agrestia quæ vocant; lactucæ id genus, chondrilla, scandix, gingidium, seris, cichorium. Stirpium radices, quæ oleraceæ sunt, si quæ acres fuerint, vt cæparum, porri, allij, radiculæ, dauci, malæ omnes; boni malique in confinio ari radices sunt, & raporum quæ βουνιάδας etiam vocant eiusque quem carum appellant.

CAPVT IX.

Differentiæ Auium Pisciumque ex pasta, ad succi bonitatem & vitium.

AVium pisciumque vniuersorum propemodum succus bonus est, præterquam eorũ, qui

ex

ex stagnis, & paludibus, cœnosisque ac turbulentis fluminibus victum capiunt; aëre enim vtuntur deteriore, minoréque natatione, & alimento peiore, maximéque, si ex magna vrbe profluat aqua, qua cloacæ, balnea, ac culinæ repurgentur, aut si in iis vestes & lintea abluantur. Caro namque animalium in aquis eiusmodi degentium deterrima omnium fit, potissimum quidem quum in aqua ea tantùm victitant; quæ si meliori etiam admisceatur, sic quoque tamen deteriores sunt piscibus in puro mari degentibus. Gulpa enim propè omni vacant quicunque in mari versantur dulcis aquæ experti, cuiusmodi sunt, quos pelagios vocamus, & saxatiles, qui cæteros succi bonitate, ac cibi suauitate longè antecellunt; tales igitur sumpsisse perpetuò tutissimum fuerit. Quod si aliquis ex illis sit, qui ex aquis vtrisque victum capiunt, vt capito, lupus, gobius, muræna, cancri, anguillæ; quærendum priùs, vbinam captus sit: tum iudicandum de hoc ex odoratu & gustu. Nam qui in aqua degunt vitiosa, grauiter olent, insuauésque sunt, ac mucosi, pinguedinisque ad hæc plus aliis habent, ac citò putrescunt: at qui in mari versantur puro, quum odore inculpato sunt, tum gustu suaues, pinguedinéque aut minima, aut nulla; ac longissimè perdurant citra putrefactionem, præcipuè siquis eos niue circundet. Hoc planè nomine commendantur etiam magis, qui duriores habentur, vt qui carne constent friabili magis, æquè ac saxatiles, & aselli; quod enim natura his adest, in dura carne præditis conciliat nix. Atque hoc causæ est, cur maximè contrariam carnis substantiam habeant capitones, qui ex puro mari petuntur, & qui in vitiosa aqua diuersantur. Nec dissimiliter se habent gobij, lupique, hisque adhuc etiam magis reliqui. Quin murænæ quoque ipsæ in huiusmodi aquis deterrimæ. Anguilla porrò, etiam si ex aqua sit pura, nedum ex ea, quæ ciuitatem, vti diximus, expurgat, nequaquam succi boni edulium fuerit. Pro alimenti etiam diuersorum locorum differentia, ipsi se ipsis pisces meliores, deterioréssque redduntur, qui gustu facilè, atque odore deprehenduntur, sicuti muli, in his enim peiores sunt, qui carcinade vescuntur. Reliquorum caro materia constat duriore non modo quàm saxatilium, & asellorum caro, sed etiam capitonum, luporúmque, & aliorum pelagiorum; ideóque quum & ægrius concoquatur, & alimenti plus præstet, succi mali nihil interim obtinet. Tractatum autem à nobis est prolixiùs de alimentis omnibus, commentariis tribus, De alimentorum facultatibus, inscriptis: & oportet sanè eum, cui salubris victus cura sit, tum illa in memoriam diligenter reuocare, tum omninò opus De tuenda sanitate non negligere, cuius pars est De alimentorum facultate liber: Verum de attenuante quoque victus ratione, quæ crassum facienti contraria sit, conscriptus est liber alius, sanitatis studiosis in primis vtilis.

A δεσι, καὶ θολεροῖς, διαιτωμένων. ἀεὶ γὰρ χείροσι χρῶνται, καὶ νήξεσιν ἐλάττοσι, καὶ τροφαῖς μοχθηροτέραις, καὶ μάλιστα ὅταν ἐκ πόλεως μεγάλης ῥέῃ τὸ ὕδωρ, ἐκκαθαῖρον ἀποπάτους τε καὶ βαλανεῖα, καὶ μαγειρεῖα, καὶ τὰ τῶν πλυνόντων τὴν ἐσθῆτα, καὶ τὴν ὀθόνην ῥύμματα· χείριστη γὰρ ἡ σὰρξ γίνεται τῶν ἐν ὕδατι τοιούτῳ διαιτωμένων ζώων, μάλιστα μὲν, ὅταν ἐν αὐτῷ μόνῳ διατρίβωσι, κἂν ἐπιμίγνυται δὲ βελτίονι, μοχθηρότεροι πολλῷ καὶ οὗτοι τῶν ἐν καθαρᾷ θαλάττῃ διαιτωμένων εἰσίν. ἄμεμπτοι γὰρ ὀλίγου δεῖν ἅπαντες ὑπάρχουσιν, ὅσοι καὶ κατὰ τὴν ἄμικτον ὕδατι γλυκεῖ διατρίβουσιν, ὥσπερ οἵ τε πελάγιοι καλούμενοι, καὶ οἱ πετραῖοι. καὶ γὰρ εἰς εὐχυμίαν, καὶ ἐν αὐτῇ τῇ
B κατὰ τὴν ἐδωδὴν ἡδονῇ προέχουσι πολὺ τῶν ἄλλων. ἀσφαλέστατον μὲν οὖν ἀεὶ προσφέρεσθαι τῶν τοιούτων. εἰ δέ τι ζῶον εἴη τῶν ἑκατέροις τοῖς ὕδασι διαιτωμένων, ὥσπερ ὁ κέφαλος, καὶ ὁ λάβραξ, ὅ τε κωβιὸς, καὶ ἡ σμύραινα, καρκῖνοί τε, καὶ ἐγχέλυες, ἀναπυνθάνεσθαι μὲν πρότερον, ὅθεν εἴη τεθηρευμένον, μετὰ δὲ ταῦτα, τῇ ὀσμῇ, καὶ τῇ γεύσει τὴν διάγνωσιν αὐτῶν ποιεῖσθαι, καὶ γὰρ δυσώδεις, καὶ ἀηδεῖς, καὶ βλεννώδεις, ὅσοι τὴν δίαιταν ἔχουσιν ἐν ὕδατι μοχθηρῷ. καὶ μὲν τοι καὶ λίπος αὐτοῖς ὑπάρχει πολὺ πλέον, ἢ παρὰ τοῖς ἄλλοις, καὶ σήπονται ταχέως. οἱ
C δ' ἐν θαλάττῃ καθαρᾷ διαιτώμενοι, τήν τε ὀσμὴν ἄμεμπτον ἔχουσι, καὶ τὴν γεῦσιν ἡδεῖαν, τό τε λίπος ὀλίγιστον, ἢ οὐδ' ὅλως, ἐξαρκοῦσί τε πλείονι χρόνῳ μὴ σηπόμενοι. καὶ μάλιστα ὅταν αὐτοῖς τις περιβάλλῃ χιόνα. κατὰ ταῦτα μὲν οὖν καὶ κρείττους οἱ σκληρότεροι γίνονται ψαθυρωτέραν ἴσχοντες τὴν σάρκα τοῖς πετραίοις τε, καὶ τοῖς ὀνίσκοις ὁμοίως. ὃ γὰρ τούτοις ὑπάρχει φύσει, τοῦτο τοῖς σκληροσάρκοις ἐκ τῆς χιόνος προσγίνεται. διὰ τοῦτ' οὖν ἐναντιωτάτην ἔχουσιν οὐσίαν τῆς σαρκὸς, οἵ τ' ἐκ θαλάττης καθαρᾶς κέφαλοι, καὶ οἱ κατὰ τὸ μοχθηρὸν ὕδωρ διαιτώμενοι. παραπλησίως δ' αὐτοῖς καὶ οἱ κωβιοὶ, καὶ οἱ λά-
D βρακες, ἔτι τε τούτων μᾶλλον οἱ ἄλλοι. καὶ σμύραιναι δὲ φαυλόταται γίνονται κατὰ τὰ τοιαῦτα τῶν ὑδάτων ἡ δ' ἔγχελυς, οὐδ' ὅλως εὔχυμον ἔδεσμα κἂν ἐξ ὕδατος ᾖ καθαροῦ. μήτοι γε δὴ τοῦ πόλιν ἐκκαθαίροντος, ὡς εἴρηται. καὶ παρὰ τὰς ἐπιχωρίους δὲ τροφὰς, ἀμείνους τε καὶ χείρους ἑαυτῶν ἰχθύες γίνονται, διαγινωσκόμενοι ῥᾳδίως ὀσμῇ τε καὶ γεύσει. καθάπερ αἱ τρίγλαι, μοχθηρότεραι γὰρ αὐτῶν, αἳ τὴν καρκινάδα σιτούμεναι. τῶν δ' ἄλλων ἡ σὰρξ, σκληροτέρας ἐστὶν ὕλης. οὐ μόνον τῆς τῶν πετραίων τε, καὶ ὀνίσκων, ἀλλὰ καὶ κεφάλων, καὶ λαβράκων, καὶ τῶν ἄλλων πελαγίων, καὶ κατὰ τοῦτο δυσπεπτοτέρα
E τε, καὶ τροφιμωτέρα, κακόχυμον οὐδὲν ἔχουσα. λέλεκται δὲ τελεώτερον περὶ ἁπάσης τροφῆς ἐν τρισὶν ὑπομνήμασιν, ἃ περὶ τῶν ἐν ταῖς τροφαῖς δυνάμεων ἐπιγέγραπται, καὶ χρὴ τὸν ὑγιεινῆς τροφῆς φροντίζοντα, μήτε τῆς ἐκείνων ἀναμνήσεως ἀμελῆσαι, μήθ' ὅλως τῆς ὑγιεινῆς πραγματείας, ἧς μέρος ἐστὶ, καὶ τὸ περὶ τῶν ἐν ταῖς τροφαῖς δυνάμεων, ἀλλὰ καὶ περὶ τῆς λεπτυνούσης διαίτης, ἐναντίας οὔσης τῇ παχυνούσῃ διαίτῃ, γέγραπται βιβλίον ἕτερον ἱκανῶς χρήσιμον, οἷς ὑγεία σπουδάζεται.

CAPVT X.

Communis alendi corpora methodus pro eorum ipsorum diuersitate.

CÆterùm illud de operibus his memineris velim ante omnia; qui alimentorum materiæ fa-

F ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ι'.

Η κοινὴ τοῦ τρέφεσθαι τὰ σώματα μέθοδος κατὰ τὴν τῶν αὐτῶν διαφοράς.

ΜΕμνῆσθαι δέ σε περὶ πάντων βούλομαι κατὰ τὰς τοιαύτας πραγματείας, ὡς οὔτε βοηθήματος, οὐδ'

ὑγιεινῶν διαιτημάτων ἐπιστήμων ἐστὶ τελέως, ὁ τὰς τῶν ὑλῶν A δυνάμεις ἀκριβῶς ἐκμαθὼν, ἐὰν μὴ γινώσκῃ τὰς τῶν σωμάτων φύσεις, οἷς ταῦτα προσάγεται. ἔνια μὲν γὰρ αὐτῶν ἐστὶ πυκνὰ, καὶ ἀδιάπνευστα· ἔνια δ᾽ ἀραιὰ, καὶ ῥᾳδίως ἐκκενούμενα. καὶ δεῖται δηλονότι τροφῆς ὑγροτέρας τὰ πρότερα, ξηροτέρας δὲ τὰ δεύτερα. καὶ τὰ μὲν κολλωδεστέρας, τὰ δὲ λεπτοτέρας. καὶ τὰ μὲν ἐλάττονος, τὰ δὲ πλείονος. οὕτως δὲ καὶ ὅσοι μελαγχολικώτερον ἔχουσι τὸ αἷμα, τῶν ὑγρῶν καὶ θερμῶν τῇ κράσει δέονται τροφῶν, ὥσπερ γε καὶ ὅσοι χολωδέστερον, ὑγρῶν καὶ ψυχρῶν. ὡσαύτως δ᾽ οἱ φλεγματώδες, θερμαινουσῶν τε, καὶ ξηραινουσῶν. ὅσοι δ᾽ B αἷμα χρηστὸν ἀθροίζουσι πλέον, ὀλιγωτέρων μὲν ἐδεσμάτων χρήζουσιν. ἐπιφανῆ δ᾽ οὐδεμίαν ἐχόντων δύναμιν, ἀλλ᾽ ἐν τῷ μέσῳ καθεστηκότων, ὡς μήτε θερμαίνειν ἀξιολόγως, μήτε ψύχειν, ὥσπερ γε καὶ μηδ᾽ ὑγραίνειν, ἢ ξηραίνειν. οὕτω δὲ καὶ πάχους, καὶ λεπτότητος ἐν τῷ μέσῳ καθεστηκότων, ὡσαύτως δὲ γλισχρότητός τε καὶ τῶν ἐναντίων αὐτῇ, κραυρότητα δὲ λέγω, καὶ ψαθυρότητα. ὑπάρχει δὲ κραυρότης μὲν, τοῖς σκληροῖς τε, καὶ ξηροῖς ἰσχυρῶς. ψαθυρότης δὲ, τοῖς μαλακοῖς τε καὶ μέσοις, καθ᾽ ὑγρότητά τε καὶ ξηρότητα. κοινὸν δ᾽ ἀμφοῖν, τὸ μηδὲν ἔχειν γλίσχρον. διαγνωστικὸν οὖν C εἶναι προσήκει, τὸν ὀρθῶς χρησόμενον ταῖς τροφαῖς, πρῶτον μὲν τῆς κατ᾽ ἀραιότητά τε, καὶ πυκνότητα τοῦ δέρματος ἐν τοῖς ἀνθρώποις διαφορᾶς, ἐφεξῆς δ᾽ αὐτῇ, τῆς ὅλης τοῦ σώματος κράσεως. εἶθ᾽ ἑξῆς εἰ σώζει πάντα τὰ μόρια τοῦ σώματος τὴν οἰκείαν κρᾶσιν. ἐνίοτε μὲν γὰρ, ἡ κεφαλὴ ἐστὶ θερμοτέρα τοῦ προσήκοντος, ἡ γαστὴρ δὲ ψυχροτέρα. πολλάκις δὲ τοὐναντίον. ἡ γαστὴρ μὲν, θερμοτέρα, ψυχροτέρα δ᾽ ἡ κεφαλή. καὶ τἄλλα μόρια πάνθ᾽ ὡσαύτως. ἡ μὲν οὖν ἄλλη πᾶσα θεραπευτική τε καὶ ὑγιεινὴ μέθοδος, ἁπάντων ὁμοτίμως ἐστόχασται, τὰ δὲ κατὰ τὰς τροφὰς, ἐξαίρετον μὲν ἔχει, καὶ D πρῶτον σκοπὸν, ὅπως ἄριστα πεφθήσεται, δεύτερον δὲ ἐπὶ τῷδε τὸν ἀναδοθησόμενον ἐκ τῆς πεφθείσης τροφῆς χυμὸν, ἐπιτήδειον εἶναι τῇ κράσει τῶν ἄλλων μορίων. ἀναγκαία τοιγαροῦν ἐκ τῶνδε φαίνεται τοῖς ὀρθῶς μέλλουσι χρῆσθαι τροφαῖς, ἡ περὶ κράσεως πραγματεία, καὶ τοίνυν ὡς γεγυμνασμένῳ σοι κατ᾽ αὐτὴν, ὅσον ἔθ᾽ ὑπόλοιπόν ἐστιν εἰς εὐχυμίαν τε, καὶ κακοχυμίαν ἀναγκαῖον ἐγνῶσθαι, προσθήσω, τὴν ἀρχὴν ἀπὸ τῶν οἴνων ποιησάμενος.

cultates exactè teneat, nisi idem corporũ naturas cognitas habeat, quibus adhibenda ea sint, cum nondum neque auxiliorum, neque verò salubris victus rationis, scientiam assecutum: sunt enim corporum quædam densa, nec perspirabilia; quædam rara, & quæ facilè difflentur. Ac priora quidem alimento opus habent humidiore, posteriora verò sicciore; & hæc quidem glutinosiore, illa tenuiore: hæc minore, illa vberiore. Ad eundem planè modum, quicunque sanguinem habent plus iusto melancholicum, his alimentis opus est temperamento calidis, & humidis; sicuti frigidis, & humidis, iis qui biliosiorem; qui pituitosum calidis & siccis. Quibuscunque verò sanguis bonus multitudine excedit, iis alimenta ex vsu fuerint pauciora illa quidem, sed quæ facultate nulla prædita sint manifesta, quæque medium teneant, vt nec euidenter calefaciant, nec frigefaciant, neque verò humectent, aut exiccent; eodémque modo crassitiei, ac tenuitatis in medio consistant, nec non lentoris, qualitatúmque huic ipsi contrariarum, fragilitatis scilicet & friabilitatis. Inest fragilitas, siccis & duris valde: friabilitas, mollibus, & inter humiditatem & siccitatem mediis: vtrisque commune, vt nihil habeant glutinosi. Cui igitur rectus alimentorum constare vsus debet, is dignoscat oportet, principio raræ, densæque hominum cutis differentias, deincepsque ab his vniuersam corporis temperiem, postremò num partes corporis singulæ temperiem propriam seruent. Contingit enim aliquando, vt caput iusto calidius sit, ventriculus autem frigidior; atque etiam à diuerso sæpenumero, vt calidior ventriculus, caput frigidius reperiatur, idemque in partibus aliis accidit. Ac curandi quidem, & incolumitatis tuendæ reliqua ratio omnis scopum æquè in omnia dirigit; quæ verò alimenta tractat, peculiarem hunc habet, quem primò intueatur, vt optimè ea coquantur; proximéque, vt diductus concocti alimenti succus, cæterarum partium temperiei accommodus sit. Videri itaque ob hæc necessarium possit opus De temperamentis, iis qui rectè vsuri sint alimentis: tibi igitur vt in opere hoc exercitato, addam quæcunque restant de succorum bonitate, & vitio necessariò scienda, sumpto à vinis exordio.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΑʹ. E

Αἱ τοῦ οἴνου ἀπό τοῦ τε χρώματος, καὶ τῆς ἡλικίας, καὶ τοῦ χυμοῦ, καὶ τοῦ χωρίου, καὶ τῶν ἄλλων διαφοραὶ, καὶ τίνα ᾗ τίνι κράσει ἐπιτήδειοι.

Ὅσοι μὲν οὖν αὐτῶν ὑδατώδεις εἰσὶ, καὶ λεπτοὶ κατὰ σύστασιν, οὔρησίν τε κινοῦντες, ὀλιγίστην παρέχουσι τῷ σώματι τροφήν. ὅσοι δὲ παχεῖς, ὥσπερ ὁ Θηραῖός τε, καὶ ὁ Σκυβελίτης, ἀξιολόγως τρέφουσι. διαφέρουσι δ᾽ ἀλλήλων τῷ μᾶλλόν τε καὶ ἧττον, ἀνάλογον τῷ πάχει. τοιοῦτος δὲ ἐστιν οἶνος παρ᾽ ἡμῖν ἐν Αἰγαῖς, καὶ Περπερίνῃ. τῇ μὲν ὁμόρῳ, Μυρίνῃ: τῇ δὲ, Περγάμῳ. F τελέως μὲν οὖν εἰσι γλυκεῖς, ὅ,τε Σκυβελίτης, καὶ ὁ Θηραῖος, αὐστηρὸς δὲ ἅμα, καὶ γλυκὺς ὁ Κιλίκιος ὁ Ἀβάτης ἀπὸ χωρίου τὴν προσηγορίαν ἔχων. ὁ δ᾽ ἐν Αἰγαῖς, καὶ Περπερίνῃ, μέσοι τούτων εἰσὶν. οὔτε γλυκεῖς ἀκριβῶς ὄντες, οὔτε στύψιν ἔχοντες ἀξιόλογον, ὁμοίως τῷ Κιλικίῳ.

CAPVT XI.

Vini discrimina ex colore, ætate, sapore, natali solo, & reliquis id genus, tum quæ cuique temperamento conueniant.

Ergo quæcunque in his aquosa sunt, ac substantia tenui, vrinamque cient, corpori alimentum suggerunt paucissimum; crassa verò, vt Theræum, & Scybelites, valde nutriunt; distant tamen inuicem maioris minorisque ratione, pro crassitiei modo, tale reperitur apud nos vinum Ægis, & Perperine, illis Myrinæ finitimis, hæc Pergamo. Summè igitur dulcia sunt Theræum, & Scybelites; austerum vnà, ac dulce Cilicium, Abates, sic ex loco vocatum; medium inter hæc locum tenet, quòd ex Ægis est, & Perperine, vt quod neque exquisitè dulce sit, neque verò euidenti vsque adeò, vt Cilicium, astringendi vi polleat.

Nullum est horum non nigrum; neque enim vinum reperias crassum vnà, ac dulce, quod non idem nigrum quoque sit. Certè si mustum ex omnium maximè albo vino decoquas, vsque eo vt sapa inde existat, quod nos defrutum vocamus, colorem nigrum acquirit ad Theræi instar. Color est Caryino etiam, quod ipsum quoque dulce, niger; niger & Therino, sed non vsque eò, vt Caryino, à quo dulcedine quoque degenerat. Inter alba vina dulce nullum, sed sunt ex his quædam austera, & crassa, quædam aquosa & tenuia. Fulua flauáque alia mediocriter dulcia, vt Hippodamantium est, & Faustianum Falernum: alia neutiquam dulcia sunt. His crassiora habentur rubra; rubris alia quæ iam colore proximè ad nigra accedant. Inest alimentum omnibus pro crassitiei ratione, ideoque iis, qui vt reficiantur opus habent, concedendus est vini dulcis vsus, præcipuè verò si nihil his vitij fuerit in iecore, liene, ac renibus; quibus verò crassior in venis humor redundat, iis substantia tenue ex vsu est; acre quidem, ac vetustum, si frigidus collectus in venis humor fuerit: qui si frigidus non sit, tum cui neutrum horum adest conuenit. Ac odorum quidem ad succi bonitatem præstat, cæterum caput ferit; tenue ciendæ vrinæ melius, nec quicquam caput tentat. Vitanda sunt quæ crassa simul & graueolentia, insuauiaque, & austera fuerint, cuiusmodi habetur vile Bicyum, quod in magnis lagenis adseruatur; in paruis enim seruatum neque insuaue, neque graueodorum est, nec crassum valde; sed nec astringendi facultate præditum est acerba; verùm ne ipsum quidem boni succi fuerit, sicuti sanè nec mali, sed inter ea quæ malo bonóque succo constant medium. Ex iis quæ optimi succi sunt Falernum est dulce præsertim; eiusdem generis est fuluum Tmolites, quod dulce sit: nam alterum huius genus reperitur austerum, quod succi non perinde boni sit, quemadmodum ne aliud quidem vllum fuerit, quod supra modum austerum sit, etiam si stomacho resoluto robur addat, ventrique maximè calida intemperie laborantibus. Hac enim gratia vinis vtimur austeris, vt citam aluum sistamus, alioqui non vsuri, quod ea neque alimento diducendo conferant, nec gignendo sanguini, nec succi bonitati, nec ciendis vrinis, nec sudoribus promouendis, neque verò subducendæ aluo. Sed non est præsentis instituti vini virtutes, aut vitia omnia exequi, præsertim quæ ad morbos faciunt; quod igitur proposueram, breuibus summis comprehensum explicabitur. Corporibus biliosioribus, siue naturalis intemperies ea fuerit, siue qualitercunque tandem acquisititia, nec Falernum, nec Tmolites fuluum dulceque, neque Ariusium, nec Lesbium fuluum illud & odorum, prædictis haud absimile, vtiliter bibuntur, sunt enim huiusmodi calida omnia. Nec biliosis igitur vinum tale concedendum est, nec perustis, neque in labore multo, aut inedia, aut mœrore, aut anni tempore, regionibus, vel cœli statu calido. Idem è diuerso in iis probatur, qui excalefactione opus habent, ac pituitosæ, frigidæque intemperies, crudiorumque humorum copiam colligentibus, vitam ducentibus otiosam, in regione frigida, hyemis tempore, cœli statu frigido, atque humido, his omnibus fuluum vinum dulcéque bonum est, malum verò iis, qui contrario modo se habent, non quatenus succos vitiosos creet,

A μέλανες δὲ πάντες οὗτοι τυγχάνουσιν ὄντες. οὐδὲ γὰρ ἂν εὕροις οὐδένα παχὺν ἅμα, καὶ γλυκὺν οἶνον, ὃς οὐκ ἔστι μέλας. ἐὰν οὖν τὸν λευκότατον οἴνων ἑψήσῃς τὸ γλεῦκος, ὡς τὸ καλούμενον ἐργάσασθαι σίραιον, ὅπερ ἕψημα παρ' ἡμῖν ὀνομάζεται, μέλαν ἴσχει τὸ χρῶμα παραπλησίως τῷ Θηραίῳ. μέλας δὲ, καὶ ὁ τοῦ Καρύνου χρῶμ' ἐστὶ γλυκέος ὄντος αὐτοῦ. ὁ δὲ τοῦ Θηρίνου μέλας μὲν, ἀλλ' οὐκ ἴσον τῷ Καρύνῳ. ἀπολείπεται γὰρ τι καὶ τῇ γλυκύτητι τοῦ Καρύνου. λευκὸς δὲ οἶνος οὐδεὶς, γλυκύς ἐστιν. ἀλλὰ τινὲς μὲν, αὐστηροί τε καὶ παχεῖς. τινὲς δὲ ὑδατώδεις τε, καὶ λεπτοί. ξανθοὶ δὲ

B καὶ κιρροὶ, τινὲς μὲν γλυκεῖς εἰσι μετρίως, ὥσπερ Ἱπποδαμάντειός τε καὶ Φαυστιανὸς Φαλερῖνος, ἔνιοι δὲ ὅλως γλυκεῖς. οἱ δὲ ἐρυθροὶ, παχύτεροι τούτων, ὥσπερ γε τούτων ἕτεροι πλησιάζοντες ἤδη κατὰ τὸ χρῶμα τοῖς μέλασιν. ἡ τροφὴ δὲ ἐξ ἁπάντων ἐστὶν αὐτῶν, ἀνάλογος τῷ πάχει, καὶ διὰ τοῦτο τοῖς μὲν ἀνατρέψεως δεομένοις, ἐπιτρεπτέον χρὴ πίνειν τοὺς γλυκεῖς, καὶ μάλιστα ὅταν ἀμέμπτως ἔχωσι τὰ καθ' ἧπάρ τε, καὶ σπλῆνα, καὶ νεφρούς. τοῖς δὲ ἤδη παχὺν ἠθροικόσι χυμὸν ἐν ταῖς φλεψὶν, οἱ λεπτοὶ κατὰ τὴν σύστασιν χρήσιμοι. ψυχρῶν μὲν ἠθροισμένων ἐν ταῖς φλεψὶ χυμῶν, οἱ δριμεῖς καὶ παλαιοὶ, μὴ ψυχρῶν δὲ, ὅσοις τούτων οὐδέτερον

C ὑπάρχει. βελτίους μὲν οὖν εἰς εὐχυμίαν, οἱ εὐώδεις. ἀλλὰ καὶ κεφαλῆς πλήττουσι. κρείττους δὲ εἰς οὔρησιν οἱ λεπτοὶ, κεφαλῆς δὲ οὐδὲ ὅλως ἅπτονται. φεύγειν δὲ τοὺς παχεῖς ἅμα, καὶ δυσώδεις, καὶ ἀηδεῖς, καὶ αὐστηρούς. οἷός ἐστιν ὁ φαῦλος Βικυὸς ἐν τοῖς μεγάλοις κεραμίοις. ὁ δὲ ἐν τοῖς μικροῖς, οὔτ' ἀηδὴς, οὔτε δυσώδης, οὔτε παχὺς ἄγαν ἐστίν. ἀλλ' οὐδὲ τὴν στύψιν ἔχει στρυφνήν. εὔχυμος δὲ οὐδὲ οὗτος, ὥσπερ οὐδὲ κακόχυμος, ἀλλ' ἐν τῷ μεταξὺ τῶν εὐχύμων τε, καὶ κακοχύμων ἐστί. τῶν γε μὴν εὐχυμοτάτων οἴνων,

D καὶ ὁ Φαλερῖνός ἐστι, καὶ μᾶλλον ὁ γλυκύτερος. ἐκ ταύτου δὲ γένους τῷδε, καὶ ὁ κιρρὸς Τμωλίτης ὁ γλυκύς. ἔστι γὰρ καὶ τούτου τὸ ἕτερον εἶδος, αὐστηρὸς οὐχ ὁμοίως εὔχυμος, ὥσπερ οὐδὲ ἄλλος οὐδεὶς αὐστηρὸς ἰσχυρῶς, εἰ καὶ ῥώμην ἐντίθησιν ἐκλύτῳ στομάχῳ καὶ γαστρὶ, καὶ μάλιστα κατὰ δυσκρασίαν θερμὴν πεπονθόσιν. ἕνεκα γὰρ τούτου, καὶ τοῦ συστῆσαι ῥεομένην γαστέρα, χρώμεθα τοῖς αὐστηροῖς οἴνοις, ἄλλως οὐκ ἂν χρησάμενοι, διὰ τὸ μήτ' ἀναδόσει τροφῆς, μήθ' αἱματώσει, μήτ' εὐχυμίᾳ, μήτ' οὔρων φορᾷ, μήθ' ἱδρώτων ἐκκρίσει, μήτε γαστρὸς ὑπαγωγῇ συντελεῖν αὐτούς. ἀλλ' οὐ

E πρόκειται νῦν οὔτ' ἀρετὰς, οὔτε κακίας οἴνων πάσας διέρχεσθαι, καὶ μάλιστα ὅσοι διαφέρουσι νόσοις. ὅπερ οὖν πρόκειται, πάλιν ἀναληφθὲν ἐν κεφαλαίοις βραχέσιν εἰρήσεται. τοῖς χολωδεστέροις σώμασιν, εἴτε διὰ φυσικὴν δυσκρασίαν, εἴτε δι' ἐπίκτητον ὁπωσοῦν γεγονυῖαν, οὔτε Φαλερῖνος, οὔτε Τμωλίτης κιρρὸς γλυκὺς, οὔτ' Ἀριούσιος, οὔθ' ὁ Λέσβιος ὁ εὐώδης τε καὶ κιρρὸς, ὅμοιος τοῖς προειρημένοις, ὧν ἐπιτήδειος πίνεσθαι. θερμοὶ γὰρ ἅπαντες οἱ τοιοῦτοι. μήτ' οὖν χολώδεσι, μήτε τοῖς ἐξ ἐγκαύσεως, ἢ καμάτων πολλῶν, ἢ ἐνδείας, ἢ λύπης, ἢ ὥρᾳ, ἢ χώρᾳ, καὶ καταστάσει θερμῇ, διδόναι

F τοιοῦτον οἶνον. ἐξ ὑπεναντίου μὲν οὖν ἀγαθὸς ἅπασι τοῖς θερμαίνεσθαι δεομένοις, φλεγματώδεσί τε καὶ ψυχραῖς κράσεσι, καὶ χυμῶν πλῆθος ὠμῶν ἠθροικόσιν, ἀργῶς βιοῦσιν ἐν χωρίῳ ψυχρῷ, καὶ χειμῶνι, καὶ καταστάσει ψυχρᾷ, καὶ ὑγρᾷ. τούτοις μὲν ἅπασιν ἀγαθὸς ὁ κιρρὸς οἶνος καὶ γλυκύς· ἐναντίος δὲ τοῖς ἐναντίως ἔχουσιν, οὐχ ὡς κακοχυμίαν ἐργαζόμενος,

ἀλλ᾽ ὡς θερμαίνων τοὺς ψύχεσθαι δεομένους. ἕτοιμον γὰρ αὐτοῖς ἐστι τοῦτον πίνουσι, καὶ κεφαλὴν ἀλγῆσαι, καὶ πυρέξαι, καί τι τοῖς νεύροις παθεῖν. οἱ δὲ τῶν κιῤῥῶν τε, καὶ μετρίως γλυκέων, οὐδεὶς γὰρ κιῤῥὸς ἄκρως ἐστὶ γλυκύς, ἐπὶ δὲ μελάντερον δὲ, καὶ γλυκύτερον ῥέποντες, οὐχ ὁμοίως θερμοὶ τοῖς κιῤῥοῖς εἰσιν, εἰκότερον οὖν οὔτε κεφαλὴν, οὔτε νεῦρα βλάπτουσιν, οὔτε πυρετοὺς ἐξάπτουσιν ὡσαύτως ἐκείνοις. ὅτι δὲ γαστρὸς οἱ γλυκεῖς οἶνοι, καὶ παχεῖς εἰσιν ὑπακτικοὶ, σχεδὸν οὐδεὶς ἀγνοεῖ. καθάπερ γε καὶ περὶ γλεύκους, ὅπως ἐστὶ φυσῶδες καὶ δύσπεπτον, καὶ παχύχυμον, ἓν μόνον ἀγαθὸν ἔχον, ὑπάγειν γαστέρα, κἂν ἀτυχήσῃ ποτὲ τούτου, βλαβερώτερον γίνεται. πάντων δὲ οἴνων κοινόν ἐστιν, ὅσοι γε μὴ πάνυ παχεῖς εἰσι, καὶ λίαν γλυκεῖς, ὥσπερ ὁ Θηραῖός τε, καὶ ὁ Σκυβελίτης, ἐπειδὰν εἰς χρόνου μῆκος ἐκταθῶσι, ξανθὴν τὴν χροίαν γίνεσθαι, καί τι καὶ στίλβον ἔχειν, ὁμοίως πυρί, καὶ γὰρ οἱ μέλανες, οἷός περ ἐστὶν ὁ παρ᾽ ἡμῖν ἐν Περπερίνῃ γιγνόμενος, εἰ χρονίσαιεν, εἰς ἐρυθρὰν μὲν, ἢ κιῤῥὰν πρότερον ἀφικνοῦνται ποιότητα. μετὰ ταῦτα δὲ εἰς ξανθότητα. καὶ ὁ λευκός, ὁποῖος ὁ Βιθυνὸς Ἀμιναῖος. ὀνομάζουσι δὲ Ῥωμαῖοι τὸν οὕτως παλαιωθέντα κέκουβον, ὃν οὐκ ἂν ἔτι γνωρίσαις ἐξ ὁποίου γένους ἦν. ἤδη δὲ τοιοῦτος ἐστι, καὶ πικρός, καὶ διὰ τοῦτ᾽ αὖ μὴ ἐπιτήδειος εἰς πόσιν. ἀλλ᾽ οἵ γε καπηλεύοντες τοὺς οἴνους, μιγνύντες τοῖς νέοις τοὺς τοιούτους, ὡς παλαιοὺς πιπράσκουσιν, ἐξαπατῶντες τῇ πικρότητι τοὺς ἀγνοοῦντας ἀκριβῶς οἴνων γεύεσθαι. φεύγειν οὖν χρὴ τὸν οὕτω παλαιὸν τὴν πόσιν, ὥσπερ καὶ τὸν πάνυ νέον. οἱ μὲν γὰρ ὑπερθερμαίνουσιν, οἱ δ᾽ οὐδ᾽ ὅλως θερμαίνουσιν ἔς γ᾽ ἂν ὦσι νέοι. τοσοῦτον γὰρ δέουσι συντελεῖν τι ταῖς τῶν σιτίων πέψεσιν, ὥστ᾽ αὐτοὶ μόλις πέττονται. πρὸς τούτοις δὲ οὐδ᾽ ὑπέρχονται κατὰ τὴν κοιλίαν, οὔτ᾽ ἀναδίδονται ῥᾳδίως, οὔτ᾽ οὖρα προτρέπουσιν, οὔθ᾽ αἱματῶσι συντελοῦσιν, οὐδὲ θρέψει. διαμένουσι δὲ ἐπὶ πλεῖστον ἐν τῇ γαστρὶ μετέωροι, παραπλησίως ὕδατι. κἂν βραχύ τις αὐτῶν πίῃ, ῥᾳδίως ὀξύνονται. μόνους δ᾽ ἄν τις τοὺς νέους ἐν ἀγαθῷ πίνοι, τοὺς λεπτοὺς τῇ συστάσει. καθάπερ ἐν Ἰταλίᾳ ὅ τε Γαυρίας ὀνομαζόμενός ἐστι, καὶ ὁ Ἀλβανός, ἔνιοί τε τῶν ἐν τοῖς Σαβίνοις τε καὶ Θούσκοις γιγνομένων. οὐ γὰρ δὴ πάντες εἰσὶ τοιοῦτοι. καὶ περὶ Νέαν δὲ πόλιν, ὁ κατὰ τὸν ὑπερκείμενον αὐτῇ λόφον Ἀμιναῖος, ἐν τάχει πότιμος γίνεται. κατὰ δὲ τὴν Ἀσίαν παρ᾽ ἡμῖν, ὅ τε Τιβηνὸς ἐστι τοιοῦτος, καὶ ὁ Ἀρσύϊνος, καὶ μετ᾽ αὐτοὺς ὁ Τιτακαζηνός. ἀλλὰ τούτους μὲν, ὡς παραδείγματος προύχειρισάμην, ἐθεασάμην δὲ τοιούτους οἴνους ἐν ἅπασι σχεδὸν τοῖς ἔθνεσιν, ἀλλ᾽ ἀγνοοῦσιν αὐτοὺς οἱ ξένοι, καὶ κατὰ διττὴν αἰτίαν, ὅτι τε παντάπασιν ὀλίγοι γίνονται, καὶ διότι μακρὸν πλοῦν οὐ φέρουσιν, ὡς ὑπὸ τῶν ἐμπόρων μὴ δύνασθαι εἰς ἄλλην χώραν μετακομίζεσθαι. διαγνοίσαις δὲ ῥᾳδίως τοὺς τοιούτους οἴνους, πρῶτον μὲν καὶ μάλιστα, τῇ λεπτότητι πλησίον ἥκοντας ὕδατος. εἶτα καὶ λευκότητι, καὶ γευομένῳ δ᾽ ἄν σοι φανεῖεν ὑδατώδεις, οὐδεμίαν ἔχοντες ἰσχυρὰν στύψιν. ἔν τε τῷ κεράννυσθαι μὴ φέροντες ὕδατι μίξιν πολλήν, διὸ καὶ πρὸς τῶν παλαιῶν ἰατρῶν, ὀλιγοφόροι κέκληνται, καὶ μέν τοι καὶ καθάπερ οἱ κιῤῥοὶ θερμοὶ τὴν δύναμιν ὄντες, αὐτίκα πληροῦσι τὴν κεφαλήν, οὕτως οἱ τοιοῦτοι πρὸς τῷ μηδέποτε βλάπτειν αὐτήν, ὠφελοῦσιν, ἐνίοτε παύοντες ὀδύνας μικράς τινας, ὅσαι διὰ τοὺς ἐν τῇ κοιλίᾳ χυμοὺς εἰώθασι γίγνεσθαι. τῆς γάρ τοι κεφαλῆς, οὐ μόνον ὅταν αὐτὴ πάσχῃ τι πάθος ἴδιον ὀδυνωμένης,

A sed quòd calefaciat, quos refrigerare conueniebat: facilè namque hi, si tale biberint, & caput dolent, & febricitant, & neruis aliquo pacto tentantur. In fuluis verò, ac mediocriter dulcibus (quando fuluum nullum ad summum dulce sit) quæ ad nigredinem magis, ac dulcedinem vergunt, perinde calida non sunt, atque fulua: ergo merito, nec capiti nocumentum inferunt, nec neruis, neque vt fulua, febres accendunt. Dulcia autem vina crassáque quòd aluum subducant, nullus ferè est, qui ignoret; sicuti mustum quoque quòd scilicet & flatulentum sit, & concoctu difficile, & crassi succi, id vnum in se boni continens, B quòd aluum emolliat; quò si frustretur interdum, noxium adhuc magis euadit. Vinis omnibus (quæ quidem nec crassa valde, nec dulcia nimium sint, vt Theræum est & Scybelites (commune id est, vt temporis tractu colorē flauum acquirant, & splendescentis nonnihil habeant, ignis instar: nam nigra quoque (cuiusmodi est apud nos, quod Perperine prouenit) veterascentia, in rubram priùs, aut fuluā qualitatem, deinde in flauum quoque colorem abeunt: sic album quoque, quale est Bithynum Aminæum. Inueteratum ita vinum, cecubum Romani vocant, cuius tu deinde genus nō facilè deprehendas. Iam huiusmodi vinum amarum quoque fue- C rit, ideoque non perinde potui accommodū. Vina huiuscemodi eorum mangones nouellis admixtis, vt vetusta, diuendunt, impostura facta ex amaritudine iis, qui vini gustum non exactè assequuntur. Ergo adeò vetustorum potus fugiendus, sicuti nouellorum nimium, hæc enim plus iusto, ista neutiquam excalefaciunt, maximè autem à vinis natura crassis abstinere cōuenit, donec nouella sint, siquidem tantùm abest, vt ad ciborum concoctionem conducant, vt vel ipsa ægrè concoquantur; præterea nec aluum subeunt, nec facilè distribuuntur, D neque vrinas mouent, nec sanguificationi, nec nutritioni conferunt; tum in ventre diutiùs moram trahunt suspensa, vt aqua, sique de his paululū quis biberit, promptè id acescit; sola ea bona esse possunt, si bibantur, nouella, quæ substātia tenuia sunt, quod genus in Italia est, quod Caurium vocant, & Albanum, & eorum quę in Sabinis, & Thuscis nascuntur, quædam; neque enim cuncta huiusmodi sunt; sed circa Neapolim quoq; in imminenti huic colle natum Aminæum, quamprimum bibi potest: tale est in Asia apud nos Tibenum, & Arsyinum deinde etiam Titacazenum. Atque hæc ego exempli causa retuli. Cæterùm huiusmodi vina vbique E ferè gentium reperi, sed quæ aduenæ ignorent duplici de causa, tū quòd paucissima omninò proueniunt, tum verò quòd longam nauigationem non sustineant, nec possint propterea à mercatoribus in alienas regiones transuehi. Promptum tamē fuerit talia vina dignouisse, omnium quidem in primis quòd ea tenuitate ad aquam proximè accedant; deinde albedine quoque, quin gustata videri etiam aquosa possint, quæque astringendi vim euidentem nullam obtineant; interque diluendum, aquæ multæ mixturam non ferant; vnde ea veteres medici paucifera vocarunt. Quin F imò quemadmodum fulua, quæ potentia calida sunt, statim caput replent, sic hæc præter id, quòd nihil vnquam noxæ afferunt, etiam iuuant, sedatis interdum doloribus paruis quibusdam, quos contenti in ventre humores procreare solent. Nam quum caput non solùm tunc doleat, quum ipsum affectu proprio laborat,

sed

ſed etiam ob ventriculum, qui humorum vitioſorum vapores tranſmittat, huiuſmodi dolor vini pauciferi potione ſanatur, cui pauca inſit aſtringendi vis; nam quæ omninò exolutione languent, vt Tibenum apud nos, in Italia autem nonnulla ex Sabinis, tanto ſunt iis, quæ modicè aſtringunt deteriora, quantò aquam bonitate vincunt. Inuenias certè quoſdam, quibus ex āquæ potu dolore caput corripiatur, præſertim verò, quum ea vitioſa fuerit, quippe quæ quum corrumpitur, tum natiuum ventriculi robur exoluat, qui quum imbecillus fuerit, ſolent eò ex corpore deferri humores ex bile tenues quidam, id quod ieiunantibus etiam vſu venit, à quibus noxis malisque vinum, quale modò diximus, hominem liberum facit, primùm quidem ſtatimque contemperationis ratione, tum paulò poſt, quod quum robur addiderit ventriculo, is quæ nocent à ſe deorſum propellat. Nihilo tamen ſecius homini temperie calidiſſima prædito, vel naturali, vel ex ætate, vtilius aqua bibitur, quàm vinum, quòd ſi quando vino indigeat, dandum, quod tenue ſit & mediocriter auſterum. Ad eundem planè modum in cibo omni, ac potu præſtiterit, non ſimpliciter ita vnoquoque vti, niſi diſtinctis vtentium priùs naturis. Maxima porrò vini diſcrimina ſunt, ſi quidem ſpeciatim, ſicuti diſtinximus, conſiderentur, pauca in aliis, neque enim lentem aut braſſicam reperias, quæ humectet, ſed aliam quidem alia ſiccantem minus, quæ verò humectet, nullam; longéque adhuc minus cęparum genus aliquod, aut porri, aut allij reperias, quod refrigeret, ſed magis minuſque cuncta calefaciunt: neque etiam lactucam, quæ calefaciat, aut atriplicem, aut blitum, aut maluam. Neque tamen magis minuſque in his permagno diſcrimine diſtant; at in vinis vetuſtiſſimum, quod Romani, ſicuti diximus cecubum vocant, ab albo, & auſtero, & nouello craſſóque vino, tantum diſtat, vt alterum vehementiſſimè calefaciat, alterum ſenſibiliter refrigeret.

CAPVT XII.

De Melle, & Aceto mulſo, huiuſque in quibuſdam vſu.

NEc parua ſanè eſt in melle differentia. Prauũ certè, quod aut male olet, aut guſtatum extraneæ cuiuſdam qualitatis admixtionem detegit, nec mel quidem cenſendum. Inculpati verò mellis differentiæ in eo verſantur, quòd magis minúſque aliud alio dulce, atque acre ſit: in quo quod dulciſſimum ſimul, atque acerrimum fuerit, primas virtutis partes obtinet. Mel quidem omne, eo quòd potentia calidum ſit, id commune habet, vt facilè in bilem vertatur in corporibus calidis, ideoque naturis, quæ pituitoſiores ſunt, cibus eſt in primis accommodus, ſenilique ætati, ſicuti frigidis quoque morbis. Acetum mulſum ætati quidem omni & naturæ vtiliſſimum ad incolumitatem tutò ſeruandam, quo viæ omnes anguſtæ expediuntur, vt nuſquam craſſus glutinoſúſque humor hæreat: Eam itidem ob rem, quæ medici ſalubria medicamenta vocant, ea ſunt omnia attenuandi vi prædita; atque hæc vti ad ſanitatis tutelam tutior eſt ea quæ craſſum facit, ſic certè habitum bonum robúrque præſtare non poteſt. Sunt autē, qui malint non admodū tuta valetudine frui, dū bene habiti ſint, quàm integram ſanitatē poſſidere, ipſi interim tenues perpetuò, atq; imbecilles.

A ἀλλὰ καὶ διὰ τὴν κοιλίαν ἀναπέμπουσαν ἀτμοὺς χυμῶν μοχθηρῶν, ἡ τοιαύτη κεφαλαλγία, διὰ οἴνου πόσεως ὀλιγοφόρου ἰᾶται βραχεῖαν ἔχοντος στύψιν. ὅσοι γὰρ ἔκλυτοι παντάπασίν εἰσιν, ὥσπερ ὁ παρ' ἡμῖν Τιβηνὸς, ἐν Ἰταλίᾳ δὲ τῶν Σαβίνων ἔνιοι, τοσούτῳ χείρους ὑπάρχουσι τῶν ἀτρέμα στυφόντων, ὅσῳ βελτίους εἰσὶν ὕδατος, εὕροις γὰρ ἄν ποτε, καὶ διὰ ὕδατος πόσιν, ἀλγοῦντάς τινας τὴν κεφαλὴν, καὶ μάλιστα ὅταν ἡ μοχθηρὸν, ὡς αὐτό τε διαφθειρομένου, καὶ τὸν φυσικὸν τόνον ἐκλύοντος. τῆς δὲ γαστρὸς ἀτονησάσης ἰχῶρες χολώδεις εἰώθασιν συῤῥεῖν ἐκ τοῦ σώματος εἰς ὃ κύτος αὐτῆς, ὥσπερ τοῖς νηστεύουσιν, ὧν τῆς κακίας τε, καὶ βλάβης, ὁ προειρημένος

B οἶνος ἐλευθεροῖ τὸν ἄνθρωπον, ἐν μὲν τῷ παραχρῆμα παρὰ τῆς ἐπικράσεως λόγῳ, μετὰ βραχὺ δὲ, καὶ τῷ ῥωσθεῖσαν τὴν κοιλίαν, ὠθεῖν ἀφ' ἑαυτῆς κάτω τὰ λυποῦντα. τοῖς μὲν τοι θερμοῖς πάνυ κράσεσι τῶν ἀνθρώπων, ἢ διὰ φύσιν, ἢ διὰ ἡλικίαν, ὠφελιμώτερον οἴνου, ποτὸν ὕδωρ ἐστὶν, εἰ δέ ποτε καὶ δεηθεῖεν οἴνου, τόν τε λεπτὸν, καὶ μετρίως αὐστηρὸν αὐτοῖς διδόναι. κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν τρόπον, ἐπὶ πάντων ἐδεσμάτων τε καὶ πομάτων, οὐχ ἁπλῶς ἑκάστῳ χρῆσθαι βέλτιον, ἀλλὰ μετὰ τοῦ διορίσασθαι τὰς φύσεις τῶν χρησομένων. ἔστι δὲ μεγίστη

C μὲν ἐν τοῖς οἴνοις διαφορὰ, κατ' εἴδη σκοπουμένων ἡμῶν, ὡς διήρηται βραχεῖα δ' ἐν τοῖς ἄλλοις, οὐ γὰρ ἂν εὕροις ποτὲ φακῆν, ἢ κράμβην ὑγραίνουσαν, ἀλλ' ἧττον μὲν ἑτέραν ξηραίνουσαν, ὑγραίνουσαν δ' οὐδεμίαν. ἔτι δὲ μᾶλλον οὐκ ἂν εὕροις τι γένος κρομμύων, ἢ πράσων, ἢ σκορόδων ψῦχον, ἀλλ' ἧττόν τε, καὶ μᾶλλον θερμαῖνον. οὐκ οὖν οὐδὲ θριδακίνην θερμαίνουσαν, οὐδ' ἀτράφαξιν, ἢ βλίτον, ἢ ἀνδράχνην, ἀλλὰ μὴν οὐδὲ τὸ μᾶλλον, καὶ ἧττον ἐν αὐτοῖς μεγάλην ἔχει διαφοράν. ἐπὶ δὲ τῶν οἴνων, ὁ παλαιότατος, ὃν ἔφθην ὑπὸ Ῥωμαίων ὀνομάζεσθαι κέκουβον, εἰς τοσοῦτον τοῦ λευκοῦ τε ἅμα καὶ αὐστη-

Γ ροῦ, καὶ νέου διενήνοχε, καὶ παχέος οἴνου, ὡς τὸν μὲν, ἱκανώτατα θερμαίνειν, τὸν δὲ ψύχειν αἰσθητῶς.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΒ'.

Περὶ μέλιτός τε καὶ ὀξυμέλιτος, καὶ τῆς τούτου ἔν τισι χρείας.

ΟΥκ ὀλίγη δ' ἐστὶ, καὶ κατὰ τὸ μέλι διαφορὰ, τό γε μὴν μοχθηρὸν, ὡς ἢ τι δυσῶδες ὑπάρχειν, ἢ γευόμενον ἄλλην τινὰ ἐμφαίνειν ποιότητα μεμιγμένην, οὐδὲ μέλι τὸ

E τοιοῦτο. τοῦ δ' ἀμέμπτου μέλιτος, αἱ διαφοραὶ κατὰ τὸ μᾶλλόν τε καὶ ἧττον, ἐν γλυκύτητι καὶ δριμύτητι τυγχάνουσιν οὖσαι, τοῦ γλυκυτάτου τε καὶ δριμυτάτου, εἰς ἄκρον ἥκοντος ἀρετῆς. ἀλλὰ τῷ γε θερμὸν εἶναι τῇ δυνάμει πᾶν, εἰς χολὴν μεταβάλλεσθαι ἑτοίμως ἐν τοῖς θερμοῖς σώμασι κοινὸν αὐτῷ ἐστι. καὶ διὰ τοῦτο χρήσιμον ἔδεσμα φύσεσι μὲν φλεγματικωτέραις, ἡλικίαις δὲ πρεσβυτικαῖς, ὥσπερ γε καὶ νοσήμασι ψυχροῖς. ὀξύμελι γε μὴν, χρησιμώτατον ἁπάσαις ταῖς ἡλικίαις τε, καὶ φύσεσιν εἰς ὑγιείνην ἀσφάλειαν, ἐκφράττον ἁπάσας τὰς στενὰς διεξόδους, ὡς μηδαμόθι παχὺν, ἢ κολλώδη χυμὸν ἴσχεσθαι. διὰ τοῦτό γ' ἔτι καὶ τὰ καλούμενα

F πρὸς τῶν ἰατρῶν ὑγιεινὰ φάρμακα, τῆς λεπτυνούσης ἅπαντά ἐστι δυνάμεως, ἀσφαλέστερα μὲν εἰς ὑγιείας φυλακὴν ἡ τοιαύτη τῆς παχυνούσης, εὐεξίαν δὲ καὶ ῥώμην ἀδύνατος ἐργάζεσθαι. βούλονται δ' ἔνιοι σφαλερῶς ὑγιαίνειν μᾶλλον εὐεκτοῦντες, ἢ βεβαίαν ὑγείαν κεκτῆσθαι, διὰ παντὸς ἰσχνοὶ καὶ ἀσθενεῖς ὄντες.

ἀλλὰ τούτων δ' αὐτῶν, ὅσοι σὺν εὐεξίᾳ, καὶ ῥώμῃ τὴν ὑγίειαν ἔχειν ἐθέλουσιν, ἔνιοι μὲν ἑαυτοῖς σχολάζουσιν, ἔνιοι δὲ στρατιωτικὸν ἐπανῄρηνται βίον, ἀναγκαζόμενοι καὶ νύκτωρ ἀνίστασθαι, καὶ δι' ὅλης ἡμέρας ἀναγκαίαις πράξεσι καὶ μυρίαις δουλεύοντες, ὧν τὸ πρὸ τοῦ βαλανείου γυμνάσιον, οἷς γε δὴ δυνατὸν ἴσχειν, κἂν τούτῳ τὸ καλούμενον ὑπὸ τῶν γυμναστικῶν ἀποθεραπευτικόν, οἱ πολλοὶ δὲ δι' ἀσχολίαν, οὐδὲ τούτῳ χρῆσθαι δύνανται. τούτοις οὖν ὑγιαίνειν ἀδύνατον διαπαντός, κἂν σωφρόνως διαιτῶνται. οἱ δὲ ἐφ' ὅσον ἐγχωρεῖ τὰ δέοντα πράττοντες, ὀλιγάκις νοσήσουσιν. ἀπέχεσθαι μὲν οὖν αὐτοῖς ἀναγκαῖόν ἐστι τῶν πολυτρόφων ἐδεσμάτων, ἃ παχεῖς γεννᾷ χυμούς. ἀλλὰ μετρίως γε τοῦτο πρακτέον. ἐν ἐκείνοις τε τοῖς καιροῖς ὁπότε σαφῶς ἐνδείας αἰσθάνονται. τὸν δὲ ἄλλον χρόνον ἅπαντα, τοῖς μέσοις ἐδέσμασι, τῶν ὀλιγοτρόφων καὶ πολυτρόφων χρηστέον.

A Ex iis qui cum bona vnà habitudine, ac robore sani esse student, alij sibi ipsis viuunt, alij militarem, aut ciuilem vitam ingressi, noctu surgere coguntur, totámque diem necessariis negotiis obeundis defatigari; qui si modò possint, ante balneum exercere se debent; túncque exercitationis parte ea vti, quam gymnastici apotherapiam nominant; multis tamen ob negotia ne hanc quidem adhibuisse vacat, qui vt perpetuò incolumes persistent, fieri non potest quantumuis frugali victu vtantur. Qui verò quæ debent, quoad eius fieri potest, exequuntur, raro ægrotant, hi planè cibos attingant necesse est alimento multo præditos, qui B humores crassos gignunt, id quod moderatè certè faciendum eóque tempore opportunè, quum manifestò indigentiam sentiunt, reliquo tempore vniuerso cibis vtendum inter eos, qui valenter parúmque nutriunt, mediis.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΓ'.

Ὅπως χρὴ τοῖς διαφόροις ἐν τῇ τοῦ σώματος θερμασίᾳ ἀνάψυξιν ζητῆσαι, καὶ περὶ χιόνος τῆς πρὸς ταῦτα χρείας.

Ἀφεκτέον μὲν ἀεὶ τῶν κακοχύμων, πλὴν εἴποτε δέοι C κάμνοντας ὥρᾳ θέρους θεραπεύεσθαι τήν γε ξηρότητα, καὶ τὴν θερμασίαν ὅλου τοῦ σώματος, ἐπιτήδεια γὰρ ἐν ἐκείνῳ τῷ καιρῷ, καὶ μῆλα, καὶ κοκκύμηλα, καὶ μόρα, καὶ κεράσια προσληφθέντα. καὶ σικύου δὲ καὶ πέπονος, οὐ πολὺ προσενέγκασθαι τηνικαῦτα, καὶ μηλοπέπονος. ἔτι τε τῶν πραικοκκίων ὀνομαζομένων, ἢ περσικῶν ἐγχωρεῖ, καθάπερ γε καὶ τῆς καλουμένης παρὰ Ῥωμαίοις μέλκης, ἐψυγμένης, ἀφρογάλακτός τε, καὶ τῶν διὰ γάλακτος ἐδεσμάτων. ὁποῖόν ἐστι καὶ τὸ καλούμενον ἀρτότρεφημα, καὶ σῦκα δὲ ὁμοίως ψυχρά, καὶ κολόκυνθαι τοῖς οὕτω διακειμένοις ἐπιτήδειοι. σωφρονοῦσιν δ' ἀσκῶν ἄνθρωπος, ἑτέρῳ τρόπῳ τὸν περὶ τοῖς D εἰρημένοις καμάτοις αὐχμὸν τοῦ σώματος, ὑγραίνειν τε καὶ ψύχειν δύναται. προσαγόμενος γὰρ ἀπὸ τοῦ βαλανείου, καὶ προπιὼν ὕδατος μὲν πρῶτον, εἶτ' οἴνου μετρίως ὑδαροῦς. ἐμέσας τε πᾶν ὃ ἔπιε, θριδακίνης μὲν πρῶτον ἀβλαβοῦς τε ἅμα, καὶ ψύχοντος λαχάνου προσενέγκασθαι δύναται. μετὰ ταῦτα δὲ δι' ὄξους τε, καὶ γάρου, ποδὸς ὑείου καλῶς ἑψημένου, καὶ πτερῶν ἀλεκτορίδος, ἢ χηνὸς, ἢ καὶ τῆς γαστρὸς αὐτοῦ, καί τινος ἰχθύος τηγανιστοῦ τῶν ἁπαλοσάρκων. εἰ δὲ βούλοιτο καὶ λαχανῶδους τινὸς ἅψασθαι, τῶν μὴ κακοχύμων, ὁποῖόν ἐστι μαλάχη τε καὶ κολόκυνθα, μετὰ ταῦτα δὲ E πίνειν οἶνον, ὕδατι ψυχρῷ πάνυ κεκραμένον. ἅπτεσθαι δὲ καὶ ταρίχου πρὸ τούτου, καὶ τῶν ὀνομαζομένων τρομητῶν ᾠῶν, ἰχθύων δὲ δι' ἐλαίου καὶ γάρου λαμβανομένων ἐγχωρεῖ. βέλτιον γὰρ, ὡς ἔφην, ὕδατι ψυχρῷ τὴν ξηρὰν θερμότητα τοῦ σώματος ἰάσασθαι, φεύγοντας ἀεὶ τὰ κακόχυμα τῶν ἐδεσμάτων. καὶ χόνδρος δὲ ψυχρὸς ἐξ οἰνομέλιτος, καὶ οἴνου ψυχροῦ τὴν αὐτὴν τοῦ σώματος ἰᾶται διάθεσιν, αὐτὴν κακοχυμίας. ἐμοὶ δ' ἤρκεσε πολλάκις ἐν τοιαύτῃ διαθέσει γενομένῳ, πτισάνης χυλῷ χρήσασθαι καλῶς ἐψυγμένῳ, κατ' ἐκεῖνον F τὸν καιρὸν ἐν ᾧ μικρὸν ἔμπροσθεν ἔφην, ἐπιτηδείως ἄν τινα πίνειν ψυχρόν, ἄλλο δ' ἄλλῳ τὸ μέτρον ἔστω τοῦ ψύχοντος ἐδέσματός τε, καὶ πόματος, οἷς μὲν χρῆσθαι χιόνι συνήθες, ἐκείνῃ προψύχουσιν. οἷς δ' ἀπὸ πηγῆς ὕδατι προσφάτῳ, μηδὲν χιόνος δεομένοις. ἔστω δὲ ὁ κεραννύμενος οἶνος, ὡσαύτως

CAPVT XIII.

Quomodo in corporis squallore diuersis refrigeratio quærenda, déque niuis ad rem hanc vsu.

Semper tamen ab iis abstinendum qui succi C mali sunt; nisi si quando tamen necesse sit æstatis tempore laborantibus corporis totius squallorem caloremque curare. Quo planè tempore commodè sumi priùs poma possunt, & pruna, & mora, & cerasa; quin & cucumeris tunc, & peponis, & melopeponis, paululum assumi potest; déque præcociis, quæ vocant, aut Persicis; tum ex melca, quam sic Romani vocant, refrigerata, & aphrogalacte, lactariisque eduliis, cuiusmodi est, quod ἀρτότρεφημα vocant, eodemque modo ficus frigidæ, & cucurbitæ accommodæ sic affectis. Atqui temperatus homo aliter omni- D nò possit contractum ex prædictis laboribus corporis squallorem refrigerare, atque humectare; is enim à balneo epota prius aqua, deinde etiam vino mediocriter aquoso, tum potione hac omni vomitione reiecta, assumere prius lactucam poterit, olus innoxium iuxta, ac refrigerans; tum deinde suillum pedem ex aceto, & garo bene elixum, gallinarúmque alas, aut anseris huiusque etiam ventrem, pisciumque molli carne præditorum frictum aliquem. Possit idem, si velit, ex oleraceis quoque nonnulla attingere; quæ succi non mali sint, qualis est malua, E & cucurbita; mox vinum bibere frigida valdè dilutum, atque etiam antea salsamentum degustare, ouáque tremula, quæ vocant, ac pisces, ex oleo, & garo qui sumuntur, præstat enim (sicuti diximus) aridam corporis caliditatem frigida aqua curare, vitatis subinde cibis succo malo præditis. Etiam frigida alica ex mulso, & frigido vino eidem corporis affectui remedio est, siue cacochymia. Mihi certè ipsi satis plerúmque fecit in affectu huiusmodi, ptisanæ cremoris bene refrigerati vsus, quo tempore paulò ante dicebam frigidam F potari commodè posse. Neque vnus tamen sit vnicuique refrigerantis cibi, potúsque modus; quibus quidem niue vti mos fuit consueuerunt, hac ipsa refrigerent ante; qui verò fontana, eadem hac recenti aqua vtantur; nulla niuis necessitate. Sit porrò dilutum quoque vinum ad hunc modum ante

refrigeratum, sic namque vocare medici solent vina ita gelidissima aqua refrigerata, vase videlicet, quo vinum continetur, in aquam demisso. Atque hæc ego iis consulo, qui vitam negotiis plenam degunt, cuiusmodi sunt, qui gentibus, ac ciuitatibus regendis præsunt, horúmque in primis ministri: nec sanè minus qui militiam exercent, aut iter longinquum ingrediuntur. At quicunque negotiis his soluti degunt, iis si quidem, vt soliti sunt, se exerceant, perquam raro frigidæ vsus necessarius fuerit: quod si sese non exerceant, ac caloris multum persentiant æstate vigente, tutò ij fontanam biberint repudiata niue. Nam tametsi ipsa statim nix noxa sensibili non videatur iuuenum corporibus officere, increscente tamen temporis processu occultò paulatim noxa, vergente nempe ætate, articuli his, neruique ac viscera morbis corripiuntur vix aut nunquam sanandis; ac verisimile certè fit vt vnicuique ea potissimùm corporis pars afficiatur, quæ natura omnium maximè fuerit imbecilla.

A περιεψυγμένος. οὕτως γὰρ ὀνομάζειν ἔθος ἐστὶ τοῖς ἰατροῖς, τοὺς ἐν ὕδατι ψυχροτάτῳ περιεψυγμένους, ἀγγείου δηλονότι τὸν οἶνον ἔχοντος ἐνισταμένου τῷ ὕδατι. ταῦτα μὲν οὖν ὑποτίθεμαι τοῖς ᾑρημένοις βίον ἐν ἀσχολίᾳ, καθάπερ οἱ διοικοῦντες ἔθνη καὶ πόλεις, ἔτι τε μᾶλλον οἱ τούτων ὑπηρέται, καὶ τούτων οὐδὲν ἧττον, ὅσοι κατὰ πόλεμον, ἢ ἐν ὁδοιπορίαις μακραῖς διατρίβουσιν. ὅσοι δὲ ἐλεύθεροι τῆς τοιαύτης ἀσχολίας, εἰ μὲν ἔθος ἔχοιεν γυμνάζεσθαι, σπανιώτατα δεήσονται πόσεως ψυχροῦ. μὴ γυμναζόμενοι δὲ θέρους ὥρᾳ ἀκμαίου, θερμότητος αἰσθανόμενοι πολλῆς, ἀβλαβῶς ἂν ἀπὸ πηγῆς πίνοιεν ἀπεχόμενοι χιόνος. εἰ γὰρ καὶ παραχρῆμα τὰ νέα τῶν B σωμάτων οὐδὲν αἰσθητὸν ἡ χιὼν φαίνοιτο βλάπτουσα, λεληθότως γοῦν κατὰ βραχὺ τῆς βλάβης αὐξανομένης, ἐπὶ προήκοντι τῷ χρόνῳ παρακμαζούσης γε τῆς ἡλικίας, ἀνίατά τε καὶ δυσίατα αὐτοῖς νοσήματα γίνεται, κατ' ἄρθρα, καὶ νεῦρα, καὶ σπλάγχνα. πάντων δὲ εἰκὸς ἑκάστῳ τῶν βλαπτόντων ἐκεῖνο τὸ μέρος τοῦ σώματος, ὅπερ ἀσθενέστατον ᾖ φύσει.

CAPVT XIV.

Cruditatis incommoda: quique ex variis succis affectus gignantur.

Maximè autem ad succi mali morborúmque generationem facit cruditas assidua, siue ea boni, siue mali succi cibos sequatur, liquet tamen deteriorem esse in mali succi cibis. Qui quum bipartiti sint, in iis, qui succum gignunt tenuem, morbi fiunt acuti cum malignis vnà febribus, sin autem in partem vnam aliquando decumbat succus malus, tum erysipelata, tum herpetes, & si quis alius præterea est calidus ita affectus: in iis verò, qui crassum succum creant, articulares morbi, podagræ, nephritides, asthmata, lienisque ac iecoris scirrhosi affectus. At quorum succus malus melancholicus fuerit, cancri his, & lepræ, & psoræ, & quartanæ febres, & melancholiæ, & decolorationes accidunt nigræ cum lienis vnà tumore non dissimili, quin & nigras plerisque varices, & hæmorrhoidas, attulit huiuscemodi succus, affectus verò ex succorum variorum commixtione herpetas faciunt, vlceraque quæ phagedænica vocant, malignaque omnia, acutas febres, quæ ab intermissione reuertuntur, sic vt iterum tempore producantur.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΔ'.

Αἱ βλάβαι τῆς ἀπεψίας· καὶ τίνες ἐκ τῶν διαφόρων χυμῶν γίνονται διαθέσεις.

C Μέγιστον δὴ εἴς τε κακοχυμίαν, καὶ νόσον ἐστὶν ἀπεψία συνεχής, ἐάν τ' ἐπ' εὐχύμοις, ἐάν τε ἐπὶ κακοχύμοις ἐδέσμασι γίγνηται. πρόδηλον δὴ ὅτι πολὺ χεῖρον, ἢ ἐπὶ τοῖς κακοχύμοις. διττῶν δὴ ὄντων αὐτῶν, ἐπὶ μὲν τοῖς τὸν λεπτὸν γεννῶσι χυμὸν, ὀξέα νοσήματα γίνεται, μετὰ κακοήθων πυρετῶν. εἰ δὲ εἰς ἓν μόριον ἀποσκήψειεν ἡ κακοχυμία, τά τ' ἐρυσιπέλατα, καὶ οἱ ἕρπητες, εἴτε τι θερμὸν οὕτω πάθος ἄλλο. ἐπὶ μὲν τοῖς τὸν παχὺν, ἀρθρίτιδες, καὶ ποδάγραι, καὶ νεφρίτιδες, ἄσθματά τε, καὶ σπληνὸς, καὶ ἥπατος σκιρρώδεις διαθέσεις. οἷς δὲ ἡ κακοχυμία μελαγχολική, καρκίνοι, καὶ λέπραι, καὶ ψῶραι, καὶ πυρετοὶ τεταρταῖοι, καὶ μελαγχολίαι, D κακόχροιαί τε μέλαιναι, μετὰ σπληνὸς ὄγκου παραπλησίου συμπίπτουσι, καὶ κιρσοὶ μέλανες αἱμορροΐδες τε πολλοῖς ἐγένοντο, διὰ τοιοῦτον χυμόν. αἱ δὲ ἐπίμικτοι διὰ πλειόνων χυμῶν διαθέσεις, ἕρπητάς τε καὶ τὰ καλούμενα φαγεδαινικὰ τῶν ἑλκῶν, εἴτε τὰ κακοήθη πάντα, καὶ πυρετοὺς ὀξεῖς ὑποστροφὰς ἐπιφέροντας, ὡς εἰς χρόνον αὖθις ἐμπίπτειν, ἀπεργάζονται.



ΓΑΛΗΝΟΥ ΔΙΑΘΗΚΗ ΠΕΡΙ ΤΗΣ ΤΟΥ ΑΝΘΡΩΠΕΙΟΥ ΣΩΜΑΤΟΣ ΚΑΤΑΣΚΕΥΗΣ· ΠΕΡΙ ΤΗΣ ΘΕΣΣΑΡΩΝ τῶν ὡρῶν τε, καὶ ιβʹ. μηνῶν διαίτης.

PRAECEPTVM GALENI DE HVMANI CORPORIS CONSTITVTIONE; DE DIÆTA QVATVOR ANNI TEMPESTATVM & duodecim mensium.



ΕΓΩ Γαληνὸς πεπειραμένος πάνυ τῶν ἀνθρώπων ἤθοις, φημὶ δὴ πᾶσι τοῖς θέλουσιν εὖ διάγειν περὶ τῆς αὑτῶν ὑγείας. Ὅλος ὁ ἄνθρωπός ἐστι ζῶον λογικὸν, θνητὸν, νοῦ καὶ ἐπιστήμης δεκτικὸν, ἀρετῶν ποικιλίας κοσμούμενον, ἔχει μέρη πέντε· κεφαλὴν, δύο χεῖρας, δύο πόδας· στοιχεῖα ιβʹ. κορυφὴν, ὦτα, ὀφθαλμοὺς, ῥῖνας, στόμα, τράχηλον, μαστοὺς, χεῖρας, ὀμφαλὸν, σῶμα, γόνατα, καὶ πόδας. ἔχει δὲ καὶ αἰσθήσεις πέντε, ὅρασιν, ὄσφρησιν, ἀκοὴν, γεῦσιν, καὶ ἁφήν. ἀσθενείας πολλὰς, ὑγείαν μίαν. ἔχει οὖν αὐτὸς στοιχεῖα δʹ. ἔαρ, θέρος, φθινόπωρον, καὶ χειμῶνα. A B

ΕΑΡ.

ΚΑὶ τὸ μὲν ἔαρ ἐστὶν, ἀπὸ τῆς κεʹ. τοῦ Μαρτίου μηνὸς, ἄχρι τῆς κδʹ. τοῦ Ιουνίου μηνός. ἐν ταύταις ταῖς ἡμέραις πλεονάζει τὸ αἷμα ἐν τοῖς ἀνθρώποις. καὶ χρὴ τοὺς ὑγιαίνοντας φλεβοτομεῖν μικρὸν, καὶ καθαίρεσθαι, καὶ ἀποκενοῦσθαι μικρὸν τῆς χολῆς, καὶ τοῦ φλέγματος· ἵνα μὴ περιπέσωσι πρὸς ἀσθένειαν. Τροφὴ δὲ ἔστω τὰ θερμὰ λάχανα. κόρον ἰχθύων φεῦγε, καὶ οἶνον ψυχρὸν, καὶ βραδέος δείπνου ἀπέχου. C

ΘΕΡΟΣ.

ΤΟ δὲ θέρος ἄρχεται ἀπὸ τῆς κδʹ. τοῦ Ιουνίου, ἕως τῆς κβʹ. τοῦ Σεπτεμβρίου μηνός. ἐν ταύταις ταῖς ἡμέραις πλεονάζει ἡ ξανθὴ χολή, καὶ χρὴ τοὺς ὑγιαίνοντας ἀναπαύειν τὰ ἑαυτῶν σώματα, καὶ μὴ κοπιᾶν πολλὰ, μήτε στυγνάζεσθαι ἀκαίρως, μήτε ἐσθίειν πολλὰ, μᾶλλον δὲ πίνειν, καὶ καταψυχραίνειν τὰ ἑαυτῶν σώματα διὰ τῆς πόσεως τῶν ψυχρῶν ὑδάτων, καὶ καταβιβρώσκειν τὴν ὀπώραν· πάντων δὲ τῶν δριμέων, καὶ θερμῶν ἀπέχεσθαι οἷον εὐζώμου, κρομμύων, πεπόνων δὲ συμμέτρως μεταλαμβάνειν, μηδὲ βραδέως δειπνεῖν· χρῆσθαι δὲ καὶ ἰχθύσι ψυχροῖς· καθάρσεως



EGO Galenus hominum mores admodum expertus, omnibus certè prosperam vitam degere volentibus hæc de ipsorum sanitate profero. Vniuersus homo animal est rationale, mortale, tum intelligentiæ, tum scientiæ capax, variis virtutibus adornatum, quod quinque partes habet, caput, duos manus, duos pedes; elementa duodecim, verticem, aures, oculos, nares, os, ceruicem, mammas, manus, vmbilicum, corpus, genua, pedes. Habet autem & sensus quinque, visum, odoratum, auditum, gustum & tactum; infirmitates multas, sanitatem vnam. Is itaque quatuor habet elementa, ver, æstatem, autumnum & hyemem.

VER.

VEr equidem est *tempestas anni*, quæ à 25. die Martij mensis adusque 24. Iunij mensis *excurrit*. Hisce diebus abundat sanguis in hominibus. Ac tum sanis degentibus venam secare parum oportet, eosque purgare, ac parum bilis ac pituitæ euacuare ne in morbum ipsi incidant. Iis autem alimenta sunt calida olera. Piscium fuge satietatem, & vinum frigidum, serámque cœnam effuge.

ÆSTAS.

AEstas incipit à 24. Iunij, & adusque 25. Septembris mensis procedit. Hisce diebus abundat flaua bilis; ac tum sanos suis ipsorum corporibus quiescere oportet, neque multùm laborare, neque intempestiuè molestia vinci; neque multa edere, sed magis bibere, & refrigerare sua ipsorum corpora frigidarum aquarum potione, & fructus exedere; sed omnia acria & calida vitare veluti erucas, & cæpas; pepones autem moderatè assumere, neque tardè cœnare; vti verò piscibus frigidis. At purgationem, &

&phlebetomiam, & aliam omnem vacuationem effugere. Hæc enim intelligere volentibus sufficiunt.

A δὲ καὶ φλεβοτομίας, καὶ πάσης ἑτέρας κενώσεως ἀποφεύγειν. ἀρκεῖ γὰρ καὶ ταῦτα τοῖς ἀκούειν ἐθέλουσιν.

AVTVMNVS.

EXorditur autumnus die 24. mensis Septembris; & 24. Decembris desinit. Hic autem longè inordinatior est in eos qui inordinatè voluptatibus indulgent, & insalubrius admodum degunt; oportétque cum omni diligentia satietate, & frigidis aquis abstinere, multorúmque fructuum autumnalium vsum auersari; matutina frigora deuitare, quòd morbos corpori aduehant; nec ob æstum vestes exuere; cauere ab ira, bile, & variorum eduliorum multitudine, declinante luna parum venam secare, & purgare, exuperat enim atra bilis in hominibus, quæ morbos excitat.

ΜΕΤΟΠΩΡΟΝ.

ΑΠὸ δὲ τῆς κδ΄. τοῦ Σεπτεμβρίου μηνὸς ἄρχεται τὸ μετόπωρον, καὶ καταλήγει τῇ κδ΄. τοῦ Δεκεμβρίου. ἔστι δὲ τοῦτο μᾶλλον ἀτακτότερον εἰς τοὺς ἀτάκτως εὐφραινομένους, καὶ νοσωδεστέρους πάνυ· καὶ δεῖ μετὰ πάσης ἀκριβείας ἀπέχειν τῆς πλησμονῆς, καὶ τῶν ψυχρῶν ὑδάτων, καὶ πολλῶν ὀπωρῶν ἀποφυλάττειν χρήσεως· τὰς πρωϊνὰς ψυχρότητας
B ἀσφαλίζειν διὰ τὸ μὴ τραχηλιάν τὴν ἀσθένειαν ἐν τῷ σώματι, καὶ μὴ ἀποδύειν διὰ τὸ καῦμα· προφυλάττεσθαι δὲ ἀπὸ θυμοῦ, καὶ χολῆς, καὶ πλήθους παντοίων βρωμάτων. φλεβοτομεῖσθαι δὲ καὶ καθαίρεσθαι ὀλίγον ληγούσης τῆς σελήνης· πλεονάζει γὰρ ἐν τοῖς ἀνθρώποις ἡ μέλαινα χολή, καὶ ἐγείρει νόσους.

HYEMS.

A 24. die Decembris adusque 24. mensis Martij hyemis tempestas existit. Hisce itaque diebus exuperat pituita, humidæque fluxiones propter ipsum frigus. Atque qui sani sunt, eos oportet acria olera, vt raphanos, cæpas, allia, porros, & piper comedere; bibere autem decoctum cum melle & pauco condimento. Piscium verò limosorum saturitatem, similiter & olerum, ac cœnam tardam fugere. Hæc enim ad sanitatem probè vtentibus sufficiunt.

ΧΕΙΜΩΝ.

ΑΠὸ δὲ τῆς κδ΄. τοῦ Δεκεμβρίου ἄχρι τῆς κδ΄. τοῦ Μαρτίου μηνὸς, καιρὸς τοῦ χειμῶνός ἐστι. πλεονάζει ἐν ταύταις οὖν ταῖς ἡμέραις τὸ φλέγμα, καὶ τὰ ὑγρὰ ῥεύματα
C τὰ διὰ αὐτὸ ψῦχος· καὶ χρὴ τοὺς ὑγιαίνοντας λάχανα ἐσθίειν τῶν δριμέων οἷον ῥαφανίδας, κρόμμυα, σκόρδα, πράσα, πέπερι· πίνειν δὲ καὶ ζέμα μετὰ μέλιτος, καὶ ἀρτύματος ὀλίγου· ἀπέχεσθαι δὲ πλησμονῆς ἰχθύων ἰλυωδῶν, καὶ λαχάνων ὁμοίως, καὶ βραδέος δείπνου· ἀρκεῖ γὰρ καὶ ταῦτα πρὸς ὑγείαν τοῖς σώμασι τοῖς καλῶς χρωμένοις.

De diæta duodecim mensium.

Περὶ τῆς διαίτης τῶν ιβ΄. μηνῶν.

I.

Mense Ianuario, à vigesimo quinto mensis Decembris exordium hyemis adauget dies, augétque pituitam humidam in hominum corporibus. Bonum igitur est eduliis calidis, dulcibus, & suaueolentibus, non admodum acribus vesci propter motum pituitæ.

Α΄.

D Μηνὶ Ἰανουαρίῳ, ἀπὸ τῆς κε΄. τοῦ Δεκεμβρίου μηνὸς ἀρχὴν τοῦ χειμῶνος αὔξει ἡ ἡμέρα, καὶ αὔξει τὸ φλέγμα τὸ ὑγρὸν εἰς τὸ σῶμα τοῦ ἀνθρώπου. καλὸν οὖν ἐστιν ἐσθίειν φάγια θερμὰ, καὶ γλυκέα, καὶ εὔοσμα, μὴ πάνυ δριμέα διὰ τὴν τοῦ φλέγματος κίνησιν.

II.

Mense Februario seram cœnam, vinúmque frigidum fuge. Betas ad cibum edere nolo, quæ virus generant. Hydragogis purgandum. Si enim hæc effeceris, magnopere iuuaberis.

Β΄.

Μηνὶ Φεβρουαρίῳ, βραδέος δείπνου ἀπέχου, καὶ οἴνου ψυχροῦ· σεῦτλα πρὸς ἐσθίασιν, οὐ τρώγειν θέλω ἰοῦ γεννῶντα. φαρμακουργοῦ τῆς ὕδρας, τοῦτο γὰρ ποιῶν μεγάλως ὠφεληθείσῃ.

III.

Mense Martio parum venam seca; ab oleribus & aceto abstine, & frigido vino; cibos dulces ede; & dulcia bibe.

Γ΄.

E Μηνὶ Μαρτίῳ, μικρὸν φλεβοτόμει, λαχάνων, καὶ ὄξους ἀπέχου, καὶ ψυχροῦ οἴνου· γλυκοτρώγει, καὶ γλυκοπότει.

IV.

Mense Aprili tum à cœna, tum ab aquis abstine; amplius autem dico, radiculas omnibus fugiendas esse, quæ tum virus, tum melancholicam læsionem gignunt.

Δ΄.

Μηνὶ Απριλλίῳ δείπνου, καὶ ὑδάτων ἀπέχου, πλέον δὲ λέγω φεύγειν πᾶσι τὰς ῥαφανίδας ἰοῦ γεννώσας τῆς μελαγχόλου βλάβης.

V.

Mense Maio, in eiusmodi diebus à sera cœna, & vino frigido abstine.

Ε΄.

F Μηνὶ Μαΐῳ, ἐν ταύταις ταῖς ἡμέραις βραδέος δείπνου, καὶ ψυχροῦ οἴνου ἀπέχου.

VI.

Mense Iunio, hoc mense propter bilem manè ieiunus paucam aquam sume.

ϛ΄.

Μηνὶ Ἰουνίῳ, ἐν τούτῳ τῷ μηνὶ μεταλάμβανε πρωΐας νήστεις ὀλίγου ὕδατος διὰ τὴν χολήν.

A

Ζ'.

Μηνὶ Ἰουλίῳ, ἀπέχου ἀφροδισίων, ῥάγδων, λαχάνων, καὶ πλήθους οἴνου· κωλύουσι γὰρ ταῦτα τῷ σώματι, καὶ ἐγείρουσι νόσους.

VII.

Mense Iulio, à venereis vehementibus exercitiis, oleribus, vinique copia abstineto; hæc enim corpori obsunt, morbosque concitant.

Η'.

Μηνὶ Αὐγούστῳ ψυχρὰ ὕδατα μὴ πίνε, πέπονας συμμέτρως ἐσθίειν, ὅτι χολὴν γεννῶσι. Καὶ ταῦτα μὲν περὶ ὑγιεινῆς διαίτης ἡ τοιαύτη πραγματεία.

VIII.

Mense Augusto, ne frigidam aquam bibas; pepones moderatè edas, quia bilem procreant. Atque hæc quidem de salubri diæta eiusmodi tractatio.

Θ'.

Τοῖς δὲ νοσοῦσι διαφόρως, λέγω κρεωφαγεῖν καὶ φλεβοτομεῖν μικρὸν κατὰ τὸν Σεπτέμβριον. B

IX.

Mense verò Septembri variè laborantibus iubeo carnes edere, parúmque venam secare.

Ι'.

Κατὰ τὸν Ὀκτώβριον, ἀπέχεσθαι κράμβης, κρομμύων, γάρους, παστοῦ, καὶ οἴνου θολοῦ.

X.

Mense Octobri brassicam, cæpas, garum, vinum turbidum fuge.

ΙΑ'.

Κατὰ τὸν Νοέμβριον, ἀπέχεσθαι πολυλουσίας, ὅτι τοῦ ῥεύματος παρέξωσι τὴν αἰτίαν, καὶ τῇ κεφαλῇ παγκάκους ἀρρωστίας.

XI.

Mense Nouembri frequens balneum vitandum; propterea quod fluxionis causam concitat, capitique perniciosas infirmitates.

ΙΒ'. C

Κατὰ τὸν Δεκέμβριον βρῶμα μὲν δαψιλῶς φαγεῖν λέγω, κράμβην δὲ φεύγειν, τὴν μελάγχρουν μόνην.

XII.

Mense Decembri epulas quidem comedere consulo, brassicam verò atri coloris solam fugere.

Περὶ τῶν στοιχείων.

Σάρξ ἐστι στοιχείων συνδρομή· σάρξ ἐστιν οὐσία ῥευστὴ ἐξ αἵματος, καὶ φλέγματος, καὶ χολῆς, καὶ χυμοῦ συνισταμένης, ἤγουν ἐξ ἀέρος, καὶ γῆς, καὶ πυρὸς, καὶ ὕδατος· τουτέστιν ἐκ θερμοῦ, καὶ ψυχροῦ, καὶ ξηροῦ, καὶ ὑγροῦ. ὁ ἥλιος τὸ θερμὸν, καὶ ζωτικόν· ὁ ἀὴρ τὸ ψυχρόν· ἡ γῆ τὸ ξηρόν· τὸ ὕδωρ, τὸ ὑγρὸν στοιχεῖον τίκτει· στοιχεῖόν ἐστιν οὐσία ἁπλῆ, κτίσεως τετάρτη μοῖρα.

De Elementis.

Caro est elementorum concursus. Caro substantia est fluxilis ex sanguine, pituita, bile, & succo melancholico composita; videlicet ex aëre, terra, igne & aqua; hoc est, ex calido, frigido, humido & sicco. Sol tum calidum, tum viuificum, aër frigidum, terra siccum, aqua humidum est elementum. Elementum substantia simplex structuræ pars quarta.



ΙΠΠΟ-

ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ ΠΕΡΙ ΥΓΡΩΝ ΧΡΗΣΙΟΣ.

HIPPOCRATIS DE LIQVIDORVM VSV, LIBER.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΤΩΝ ΕΝ ΤΩι ΒΙΒΛΙΩι.

Αἱ τῶν θερμῶν τε, καὶ τῶν ψυχρῶν ὑδάτων, καὶ τοῦ θαλασσίου ὕδατός τε, καὶ οἴνου, καὶ ὄξεος ἐνέργειαι, καὶ δυνάμεις· καὶ τίνα τὰ μόρια τε, καὶ τίνες διαθέσεις τοῖς θερμοῖς μᾶλλον, ἢ τοῖς ψυχροῖς ἥδονταί τε, καὶ ἄχθονται.

ARGVMENTVM LIBRI.

Aquarum calidarum frigidarúmque, necnon maris aquæ, vini, acetique effectus & facultates; & quæ partes, & qui affectus calidis magis quàm frigidis delectentur, afficianturque.

CAPVT PRIMVM.

Aquæ poculentæ calidæ & frigidæ facultas & vsus.

AQVA poculenta, salsa, mare. Poculenta quidem ad officinam medicam optima. Ferramentis enim & æramentis optima, & plurimis inueteratis medicamentis cõmunissima. Verùm ad corpus nosse oportet quòd hæc aut humectat, aut refrigerat, aut calefacit. Alteri verò nulli vtilis aut noxia est poculenta. Vbi potabili modica cum spongia vteris, ad oculos est optima. Calidæ aspersione ipsa summa cutis exulceratur. Fotus corporis totius, aut partis. Cutis duræ emollitio, intensæ laxatio, neruorum, carnium, humorum sub cutem effusio, sudoris discessus. Prolutione humectare, velut nares, vesicã, flatus. Carne implere, attenuare, liquefacere, imminuere, colorem reuocare, colorem dissipare. Somnũ conciliat capiti affusa & aliis partibus. Conuulsiones, tetanos lenit; auris, oculorũ dolores obtundit; & quæ sunt eiuscemodi. Frigida calefacere, velut pixvlceribus, præterquam ex quibus sanguis effluit, aut effluxurus videtur, fractis, luxatis, reliquis quibus per lintea Medicus medetur, capitis grauitati. In vnoquoque quod moderatum, ne vltra nouimus explorare velut calidum corpori adhibitum, excessu in vtramque partẽ vitato, vt vtraque ex parte minimè aberret, qui coniecturã ex eo quod nocet, aut non iuuat sumpserit, velut in tepida. Iis enim quæ lædunt aut iuuant, & si sunt eiusmodi, eousque vti cõuenit, quoad iuuare vel lædere videantur. Madefactio itaq; debile quid est; refrigeratio verò &

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Α'.

A Ἡ ποτοῦ τοῦ ὕδατος θερμοῦ τε καὶ ψυχροῦ δύναμις, καὶ ἡ χρεία.

ΥΔΩΡ ποτὸν ἁλμυρὸν, θάλασσα. ποτὸν μὲν, κατ' ἰητρεῖον κράτιστον. καὶ γὰρ σιδηρείοισι, καὶ χαλκείοισι κράτιστον. καὶ φαρμάκοισι τοῖσι πλείστοισι παλαιουμένοισι κοινότατον. ἐς δὲ χρῶτα γνῶναι δεῖ, ὅτι τοῦτο, ἢ τέγγει, ἢ ψύχει, ἢ θερμαίνει, ἄλλῳ δὲ οὐδενὶ ὠφελέει, ἢ βλάπτει ποτόν. ὅπου ὀλίγου ποτοῦ σπόγγῳ χρήσῃ ἄριστον ὀφθαλμοῖσιν. αὐτὸ τὸ δέρμα ἐφήλκωται θερμοῦ αἰωνήσει. πυρίη τοῦ σώματος ἅπαντος, ἢ μέρεος· δέρματος σκληροῦ, μάλθαξις· συντεταμένου, χάλασις. νεύρων, B σαρκῶν ἐκχύμωσις. ἱδρῶτος ἄφοδος ὑγρῆναι προσκλύσει οἷ ῥῖνας, κύστιν, φύσας. σαρκῶσαι, ἁπαλῦναι, τῆξαι, μινυθῆσαι, χροιὴν ἀνακαλέσαι, χροιὴν ἀνασκεδάσαι. ὑπνικὸν καὶ κατὰ κεφαλῆς, καὶ ἄλλων. σπασμῶν, τετάνων παρηγορικόν. ὀδύνας κωφοῖ, ὠτὸς, ὀφθαλμῶν. ὅσα τοιαῦτα, τὰ ψυχρὰ, θερμαίνει, οἷ πίσσα ἕλκεσιν, πλὴν τοῖσιν αἱμοῤῥαγεῖσιν, ἢ μέλλουσι, κατήγμασιν, ἐκπτώμασι, τοῖσιν ἄλλοισιν, οἷσιν αἱ ὀθόνια ἰητρὸς, καρηβαρίη. τὸ μέτριον ἑκάστῳ μὴ πορέσαι, οἴδαμεν βασανίζειν, οἷ τὸ θερμὸν τῷ χρωτὶ ἐξ ὑπερβολῆς ἐφ' ἑκάτερα, ὡς ἀμφοῖν μὴ ἁμαρτάνῃ, σημαινόμενος τῇσι βλάβῃσι, ἢ τῇσιν ὠφελείῃσι, οἷ χλιαροῦ. δεῖ γὰρ τῇσιν βλάβῃσιν, ἢ τῇσιν ὠφελείῃσιν· κἂν ὦσι, χρῆσθαι μέχρι τοῦ ὠφελέοντος, ἢ μέχρι τοῦ βλάπτοντος. τέγξις μὲν οὖν, ἀσθενές· ψύξις δὲ καὶ

θάλψις, ἰσχυρὸν, ὡς ἐξ ἡλίου. τὸ δὲ ψυχρὸν, θερμὸν ἐὸν, ὡς ποτὸν ἀσθενέοντι. ἀλλὰ τὸ μὲν θερμὸν, μὴ πρόσω χέειν, κρίνει δ' αὐτὸς, πλὴν τοῖσιν ἀφώνοισιν, ἢ παραπληγικοῖσιν, ἢ ναρκωμένοισιν, ἢ οἷα ἐπὶ τρώμασι, κατεψυγμένοισιν, ἢ ὑπερωδυνέουσι. τούτοισι δὲ ἀναίσθητα. λάθοις γὰρ ἂν καταχαύσας, καὶ τὰ ἐκπτώματα δὲ τὰ βαθέα, καὶ τὰ μεγάλα. ἤδη δὲ πόδες ἀπέπεσον καταψυχθέντες, ἐκ καταχύσιος θερμοῦ. ἀλλὰ τούτοισιν ὁ τοῦ καταχέοντος χρὼς, κριτής· καὶ ψυχροῦ δὲ ὡσαύτως. τούτων δ' αὐτῶν τὸ ὀλίγον ἑκάτερον, ἀσθενές· τὸ δὲ πολὺ, ἰσχυρόν. ἀλλὰ μὴν ἐὰν μέχρι γένηται οὗ ἕνεκα ποιέεται· τὸ ἔσχατον προπαύειν, πρὶν γενέσθαι.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Β'.

Περὶ τῆς τοῦ θερμοῦ τε, καὶ τοῦ ψυχροῦ ὕδατος χρείας· καὶ τίνα ἀμφότερον ὠφελεῖ τε, καὶ βλάπτει μόρια· καὶ τίνας τὰς διαθέσεις ποιεῖ τε, καὶ παύει.

ΤΟύτων δὲ ἑκάτερον βλάπτει. βλάπτει δὲ ταῦτα, τὸ θερμὸν πλέον, χρεομένοισι· σαρκῶν ἐκθήλυνσιν, νεύρων ἀκράτειαν, γνώμης νάρκωσιν, αἱμοῤῥαγίας, λειποθυμίας, ταῦτα ἐς θάνατον. τὸ δὲ ψυχρὸν, σπασμοὺς, τετάνους, μελασμοὺς, ῥίγεα πυρετώδεα· αἱ μὲν μετριότητες ἐκ τούτων· τὰ δ' ἄλλα βλάπτει, καὶ ὠφελέει τὰ εἰρημένα, ἡδονῇσι, καὶ εὐφορίῃσι, καὶ ἀηδίῃσι, καὶ δυσφορίῃσιν, αἱ καθ' ἓν ἕκαστον αὐτῶν ὁμολογοῦσαι φαίνονται ὑγιέες. σῶμα τὸ μὲν ἐν σκέπῃ εἰθισμένον, ὅτι ἀήθες, ὅ,τι προσωτάτω τοῦ οἰκείου θάλπεος. ἐγγύτατα δὲ τοῦ ἀλλοτρίου ψύχεος, διὰ ταῦτ' ἄρα τῷ θερμῷ ἥδεται, καὶ φέρειν δύναται. ἐγκέφαλος καὶ ὅσα ἀπὸ τούτου, ψυχρῷ μὲν ἄχθεται, θερμῷ δ' ἥδεται. καὶ ἢν ἄρα ᾖ ψυχρότερον, καὶ στερεώτερον φύσει· καὶ πρὸς ὅτου οἰκείου θάλπεος, καὶ πλεῖστα αὐτῶν. διὰ τοῦτο ὀστέοισιν, ὀδοῦσι, νεύροισι, τὸ ψυχρὸν πολέμιον· τὸ δὲ θερμὸν φίλιον· ὅτι ἀπὸ τούτου σπασμοὶ, τέτανοι, ῥίγεα πυρετώδεα· ἃ, τὸ μὲν ψυχρὸν, ποιέει· τὸ δὲ θερμὸν, παύει. διὰ τοῦτο, καὶ ἀπὸ τοῦ θερμοῦ, ἡδοναὶ καὶ προσκλήσιες· ἀπὸ δὲ τοῦ ψυχροῦ, ἀλγηδόνες, καὶ ἀποτρέψιες. διὰ τοῦτο ὀσφὺς, στῆθος, νῶτον, ὑποχόνδρια, μᾶλλον ψυχρῷ ἄχθεται, θερμῷ δ' ἥδεται, καὶ φέρειν δύναται. διὰ τοῦτ' ἄρα ὀσφὺς, νῶτον, στῆθος, ὑποχόνδρια, καὶ ἐναντία πέπονθεν, ὅτι ἐναντία ἐστι. διὰ τοῦτ' ἄρα τούτῳ τῷ χωρίῳ ἀσώδεες ἐνταῦθα χρεωμένοισι τῷ θερμῷ· τὸ δὲ ψυχρὸν παύει. διὰ τοῦτ' ἄρα ποτῷ ψυχρῷ ἥδεται. διὰ τοῦτ' ἄρα βρώμασι τοῖσι θερμοῖσιν ἥδεται. διὰ τοῦτ' ἄρα, καὶ κατὰ ἀκρέων ἐν λειποθυμίαις, τὸ ψυχρὸν καταχεόμενον, ὠφελέει. ὅτι δὲ τὰ ὄπισθεν τῶν ἔμπροσθεν τὸ θερμὸν μᾶλλον ἀνέχεται, τὰ εἰρημένα αἴτια· ὅτι δὲ καὶ τὰ ψυχρὰ ὀρθῶς. τά τε γὰρ ἄκρεα ἔμπροσθεν, καὶ οὐκ ἐν σκέπῃ εἰθισμένα, ὥσπερ τὸ ἔνδον τοῦ ἔξω. μνηστέον δὲ καὶ ὅτι ἑκάτερον ἐφ' ἑκατέρου τοῦ σώματος κρέσσον, τοῦ δέρματος τοῦ ἔξω, ὅ,τι συνεχές τε ἑωυτῷ καὶ νεύρῳ ἐναίμῳ. διὰ τὸ ἔξω τοῦ οἰκείου θερμοῦ, ἐν τῷ ἔξω ψυχρῷ εἶναι, ἐπ' ἀμφοῖν πυκνὰ κρατέεται, καὶ ἑκατέρων πυκνὰ δέεται. πυκνὰ δὲ μᾶλλον θερμοῦ ἐς ἡδονήν. πάσχει δὲ καὶ ἄκρεα τοιοῦτο, ὥστε ταχέως ἐπακούειν πολλῶν· βραδέως δὲ πρῶτον ἐπαείρεται. καὶ φλεβῶν δῆλον αἱ πρότερον καὶ ὕστερον. οὕτως πάντα φαίνεται, ὅκου τε ψύχεται ἄκρεα, ὅκου τε θερμαίνεται· ἐν κενεαγγικοῖσιν, ἐν λειποθυμικοῖσι. καὶ κατὰ λόγον. εἰκότως ἄρα φλέβας, καὶ τὰ ἀπὸ τουτέων ἕπεται, καὶ θερμαίνει πρῶτον τὸ θερμὸν,

A calefactio validum quid, velut ex Sole. At frigida calida existens, velut potulēta aqua ægrotanti. Verùm calida ne vlteriùs procedat, vt vrat. De his autem iudicat ipse ægrotus exceptis mutis aut leuiter syderatis, aut stupore affectis, aut velut in vulneribus perfrigeratis, aut vehemētiori dolore vexatis. Iis verò hæc non sentiuntur. Neque enim hi perusti sentiunt, vt nec profundas ac magnas luxationes. Iam verò etiam quibusdam pedes perfrigerati deciderunt ex calidæ affusione. Verùm in his eius qui affundit cutis iudex esto; ac similiter in frigida. Harum autem ipsarū paucitas vtriusque, debile quid est, copia verò, validum. Verumtamē sinere oportet, B donec id contingat cuius gratia fiunt, priùs verò quàm extremum succedat, cessandum est.

CAPVT II.

De aqua calida & frigida vsu; ac quas vtraque iuuet lædatque partes; Et quos affectus inferat curetue.

HArum autem vtraq; lædit. Has verò læsiones calida copiosior adfert vtentibus, carnium effœminationem, neruorum impotentiā, mentis stuporem, sanguinis profusiones, animi deliquia, hæc C ad mortem. Frigida verò conuulsiones, tetanos, nigrores, rigores febriles. Ac mediocritates quidem ex his (cætera autem prædicta lædunt ac iuuāt voluptate & tolerandi facultate, ex dolore etiam & ferendi molestia) in singulis ipsis salubres concessę videntur. Corpus quidem tegi solitum, quicquid insuetum est & longissimè à familiari calore abest, alieno verò frigori est proximum, auersatur, ideoque calida delectatur & ferre potest. Cerebrum quæque ex eo oriuntur, frigida quidem offenduntur, calida verò delectantur, etiamsi natura sit frigidius & solidius. Eam ob causam ossibus, dentibus, D neruis, frigida inimica est, calida verò amica, quoniam conuulsiones, distensiones, rigores febriles, quos frigida creat, calida sedat. Propterea etiam à calida voluptates & illecebræ, à frigida verò dolores & auersationes. Ob id lumbi, pectus, dorsum, hypochondria, magis offenduntur frigidâ, calidâ verò gaudent, eámque ferre possunt. Eam sanè ob causam lumbi, dorsum, pectus, hypochondria, cōtraria perpetiuntur, quod sint cōtraria. Idcircò sanè anxietatem hac in parte à calida obortam, frigida sedat. Ideóque etiam frigidæ potu gaudet, & cibariis calidis delectatur. Ideoque sanè in animi defectionibus frigida summis partib. affusa prodest. E Quòd autem, partes posteriores calidam magis ferant quàm anteriores, prædictę causæ sunt; quódq; etiam frigida rectè ferant. Extremæ etiam partes anteriores sunt, neque tegi solitæ, quemadmodum interna pars ab externa. Sciendum autem quod vtrumque in vtraq; corporis parte cutem externā superat, quæ quum sibi ipsi & neruo sanguineo sit continua, eo quòd extra proprium calorem in frigore externo versetur, ab vtrisque frequenter superatur, & vtrorumque frequenter indiget, frequentiùs tamen calido ad voluptatem. Tale quiddam etiam partibus extremis contingit, ideóque F citò multa sentiunt, tardè autem primùm attolluntur. Ex venis etiam alias priùs, alias posterius affici constat. Sic conspiciuntur omnia vbi tum refrigerantur extremæ partes, tum calefiunt, in vasorum euacuationibus; in animi defectionibus. Neque citra rationem sanè venas sequuntur quæ ex illis dependent, eáque primum calida calefacit, velut

velut internas manus. At vlcera calida planè delectantur, quòd tegi sint solita. Meritò ab altera læduntur. Iure sanè ipsæ etiam venæ, quòd sint in calido. Iure sanè ipse etiam thorax, ipseque vētriculus à frigida superatus potissimum molestè fert, & lethaliter afficitur, quod maximè non assueta sint. At plurimum abest ab eo vt patiatur, propinquissima namque inter se sunt egere & pati. Iure itaque frigidæ potu gaudet. Sicque omnia ista inter se cōsentiunt. Iam verò valdè consentaneum est, omnia in superficie desquamata & ambusta, non admodū tegi solita, frigidā ægerrimè ferre, quum citissimè superentur. Et profundissima, si superentur, maximè vtique lædi, deinde etiam quæ naturam neruosam participant. Quòd autem imus venter calida delectari videatur, considerandus locus est neruosæ substātiæ particeps. Quinetiam intestina, & vesica, & vterus, & aliæ partes genitales denudatæ, suapte natura frigidiores sunt quàm quis existimet. Sursum enim non deorsum caliditas prorumpit. Idcirco calida delectatur; quòd post calidā corpus perfrigeratum magis frigescat, post frigidam verò cōtractum magis recalescat. Velut aquam refrigerandam calefacere oportet, ob tenuitatem, quod post calidam corpus magis indurescat ac resiccetur, vt oculi post frigidam. Illa enim aëri ambienti est similis hæc verò minimè.

CAPVT III.

De aquæ marinæ, vini, & aceti facultatibus; & quibus partibus & morbis curandis prosint, obsintque.

MAris aqua pruritu & mordaci sensu affectis tum lotione, tum fotu calida prodest: non assuetis quidem carnes attenuat. Vlceribus autē & ambustis & desquamatis, & reliquis huiusmodi aduersatur. Puris verò apta. Bona est ad probè extenuandū, & ad piscatorū vlcera, hæc enim neq; suppurant, nisi attigeris, & ad fracturarū fascias. Quinetiā depascētia vlcera sedat ac sistit, vt sal, salsugo, & nitrū. Hæc aūt omnia siquis parcius quidē vtatur, irritāt; si verò liberalius, bona sunt. Præstat aūt ad plurima calida. Acetū cuti & articulis *admotū* aquæ marinæ simile est, potentius tamē in perfusione & fotu. Valet ēt ad vlcera recēs vulneratis, & ad sanguinis grumos, vbi nigredines sunt in pudēdis, & auriū ac dentiū ardor adest. Calido autē hæc & alia fiūt. Sed & ex anni tēpore cōiectura facienda est. Ex eliquatione salis, ēt ad alia quæcūq; impetiginibus, lepris, & vitiliginib. cōducūt, & in sole calido inspissatū, præcipuè verò vnguib. scabris cōfert, quos tēporis progressu superat, verrucas formicarias attenuat, auriū sordib. medetur, cutē etiā emollit. Multis quoq; aliis modis valeret, nisi odore, præcipuéq; mulieribus noceret. Valeret & ad podagrā, nisi cutē vulneraret. Eadē aceti fæx præstat. Vinū dulce diuturnis vulnerib. assiduè vtenti idoneū, ēt ad medicamētorū potiones. At austerū vinū, tū nigrū, frigidū ad vlcera adhibetur, frigidū propter caliditatē. Lanæ quæ refrigerationis quidē gratia, aut perfundūtur, aut indūtur, aut imbuūtur, velut aqua frigidissima adhibēdæ. Quæ verò astrictionis gratia, ea vino nigro cū lana irrigato, velut ēt betarū folia, aut linteola, in plurimis quæ astrictione valēt, intincta adhibētur, qualia sūt hederæ albæ folia, aut si quę sunt magis acerba ac friabilia, velut hedera & rubus, rhus coriarius, saluia, & quę mollire oportet, quale quid farina cocta facit.

A οἷον τῶν χειρῶν τὰ εἴσω. τὰ δ' ἕλκεα θερμῷ ἥδεται ὁμολογουμένως, ὅτι ἐν σκέπῃ εἴθισται. εἰκότως ἄρα τῷ ἑτέρῳ ἀλγέεται. εἰκότως ἄρα καὶ αὗται αἱ φλέβες, ὅτι ἐν θερμῷ εἰσιν. εἰκότως ἄρα καὶ αὐτὸς ὁ θώρηξ, καὶ αὐτὴ ἡ κοιλίη κρατουμένη ὑπὸ τοῦ ψυχροῦ μάλιστα ἀγανακτεῖ καὶ θανατοῖ, ὅτι μάλιστα ἀήθεα. ἀλλὰ πλεῖστον ἀπέχει τοῦ παθεῖν, τούτου γὰρ ἐγγύτατα, τοῦτο τὸ δεῖσθαι. εἰκότως ἄρα ποτῷ ψυχρῷ ἥδεται, οὕτω ὁμολογέει ταῦτα πάντα, ὅτι δὲ μάλιστα πάντα τὰ ἀποσύρματα, καὶ τὰ ἐπικαύματα ἐπιπολῆς, οὐ μάλιστα εἰθισμένα ἐν σκέπῃ, μάλιστα ἐν ψυχρῷ ἀγανακτεῖ εἰκότως. B τάχιστα γὰρ κρατέεται. καὶ τὰ βαθύτατα εἰ κρατοῖτο, μάλιστ' ἂν ἀλγοῖτο· ἔπειτα καὶ τῆς φύσιος τῆς νευρώδεος μετέχει, ὅτι ὑπογάστριον ἥδεσθαι δοκέει θερμῷ, σκεπτέον τὸ χωρίον καὶ μετέχει. καὶ ἔντερα, καὶ κύστις, καὶ γονὴ, καὶ ἄλλος γόνος ὁ γυμνός· ἐστί τε φύσει ψυχρότερος, ἢ ὥς τις οἴεται. ἄνω γὰρ οὐ κάτω θερμὸν ἀΐσσει. διὰ ταῦτα ἥδεται, ὅτι μετὰ τὸ θερμὸν ψύχεται τὸ σῶμα διαψυχθὲν μᾶλλον· μετὰ δὲ τὸ ψυχρὸν, ἀναθερμαίνεται μᾶλλον συσταλέν. οἷον καὶ τὰ ὕδατα ψυκτέα, θερμαντέα διὰ λεπτότητα, ὅτι μετὰ τὸ θερμὸν, σκληρύνεται μᾶλλον ἐπιξηρανθέν. οἷον ὀφθαλμοὶ μετὰ τὸ ψυχρόν· τὸ μὲν γὰρ C ὅμοιον τῷ περιέχοντι, τὸ δὲ οὔ.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Γ'.

Περὶ τῶν τοῦ θαλασσίου ὕδατός τε, καὶ οἴνου, καὶ ὄξεος δυναμίων· καὶ τίσι τοῖς μορίοις τε, καὶ ταῖς νόσοις ἐπιτήδειον, καὶ πολέμιον.

ΘΑλασσα δὲ τοῖσι κνησμώδεσι, καὶ δακνώδεσιν, καὶ λούειν, καὶ πυριῇν θερμή· τοῖσι μὲν ἀήθεσιν ὑπολεπταίνονται αἱ σάρκες. πρὸς ἕλκεα δὲ πυρίκαυτα, καὶ ἀποσύρματα, καὶ ὅσα τοιαῦτα, πολέμιον. ἐπιτήδειον δὲ τοῖσι καθαροῖσιν, ἀγαθὸν καὶ D ἰσχναίνειν εὖ, ὡς τὰ τῶν ἁλιέων ἕλκεα· ταῦτα γὰρ οὐδ' ἐκπυεῖ, ἢν μὴ ψαύῃ, καὶ πρὸς ὑποδεσμίδας. καὶ τὰ νεμόμενα παύει καὶ ἵστησιν, ὡς ἅλες καὶ ἁλμυρίδες, καὶ λίτρον. πάντα δὲ ταῦτα σμικρῷ μὲν χρωμένῳ, ἐρεθιστικά· προσηκόντι δὲ, ἀγαθά. βέλτιον δὲ θερμὴ πρὸς τὰ πλεῖστα. ὄξος δὲ χρωτὶ μὲν, καὶ ἄρθροισι, παραπλήσιον θαλάσσῃ, καὶ δυνατώτερον καταχέειν, καὶ πυριῇν· καὶ ἕλκεσι τοῖσι νεοτρώτοισι, θρόμβοισιν, οὗ μέλασμα αἰδοίων, καύσις οὐάτων, ἢ καὶ ὀδόντων. θερμῷ δὲ ταῦτα, τά τε ἄλλα, καὶ τῇ ὥρῃ συντεκμαίρεσθαι. ἐκ τήξεως ἅλες, καὶ E πρὸς ἄλλα δὲ ὅσα λειχῆσιν, λέπρῃσιν, ἀλφοῖσι συντείνει παχυνθὲν ἐν ἡλίῳ θερμῷ· μάλιστα δὲ ὄνυξι λεπροῖσι· κρατέει γὰρ μετὰ χρόνον· μυρμηκίας ἀπαλύνει, καὶ τοὺς ἐν ὠσὶν ἰᾶται ῥύπους· μαλάσσει δὲ καὶ χρῶτα. πολλαχῇ δὲ καὶ ἄλλῃ, εἰ μὴ ὀδμὴ ἔβλαπτε, καὶ μάλιστα γυναῖκας. ἐδύνατο δ' ἂν καὶ ποδαγρικῇ, εἰ μὴ ὁ χρὼς ἐτιτρώσκετο. ταῦτα καὶ τρὺξ ὄξεος ποιέει. οἶνος δὲ γλυκὺς ὅσα χρόνια τρώματα συνεχέως χρωμένῳ αὔταρκες, ἀτὰρ καὶ ἐς φαρμακοποσίην. αὐστηρὸς δὲ ὁ λευκὸς, καὶ μέλας οἶνος, ψυχρὸς ἐπὶ τὰ ἕλκεα ἐνδέχεται, ψυχρὸς διὰ τὴν θέρμην. εἴρια δὲ ὅσα μὲν ψύχεος εἵνεκα, ἢ καταχεῖται, F ἢ ἐνίεται, ἢ ἐμβάπτεται, ὡς ὕδωρ ψυχρότατον. ὅσα δὲ στύψιος, ὁ μέλας οἶνος, καὶ εἴρια καταρραίνεται, οἷον καὶ φύλλα τευτλίων, ἢ ὀθόνια βάπτεται ἐπὶ τὰ πλεῖστα, ὅσα δ' ἔνι στύψιος, οἷον κισσοῦ φύλλα, ὁ λευκὸς, καὶ ὅσα στρυφνότερα, ἢ ψαθυρώτερα, οἷον κισσός τε, καὶ βάτος, ῥοῦς σκυτοδεψική, ἐλελίσφακος, καὶ ὅσα μαλθάσσειν δεῖ, οἷον ἄλητον ἑφθόν.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Δ'.

Περὶ διαφόρων τῶν τοῦ θερμοῦ τε, καὶ τοῦ ψυχροῦ ὕδατος δυνάμεων, καὶ ἐνεργειῶν· τίνα ἀμφότερα ὠφελεῖ τε, καὶ βλάπτει μόρια, καὶ τίνα τὰ νοσήματα ποιεῖ καὶ παύει.

ΤΟ ψυχρὸν ὠφελεῖ, τὰ ἐρυθρὰ οἷα ἄλλη καὶ ἄλλη ἐκθύει ὑποπλάτη, οἷα οἱ τοὺς σπλῆνας ὁλκηροὺς ἀείρουσιν. εὐσάρκοισι δὲ, καὶ ἁπαλοσάρκοισιν ὑπέρυθρα· μέλασι δὲ καὶ οἷαι στρογγύλαι ἐοῦσαι, αἰθόλικας λέγουσι, καὶ ἐν αὐτῇσι τῇσι θερμολουσίῃσιν ἀΐσσεται γινόμενα, καὶ γυναιξὶν ἐκ γυναικείων ἀναδρομὴ, ὑπὸ χρῶτα, καὶ ὑπὸ ἐρεθισμὸν δέρματος, ἢ ἱματίων τρηχέων ἀήθει φορήσει, καὶ ἐξ ἱδρώτων ἐξόδου, ἢ ἐκ ψύχεος ἐξαίφνης πρὸς πῦρ ἐλθόντι, ἢ λουτρὰ θερμά· ταῦτα ἢν ὕστερον ποιήσῃ, ἔτι οὐδαμῶς ἐκθύει. ἐπεὶ ὅσα γε ἐκ ψύχεος γίνεται, ἢ ὁκόσα τρηχύνεται κεγχρώδεα, εἶτ' ἐφελκοῦται, τὸ μὲν ψυχρὸν, βλάπτει· τὸ δὲ θερμὸν, ὠφελεῖ. ἃ δὲ, ἄμφω ὠφελεῖ, τὰ ἐν ἄρθροισιν οἰδήματα, καὶ ἄνευ ἕλκεος ποδαγρικὰ, καὶ σπάσματα πλεῖστα. τοῦτο ψυχρὸν πολλὸν καταχεόμενον ἱδρῶσιν, ἰσχναίνει καὶ ὀδύνην ναρκοῖ. νάρκη δὲ μετρίη, ὀδύνης λυτικὸν, καὶ τὸ θερμὸν ἰσχναίνει καὶ μαλθάσσει. τοῖσι δὲ ποδαγρικοῖσι, παρέσεσι, τετάνοισι, σπασμοῖσι, τὰ τοιαῦτα. συντάσιες, τρόμοι, παραπληγίαι, τὰ τοιαῦτα χαλῶσιν, ἢ χωλώσιες, νάρκαι, ἀναυδίαι, τὰ τοιαῦτα, κάτωθεν ἀπολήψιες. φυλάσσεσθαι δὲ ἐν τῇ ψυχρᾷ χρήσει, ψυχροῖσι χρεόμενος μᾶλλον, ἢ τἀναντία· τὰ δὲ ἐς τὰ ἄρθρα ἐσκληρυσμένα, ἢ ὑπὸ φλεγμονῆς ὁκότε γινομένης, ἢ ἀγκύλης, πρόσθεν ἰᾶσθαι, ἐς ἀσκίον θερμὰ ἐγχέοντας, τὴν χεῖρα ἐναποδῆσαι. καὶ ὄμματα, δακρύου παρηγορικὸν, καταλείφοντα πρὸς τὰ δριμέα, λίπος προσηνὲς, ὥς τε μὴ ἅπτεσθαι τὸ ἁλμῶδες. καὶ τοῖσι βοθρίοισι διάνιψις, καὶ πλήρωσις ἐς φύσιν ἄγουσα. ὀφθαλμοῖσι θερμὸν, ὀδυνήσιν, ἐμπυήσεσιν δακρύων δακνωδέων, ξηροῖσιν ἅπασι. τὸ ψυχρὸν ἀνωδυνοῖσιν, ἐξερυθροῖσι, τοῖσι δὲ εἰθισμένοισι συστροφὰς κατὰ φλέβας ποιέειν, οἷα ἀχυρώδεα κατὰ θώρηκα, καὶ ἄλλα σκληρά. ἀρχῷ δὲ καὶ ὑστέρῃσιν οὐ πάνυ ἐνδέχεται, αἷμα ἐν ψύξει οὐρέουσιν. ἕλκεσι τὸ μὲν ψυχρὸν δακνῶδες, δέρμα περισκληρύνει, ὀδυνώδεα, ἀνεκπύητα ποιέει, πελιαίνει, μελαίνει, ῥίγεα πυρετώδεα, σπασμοὺς, τετάνους· ἔστι δὲ ὅκου ἐπὶ τετάνου ἄνευ ἕλκεος, νέῳ, εὐσάρκῳ, θέρεος μέσου, ψυχροῦ πολλοῦ κατάχυσις, θέρμης ἐπανάκλησιν ποιέει. θέρμη δὲ ταῦτα ῥύεται, τὰς δὲ ἐν κεφαλῇ, καὶ καρηβαρίας. τὸ θερμὸν ἐκπυητικὸν, οὐκ ἐπὶ παντὶ ἕλκει, μέγιστον σημεῖον ἐς ἀσφάλειαν, δέρμα μαλθάσσει, ἰσχναίνει, ἀνώδυνον, ῥιγέων, σπασμῶν, τετάνων παρηγορικὸν, τὸ δὴ ἐν κεφαλῇ, καὶ καρηβαρείας λύει. πλεῖστον δὲ διαφέρει ὀστέων κατήγμασι, μᾶλλον δὲ τοῖσιν ἐψιλωμένοισι. τούτων δὲ μάλιστα τῶν ἐν κεφαλῇ τρώμασιν ἑκουσίοισι, καὶ ἀκουσίοισι, καὶ ὅσα ὑπὸ ψύχεος, ἢ θνήσκει, ἢ ἑλκοῦται. ἔτι ἑλκώμασι δὴ ἑκουσίοισί τε καὶ ἀκουσίοισιν, οἷσιν ἀποσύρματα, ἕρπησιν ἐσθιομένοισιν, μελαινομένοισιν, ἢ ἐν νούσοισιν, ἢ ἐν ἀκοῇ, ἢ ἐν ἕδρῃ, ἢ ὑστέρῃ. τούτοισι πᾶσι τὸ θερμὸν φίλιον, καὶ κρῖνον· τὸ δὲ ψυχρὸν πολέμιον καὶ κτεῖνον, πλὴν ὁκόσα αἱμοῤῥαγέειν ἐλπὶς, οὕτω καταχύσησιν ὑγρῶν, ἐπιχρίσησιν ἀλειφάτων, ἐπιθέσησι φύλλων, ἢ ὀθονίων, καταπλάσεσιν, ὁκόσα ἢ ψύξις, ἢ θέρμη ὠφελέει, ἢ βλάπτει.

CAPVT IV.

De diuersis aquæ calidæ & frigidæ facultatibus & effectibus; quas vtraque lædat, iuuetque partes; & quos morbos inferat, curetque.

A Frigida pustulis rubicundis prodest, quales latiusculæ alia atque alia parte erumpunt quales per splenia attractoria exoriuntur. In carnosis autem & molli carne præditis admodum rubicundæ existunt, in nigris verò, veluti rotundæ (æthólicas vocant) & quales in calidis lauacris excitatæ oboriuntur, ac mulieribus ex menstruorum sub cutē recursu fiunt, & ex cutis irritatione, aut insolita asperorum vestimentorum gestatione, & ob sudoris B exitū, aut quum quis ex frigore derepente ad ignē, aut calida lauacra accesserit. Quod si posteriùs hęc fecerit, neutiquam ampliùs erumpunt. Quandoquidem quæ ex frigore oriuntur, aut quæ ad instar milij exasperātur, dein exulcerantur, iis quidē nocet frigida, calida verò prodest. Quibusdam autem vtraque prodest, velut articulorum tumoribus, & sine vlcere podagris, & conuulsis plerisque. Hoc constat frigidam copiosam sudoribus affusam, extenuare, & dolorem stupefacere. Moderatus autē stupor, dolorē tollit. Calida autē attenuat & emollit. Podagricis, resolutis, tetanis, cōuulsionibus hæc C conferunt. Distētiones, tremores, leues syderationes, eiusmodique affectiones remittunt, aut claudicationes, torpores, vocis defectiones, atq; alia eiusmodi, & inferiores suppressiones. In frigidæ tamē vsu potiùs quàm calidæ, quatenus ea vtaris attendendum. At articulis induratis aut ab inflammatione quandoque oborta, aut à contractione, ante omnia mederi conuenit, calida in vtriculum infusa, & manui immissæ alligatum. Oculorum lachrymas lenit, si quis acrimoniam leni aliquo vnguento illinat, ne eas salsus humor attingat. Fossulis quoque ablutio confert, & repletio ad naturam adducens. D Calida oculis prodest, doloribus, suppurationibus ex lachrymis mordacibus, siccis omnibus. Frigida dolore carentibus, valdè rubicundis, humorū collectiones in venis facere solitis, qualia sunt acerosa circa thoracem, alia dura. Recto verò intestino & vteris non admodum confert, neque sanguinem in frigore cum vrina reddentibus. Vlceribus frigida quidem mordax est, cutem obdurat, tumorum dolentium suppurationem impedit, liuorem & nigredinem inducit, rigores febriles, conuulsiones item ac tetanos, interdum quoque in tetano absque vlcere, iuueni, carnoso, æstate media, frigidæ larga E profusio, caloris reuocationē facit. Calor autem hæc soluit, & capitis grauitates. Calida suppuratoria est, non in omni vlcere, maximum ad securitatem signum, cutem emollit, attenuat, dolorem tollit, rigores, conuulsiones, tetanos mitigat, ipsam quoque capitis grauitatem soluit. Plurimum autē fracturis confert, præcipuè verò denudatis, ex hisque maximè capitis vulneribus voluntariis, & inuolutariis, & iis quæ à frigore aut moriūtur, aut vlcerantur. Vlcerationibus itidem tum voluntariis, tum inuoluntariis & quibus cutis abrasa est, herpetibus exedētibus, denigratis, siue in gingiuis, siue in F aure, siue in ano, siue in vtero. His omnibus calida amica est, & iudicatoria: frigida verò aduersa est, & interimit, præterquam in quibus sanguinis profluuium metuimus. Atque ad hunc modum adhibendæ sunt liquidorum perfusiones, vnguentorum illitus, foliorum aut linteorum impositiones, & quæcunque in cataplasmate adhibita refrigeratione & caliditate pro sunt aut nocent.

ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ ΠΕΡΙ ΔΙΑΙΤΗΣ ΥΓΙΑΙΝΟΝΤΩΝ ΒΙΒΛΙΑ ΤΡΙΑ.

ΤΟ ΠΡΩΤΟΝ.

HIPPOCRATIS DE VICTVS RATIONE SANORVM LIBRI TRES.

LIBER PRIMVS.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΤΩΝ ΕΝ ΤΩι ΠΡΩΤΩι.

Ἐκδιδάσκει τίνα χρὴ τὸν τὴν ὑγιεινὴν δίαιταν συνιστάντα προεπίστασθαι, ἐκ τίνων τὰ τῶν ζώων σώματα συντίθηται· τοὺς τέχνας τῇ φύσει παραβάλλει, καὶ τὰ μὲν ἄρσενα τοῖς θήλεσιν ἐν τῇ τοῦ σώματος ῥώμῃ τε, καὶ αὐξήσει, καὶ θρέψει· περὶ τῆς τῶν ἡλικιῶν τε, καὶ φύσεως διέρχεται, καὶ διαφόρων τῶν τῆς ψυχῆς παθημάτων.

ARGVMENTVM LIBRI PRIMI.

Docet quæ diætam salubrem instituenti prænoscenda sint; ex quibus animantium corpora constituantur; humanos artifices cum natura confert; necnon masculos cum fœminis in corporis robore, auctione, & nutritione; de temperamentis ætatum, sexusque agit; ac de variis animi pathematis.

A

CAPVT PRIMVM.

Proœmium totius operis, attentione, docilitate, & beneuolentia conditum; quæ diætetico Medico prænoscenda, ac de cibi ac potus facultate.

SI quis ex his qui priùs de humano victu, ad sanitatem conferente scripserunt, omnia in totum rectè cognouisse, & quantum humanę menti conceditur, conscripsisse mihi videretur, satis esset mihi aliorum laboribus quos nossem rectè se habere, hisce vti, prout ipsorum quisque vtilis esse videretur. Nunc verò multi quidem iam conscripserunt, nullus tamen quid scribendum fuerit rectè cognouit. Alij quidem aliud assequuti sunt, totum verò, ne vnus quidem adhuc ex his qui antè extiterunt. Neque tamen eorum quisquam meritò reprehendendus est, quòd inuenire non potuerint, quin potiùs laudandi omnes, quòd alia inuestigare contenderint. Neque ergo quæ rectè dicta non sunt, arguere decreui, sed his quæ

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Α΄.

Προοίμιον ὅλου τοῦ ἔργου τῇ κατανοήσει τε, καὶ εὐμαθείᾳ, καὶ εὐνοίᾳ κατεσκευασμένον· τίνα τῷ διαιτητικῷ ἰατρῷ προγνωσθησόμενα, καὶ περὶ τῆς τοῦ σίτου τε, καὶ ποτοῦ δυνάμεως.

Εἰ μέν μοί τις ἐδόκεε τῶν πρότερον ξυγγραψάντων περὶ διαίτης ἀνθρωπίνης τῆς πρὸς ὑγείαν, ὀρθῶς ἐγνωκὼς ξυγγεγραφέναι πάντα διὰ παντὸς, ὁκόσα δυνατὸν ἀνθρωπίνῃ γνώμῃ περιληφθῆναι, ἱκανῶς ἄν εἶχέ μοι ἄλλων ἐκπονησάντων, γνῶναι ὀρθῶς ἔχοντα, καὶ τούτοισι χρέεσθαι, καθότι ἕκαστον αὐτῶν ἐδόκεε χρήσιμον εἶναι. B νῦν δὲ πολλοὶ μὲν ἤδη ξυνέγραψαν, οὐδεὶς δὲ ἔγνω ὀρθῶς, καθότι ἂν αὐτοῖς ξυγγραπτέον. ἄλλοι δὲ ἄλλο ἐπέτυχον· τὸ δὲ ὅλον, οὐδείς πω τῶν πρότερον. μεμφθῆναι μὲν οὖν οὐδενὶ αὐτῶν ἄξιόν ἐστιν, εἰ μὴ ἐδυνήθησαν ἐξευρεῖν· ἐπαινέσαι δὲ μᾶλλον πάντας, ὅτι ἀλλ' ἐπεχείρησαν ζητῆσαι. ἐλέγχειν μὲν οὖν τὰ μὴ ὀρθῶς εἰρημένα οὐ παρεσκεύασμαι, προσομολογέειν δὲ τοῖς

ἱκανῶς ἐγνωσμένοισι, διανενόημαι. ὁκόσα μὲν οὖν ὀρθῶς ὑπὸ τῶν πρότερον εἴρηται, οὐχ οἷόν τε ἄλλως ὅκως ἐμὲ συγγράψαντα, ὀρθῶς συγγράψαι. ὁκόσα δὲ μὴ ὀρθῶς εἰρήκασιν, ἐλέγχων μὲν ταῦτα, διότι οὐχ οὕτως ἔχει, οὐδὲν περανῶ. ἐξηγούμενος δὲ, καθότι αὐτῶν μοι δοκέει ἕκαστον ὀρθῶς ἔχειν, δηλῶσαι βούλομαι. διὰ τοῦτο δὲ τὸν λόγον τοῦτον προκατατίθεμαι, ὅτι πολλοὶ τῶν ἀνθρώπων, ὁκόταν τινὸς προτέρου ἀκούσωσι περί τινος ἐξηγευμένου, οὐκ ἀποδέχονται τὸν ὕστερον περὶ τούτων διαλεγόμενον, οὐ γινώσκοντες, ὅτι τῆς αὐτῆς διανοίας ἐστὶ γνῶναι τὰ ὀρθῶς εἰρημένα. ἐγὼ γοῦν ὥσπερ εἶπον, τοῖσι μὲν ὀρθῶς εἰρημένοισι, προσομολογήσω· τὰ δὲ μὴ ὀρθῶς ἐγνωσμένα, δηλώσω ὁκοῖά τινά ἐστιν. ὁκόσα δὲ μηδὲ ἐπεχείρησε μηδεὶς τῶν πρότερον δηλῶσαι, ἐγὼ ἐπιδείξω καὶ ταῦτα ὁκοῖά ἐστι.

abundè sunt cognita assentiri in animo habeo. A Quæcunque igitur rectè à prioribus dicta sunt, de his fieri non potest, me aliter scribentem rectè scribere. Quæ verò non rectè dixerunt, si ea quidem quod ita non habeant redarguero, nihil profecero. At explicando quomodo eorum quodque rectè habere videatur, declarare volo. Hanc autem orationem ideo præponendam duxi, quòd plerique homines vbi aliquem priùs de re aliqua disserentem audierint, eum qui posterius his de rebus disceptat, non approbant, nescientes eiusdem mentis esse de his quæ rectè dicta sunt, cognoscere. Ego igitur quæ rectè dicta sunt, vt dixi, assentiar, B quænam verò sint quæ non rectè fuerint cognita, qualiánam illa sint declarabo. Quinetiam quæ nullus ex prioribus explicare aggressus est, illa quoque qualia fuerint demonstrabo.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Β'.

Προτίθεται τὸ ἐπεχείρημα σαυτοῦ περὶ τῆς καθόλου τε, καὶ κατὰ μέρος διαίτης· πρὸς ὅ, τι τὰς τῶν σίτων, καὶ τῶν ποτῶν, τῶν πόνων τε, καὶ τῶν ἄστρων, καὶ τῶν χωρῶν δυνάμεις διαγινώσκεσθαι χρή.

ΦΗμὶ δὲ δεῖν τὸν μέλλοντα ὀρθῶς ξυγγράφειν περὶ διαίτης ἀνθρωπίνης, πρῶτον μὲν παντὸς φύσιν ἀνθρώπου γνῶναι, καὶ διαγνῶναι. γνῶναι μὲν, ἀπὸ τίνων συνέστηκεν ἐξ ἀρχῆς· διαγνῶναι δὲ, ὑπὸ τίνων μερῶν κεκράτηται. εἰ μὴ γὰρ τὴν ἐξ ἀρχῆς σύστασιν ἐπιγνώσεται, καὶ τὸ ἐπικρατέον ἐν τῷ σώματι, οὐχ οἷός τε εἴη τὰ ξυμφέροντα τῷ ἀνθρώπῳ προσενεγκεῖν. ταῦτα μὲν οὖν χρὴ γινώσκειν τὸν ξυγγράφοντα· μετὰ δὲ ταῦτα, σίτων καὶ ποτῶν ἁπάντων οἷσι διαιτώμεθα· δύναμιν ἥντινα ἕκαστα ἔχει, καὶ τὴν κατὰ φύσιν, καὶ τὴν δι' ἀνάγκην, καὶ τέχνην ἀνθρωπίνην. δεῖ γὰρ ἐπίστασθαι τῶν τε ἰσχυρῶν φύσει, ὡς χρὴ τὴν δύναμιν ἀφαιρέεσθαι· τοῖσι δὲ ἀσθενέσιν, ὅκως χρὴ ἰσχὺν προστιθέναι διὰ τέχνης, ὅκου ἂν ὁ καιρὸς ἑκάστων παραγίνηται. γνόντι δὲ τὰ εἰρημένα, οὔκω αὐτάρκης ἡ θεραπείη τοῦ ἀνθρώπου· διότι οὐ δύναται ἐσθίων ἄνθρωπος ὑγιαίνειν, ἢν μὴ καὶ πονέῃ. ὑπεναντίας μὲν γὰρ ἀλλήλοισιν ἔχει τὰς δυνάμεις σῖτα καὶ πόνοι, ξυμφέρονται δὲ ἀλλήλοισι πρὸς ὑγείην. πόνοι μὲν γὰρ πεφύκασιν ἀναλῶσαι τὰ ὑπάρχοντα· σιτία δὲ καὶ ποτὰ, ἐκπληρῶσαι τὰ κενωθέντα. δεῖ δὲ, ὡς ἔοικε, τῶν πόνων διαγινώσκειν τὴν δύναμιν, καὶ τῶν κατὰ φύσιν, καὶ τῶν διὰ βίης γινομένων· καὶ τίνες αὐτῶν ἐς αὔξησιν παρασκευάζουσι σάρκας, καὶ τίνες ἐς ἔλλειψιν. καὶ οὐ μόνον ταῦτα, ἀλλὰ καὶ τὰς συμμετρείας τὰς ἡμετέρας, τῶν πόνων τὴν βίην πρὸς τὸ πλῆθος τῶν σιτίων, καὶ τὴν φύσιν τοῦ ἀνθρώπου, καὶ τὰς ἡλικίας τῶν σωμάτων, καὶ πρὸς τὰς ὥρας τοῦ ἐνιαυτοῦ, καὶ πρὸς τὰς μεταβολὰς τῶν πνευμάτων, πρὸς τὰς θέσεις τῶν χωρίων ἐν ᾗσι διαιτέονται, πρός τε τὴν κατάστασιν τοῦ ἐνιαυτοῦ. ἄστρων τε ἐπιτολὰς καὶ δύσιας γινώσκειν δεῖ, ὅκως ἐπίστηται τὰς μεταβολὰς, καὶ ὑπερβολὰς φυλάσσειν, καὶ σίτων, καὶ ποτῶν, καὶ πνευμάτων, καὶ τοῦ ὅλου κόσμου, ἐξ ὧν περ αἱ νοῦσοι τοῖσιν ἀνθρώποισι φύονται. ταῦτα δὲ πάντα διαγνόντι, οὔκω αὔταρκες τὸ εὕρημά ἐστιν. ἢν μὲν γὰρ ἦν εὑρετὸν ἐπὶ τούτοις πρὸς ἑκάστην φύσιν σίτου μέτρον, καὶ πόνων ἀριθμὸς μὴ ἔχων ὑπερβολὴν, μήτε ἐπὶ τὸ πλέον, μήτε ἐπὶ τὸ ἔλασσον, εὕρητο ἂν ὑγείη τοῖσιν ἀνθρώποισιν ἀκριβῶς. νῦν δὲ τὰ μὲν προειρημένα πάντα εὕρηται, ὁκοῖόν ἐστι· τοῦτο δὲ,

---

CAPVT II.

Institutum suum proponit de diæta tum vniuersali, tum particulari; ad quod ciborum, potionum, laborum, astrorum, regionum facultates dignoscendæ sunt.

C QVi de hominis victus ratione rectè scripturus est, eum dico, primùm quidem totius hominis naturam nosse ac dignoscere oportere. Ac nosse quidem, ex quibus ab initio constitutus est, dignoscere verò, quænam in eo partes superent. Nisi enim primam constitutionem nouerit, quódque in corpore superat, ea quæ homini conducũt, minimè offerre poterit. Hęc igitur conscribentem cognoscere oportet, deinde verò ciborum omnium ac potionum quibus in victu vtimur, quam singula facultatem, tum ex natura, tum ex necessitate & arte humana obtineant. D Scire namque decet qua ratione fortibus naturâ vires detrahantur, & quomodo imbecillis, vt cuiusque occasio se obtulerit, vires ex arte adhibere oporteat. Qui verò commemorata nouerit, huic nondum idonea est hominis curatio; quandoquidem homo comedens, nisi etiam laboribus exerceatur, sanus esse non potest. Cibi enim & labores aduersas inter se facultates, mutuò tamen ad sanitatem conferentes, obtinent. Labores namque ea quæ adsunt consumere solent, cibi verò & potiones, quæ vacuata sunt explere. Laborum autem quantum par est, facultas, tum eorum qui à natura, tum eorum qui per E vim contingunt, dignoscenda est; & quinam ex ipsis carnes ad incrementum, & qui ad defectum præparent. Neque ista tantùm, verùm etiam conueniens laborum modus qui à nobis adhibetur, pro ciborum copia, hominis naturâ, & corporum ætate, pro anni temporibus, & ventorum mutationibus, pro locorum situ, in quibus vitam agunt, & pro anni constitutione. Quinetiam syderum ortus & occasus noscendi sunt, vt mutationes & ciborum ac potionum redundantias, ventorumque & totius mundi, ex quibus sanè morbi hominibus proueniunt, obseruare sciat. F Qui tamen hæc omnia nouerit, huic inuentum nondum satis est. Nam si præter hæc inuentus fuerit cuiusque naturæ conueniens cibi modus, & laborum numerus, qui neque supra, neque infra modum excedat, sanitas sanè hominibus exactè inuenta fuerit. At nunc prædicta quidem omnia quænam sint, inuenta sunt, hoc verò

inueniri

inueniri non potest. Si igitur quis præsens adsit, & inspiciat hominem exuentem se, & in gymnasiis exercentem, is vtique nouerit, hæc quidem detrahendo, illa verò adiiciendo, vt sanum seruare oporteat. Qui verò minimè præsens adfuerit, is exactè cibos & labores præscribere non poterit, quum quantum quidem quis inuenire possit, à me iam relatum sit. Nam etsi à cæteris non multùm deficiunt, temporis tamen spatio corpus ab excessu superari, & in morbum incidere necesse est. Ab aliis igitur, vt huc vsque inuestigatione prouenirent, tentatum est, neque verò hæc dicta sunt, à me autem inuenta est morbi prænotio, antequam quis ab excessu ægrotet, vtramuis in partem fiat. Neque enim morbi derepente hominibus accidunt, sed paulatim collecti, aceruatim se produnt. Priùs ergo quàm in homine quod sanum est à morboso superetur, quæ afficiant, & vt ea sanitati restituenda sint, à me inuenta sunt. Hoc autem scriptis addito propositorum mentis ratiocinatio absoluitur.

A ἀδύνατον εὑρεῖν. εἰ μὲν οὖν παρείη τις καὶ ὁρῴη, γινώσκοι ἂν τὸν ἄνθρωπον ἐκδύοντά τε, καὶ ἐν τοῖσι γυμνασίοισι γυμναζόμενον, ὥς τε φυλάσσειν ὑγιαίνοντα, τῶν μὲν ἀφαιρέων, τοῖσι δὲ προστιθείς. μὴ παρεόντι δὲ, ἀδύνατον ὑποθέσθαι ἐς ἀκρίβειαν σῖτα καὶ πόνους, ἐπεὶ ὁκόσον γε δυνατὸν εὑρεῖν, ἐμοὶ ἤδη εἴρηται. ἀλλὰ γὰρ εἰ καὶ πάνυ σμικρὸν ἐνδεέστερα τῶν ἑτέρων γίνοιτο ἂν, ἐν πολλῷ χρόνῳ ἀνάγκη κρατηθῆναι τὸ σῶμα ὑπὸ τῆς ὑπερβολῆς, καὶ ἐς νόσον ἀφικέσθαι. τοῖσι μὲν οὖν ἄλλοισι μέχρι τούτου ἐπικεχείρηται ζητηθῆναι, εἴρηται δὲ οὐδὲ ταῦτα· ἐμοὶ δὲ ταῦτα ἐξεύρηται περὶ τοῦ κάμνειν τὸν ἄνθρωπον, ἀπὸ τῆς ὑπερβολῆς ἐφ' ὁκότερον ἂν γίνηται
B προδιάγνωσις. οὐ γὰρ εὐθέως αἱ νοῦσοι τοῖσιν ἀνθρώποισι προσγίνονται, ἀλλὰ κατὰ μικρὸν συλλεγόμεναι, ἀθρόως ἐκφαίνονται. πρὶν οὖν κρατέεσθαι ἐν τῷ ἀνθρώπῳ τὸ ὑγιὲς ὑπὸ τοῦ νοσεροῦ, ἃ πάσχουσιν ἐξεύρηταί μοι, καὶ ὅκως χρὴ ταῦτα καθιστάναι ἐς τὴν ὑγείην. τούτου δὲ προσγενομένου πρὸς τοῖσι γεγραμμένοισι, τελέεται τὸ ἐπιχείρημα τῶν διανοημάτων.

CAPVT III.

Institutum aggreditur, & de principiis naturalibus vniuersim disputat; quæ duo constituit ignem & aquam quatuor donata qualitatibus.

OMnia igitur tum animantia, tum homo ipse, ex duobus facultate quidem diuersis, vsu verò consentientibus constant, igne inquam & aqua. Quæ duo simul iuncta, tum aliis omnibus, tum sibi inuicem satis sunt; vtrumque verò seorsim, neque sibi ipsi, neque cuiquam alteri *satis esse potest.* Horum igitur vtrumque hanc obtinet facultatem. Ignis siquidem omnia semper mouere, aqua vero omnia semper nutrire potest; At secundum partes vtrumque superat & superatur, ad summum ac minimum, quoad fieri potest. Neutrum enim hanc ob causam prorsus superare potest. Ignis siquidem in extremam aquam irruens, alimento deficitur, auertitur igitur vnde ali debuerat. Aqua verò in extremum ignem irrumpens, deficit motus. In ea itaque sistitur; & quum constiterit, non ampliùs superior existit, sed sanè ab irruente igne in alimentum consumitur propertereaque neutrum penitus superare potest. Quod si alterutrum aliquando etiam superaretur, nihil eorum quæ nunc existunt, velut nunc se habet permaneret. Quum autem ita semper se habeant, eadem erunt, & neutra, neque simul deficient. Ignis igitur & aqua quemadmodum à me dictum est, in summo ac minimo similiter considerata, omnibus in vniuersum satis sunt. Horum autem vtrique hæc adiacent; igni quidem calidum & siccum; aquæ verò frigidum & humidum. Habent autem à se inuicem, ignis quidem ab aqua humiditatem; inest enim ab aqua humiditas, aqua verò ab igne siccitatem, inest enim aquæ ab igne siccitas. Quibus sic se habentibus, multas cuiusuis generis tum seminum, tum animalium formas, nihil inter se, neque visu, neque facultate similes, à se inuicem secernunt. Quum enim nunquam eodem statu permaneant, sed perpetuò alterentur, temporis tandem successu, quæ etiam ab his secernuntur, dissimilia oriri necesse est.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Γ'.

C Ἐπιχειρεῖ τὸ ἔργον, καὶ περὶ τῶν καθόλου φυσικῶν ἀρχῶν ἀγωνίζεται· ἃς εἶναι συνίσταται δύο τό τε πῦρ, καὶ τὸ ὕδωρ τέσσαρας ἐχούσας ποιότητας.

ΞΥνίσταται μὲν οὖν τὰ ζῶα, τά τε ἄλλα πάντα, καὶ ὁ ἄνθρωπος, ἀπὸ δυοῖν· διαφόροιν μὲν τὴν δύναμιν, συμφόροιν δὲ τὴν χρῆσιν, πυρὸς λέγω καὶ ὕδατος. ταῦτα δὲ ξυναμφότερα αὐτάρκεά ἐστι τοῖσί τε ἄλλοισι πᾶσι, καὶ ἀλλήλοισιν· ἑκάτερον δὲ χωρὶς, οὔτε αὐτῷ ἑωυτῷ, οὔτε ἄλλῳ οὐδενί. τὴν μὲν οὖν δύναμιν αὐτῶν ἑκάτερον ἔχει τοιήνδε. τὸ μὲν γὰρ πῦρ, δύναται πάντα διὰ παντὸς κινῆσαι, τὸ δὲ ὕδωρ,
D πάντα διὰ παντὸς θρέψαι· ἐν μέρει δὲ ἑκάτερον κρατέει καὶ κρατέεται, ἐς τὸ μήκιστον καὶ τὸ ἐλάχιστον, ὡς ἀνυστόν, οὐδέτερον γὰρ κρατῆσαι παντελῶς δύναται, διὰ τόδε. τὸ μὲν πῦρ ἐπεξιὸν ἐπὶ τὸ ἔσχατον τοῦ ὕδατος, ἐπιλείπει ἡ τροφή. ἀποτρέπεται οὖν ὁκόθεν μέλλει τρέφεσθαι. τὸ δὲ ὕδωρ ἐπεξιὸν ἐπὶ τὸ ἔσχατον τοῦ πυρὸς, ἐπιλείπει ἡ κίνησις. ἵσταται οὖν ἐν τούτῳ· ὁκόταν δὲ στῇ, οὐκ ἔτι ἐγκρατές ἐστιν, ἀλλὰ δὴ τῷ ἐμπίπτοντι πυρὶ ἐς τὴν τροφὴν καταναλίσκεται· οὐδέτερον δὲ διὰ ταῦτα, δύναται κρατῆσαι παντελῶς. εἰ δέ κοτε κρατηθείη καὶ ὁκότερον, οὐδὲν ἂν εἴη τῶν νῦν ἐόντων, ὥσπερ ἔχει νῦν. οὕτω δὲ
E ἐχόντων αἰεὶ, ἔσται τὰ αὐτὰ, καὶ οὐδέτερα, καὶ οὐδὲ ἅμα ἐπιλείψει. τὸ μὲν οὖν πῦρ, καὶ τὸ ὕδωρ, ὥσπερ εἴρηταί μοι, αὐτάρκεά ἐστι πᾶσι διὰ παντὸς ἐς τὸ μήκιστον, καὶ τοὐλάχιστον ὡσαύτως. τούτων δὲ προσκέεται ἑκατέρῳ τάδε· τῷ μὲν πυρὶ, τὸ θερμὸν καὶ τὸ ξηρόν· τῷ δὲ ὕδατι, τὸ ψυχρὸν καὶ τὸ ὑγρόν. ἔχει δὲ ἀπ' ἀλλήλων· τὸ μὲν πῦρ, ἀπὸ τοῦ ὕδατος τὸ ὑγρόν· ἔνι γὰρ ἀπὸ τοῦ ὕδατος ὑγρότης· τὸ δὲ ὕδωρ ἀπὸ τοῦ πυρὸς, τὸ ξηρόν· ἔνι γὰρ ἐν ὕδατι ἀπὸ τοῦ πυρὸς ξηρόν. οὕτω δὲ τούτων ἐχόντων, πολλὰς καὶ παντοδαπὰς ἰδέας ἀποκρίνονται ἀπ' ἀλλήλων καὶ σπερμάτων, καὶ ζώων, οὐδὲν ὁμοίων ἀλλήλοισιν, οὔτε
F τὴν ὄψιν, οὔτε τὴν δύναμιν. ἅτε γὰρ οὔ ποτε κατὰ τὸ αὐτὸ ἱσταμένων, ἀλλ' αἰεὶ ἀλλοιουμένων, ἔπειτα καὶ ἔπειτα ἀνόμοια ἐξ ἀνάγκης γίνεται, καὶ τὰ ἀπὸ τούτων ἀποκρινόμενα.

A

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Δ'.

Τῶν ἐξ ἀρχῶν γινομένων, οὔτε γένεσίν τε καὶ φθοράν, ἀλλ' ἀλλοίωσίν τε καὶ αὔξησιν, καὶ μείωσιν εἶναι.

Ἀπόλλυται μὲν οὐδὲν ἁπάντων χρημάτων οὐδὲ γίνεται, ὅτι μὴ καὶ πρόσθεν ἦν. ξυμμισγόμενα δὲ, καὶ διακρινόμενα, ἀλλοιοῦται. νομίζεται δὲ παρὰ τῶν ἀνθρώπων, τὸ μὲν ἐξ ἅδου ἐς φάος αὐξηθὲν, γενέσθαι· τὸ δὲ ἐκ τοῦ φάεος εἰς ἅδην μειωθὲν, ἀπολέσθαι· ὀφθαλμοῖσι δὲ δεῖ πιστεύεσθαι μᾶλλον, ἢ γνώμῃσιν. ἐγὼ δὲ τάδε γνώμῃ ἐξηγέομαι. B ζῶα γὰρ κἀκεῖνα, καὶ τάδε, καὶ οὔτε τὸ ζῶον ἀποθανεῖν οἷόν τε μὴ μετὰ πάντων, καὶ γὰρ ὅθεν ἀποθανεῖται, οὔτε τὸ μὴ ὂν γενέσθαι, μὴ ὄντος ὅθεν παραγενήσεται. ἀλλ' αὔξεται πάντα καὶ μειοῦται ἐς τὸ μήκιστον, καὶ ἐς τὸ ἐλάχιστον, τῶν γε δυνατῶν.

CAPVT IV.

Eorum quæ ex principiis orta ſunt, non ortum ac interitum, ſed alterationem, incrementum, & decrementum eſſe.

Nihil quidem rerum omnium perit, neque oritur quod priùs non erat, verùm inuicem commixta & diſcreta alterantur. At homines exiſtimant, id quidem quod ex orco in lucem augetur, oriri; quod verò ex luce ad orcum imminuitur, perire; magiſque oculis quàm rationi fidem eſſe adhibendam. Ego verò iſta ratione exponam. Animantia namque ſunt & illa & iſta, neque animal interire poteſt quin omnia intereant, (etenim vnde moriatur?) neque quod non eſt generari quum non ſit vnde generetur. Verùm augentur omnia & imminuuntur ad ſummum, & ad minimnm, quoad eius fieri poteſt.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ε'.

Τὴν τῶν φυσικῶν δήλωσιν ἐπιχειρεῖ, καὶ τὸ μὲν πρῶτον τὴν αὐτῆς βάσιν ὑποτίθεται, ἔπειτα δὲ ἀπογράφει· περὶ γενέσεώς τε καὶ φθορᾶς, καὶ τῆς θείας ἀνάγκης.

C

Ὅτι δ' ἂν διαλέγωμαι γενέσθαι, καὶ τὸ ἀπολέσθαι τῶν πολλῶν εἵνεκεν ἑρμηνεύω. ταῦτα δὲ καὶ ξυμμίσγεσθαι, καὶ διακρίνεσθαι δηλῶ· ἔχει δὲ ὧδε, γενέσθαι καὶ ἀπολέσθαι τωὐτὸ, ξυμμιγῆναι καὶ διακριθῆναι τωὐτὸ, γενέσθαι ξυμμιγῆναι τωὐτὸ, ἀπολέσθαι, μειωθῆναι, διακριθῆναι τωὐτό· ἕκαστον πρὸς πάντα, καὶ πάντα πρὸς ἕκαστον τωὐτό. ὁ νόμος γὰρ τῇ φύσει περὶ τούτων ἐναντίος, χωρεῖ δὲ πάντα καὶ θεῖα, καὶ ἀνθρώπινα ἄνω καὶ κάτω ἀμειβόμενα. ἡμέρη καὶ εὐφρόνη ἐπὶ τὸ μήκιστον καὶ ἐλάχιστον, ὡς καὶ D τῇ σελήνῃ τὸ μήκιστον, καὶ τὸ ἐλάχιστον· πυρὸς ἔφοδος καὶ ὕδατος, ἥλιος ἐπὶ τὸ μακρότατον, καὶ βραχύτατον· πάλιν ταῦτα, καὶ οὐ ταῦτα. φάος Ζηνὶ, σκότος Ἅδῃ· φάος Ἅδῃ, σκότος Ζηνί. φοιτᾷ καὶ μετακινεῖται κεῖνα ὧδε, καὶ τάδε κεῖσε πᾶσαν ὥρην διαπρησσόμενα, κεῖνά τε τὰ τῶνδε· τὰ δὲ ταῦτα, κείνων· καί θ' ἃ μὲν πρήσσουσιν, οὐκ οἴδασιν, ἃ δὲ πρήσσουσι, δοκέουσιν εἰδέναι· καί θ' ἃ μὲν ὁρῶσιν, οὐ γινώσκουσιν. ἀλλ' ὅμως αὐτοῖσι πάντα γίνεται δι' ἀνάγκην θείην, καὶ ἃ βούλονται, καὶ μὴ βούλονται. φοιτεόντων δ' ἐκείνων ὧδε, τῶν δέ τε κεῖσε· συμμισγομένων πρὸς ἄλληλα, τὴν πεπρωμένην E μοίρην ἕκαστον ἐκπληροῖ, καὶ ἐπὶ τὸ μέζον, καὶ ἐπὶ τὸ μεῖον. φθορὴ δὲ πᾶσι ἀπ' ἀλλήλων, τῷ μείζονι ἀπὸ τοῦ μείονος, καὶ τῷ μείονι ἀπὸ τοῦ μέζονος, αὐξάνεται καὶ τὸ μέζον ἀπὸ τοῦ ἐλάσσονος, τὰ δ' ἄλλα πάντα, καὶ ψυχὴ ἀνθρώπου, καὶ σῶμα, ὁκοῖον ἡ ψυχὴ διακοσμέεται. ἐσέρπει δὲ ἐς ἄνθρωπον, μέρεα μερέων, ὅλα ὅλων, ἔχοντα σύγκρησιν πυρὸς καὶ ὕδατος. τὰ μὲν ληψόμενα, τὰ δὲ δώσοντα, καὶ τὰ μὲν λαμβάνοντα, πλεῖον ποιεῖ, τὰ δὲ διδόντα, μεῖον πρίουσιν. ἄνθρωποι ξύλον, ὁ μὲν ἕλκει, ὁ δὲ ὠθεῖ, τὸ δ' αὐτὸ τοῦτο ποιέουσι, μεῖον δὲ ποιέοντες, πλεῖον ποιέουσι· τὸ δ' αὐτὸ, καὶ φύσις ἀν- F θρώπων, τὸ μὲν ὠθεῖ, τὸ δὲ ἕλκει, τὸ μὲν δίδωσι, τὸ δὲ λαμβάνει, καὶ τὸ μὲν δίδωσι· τοῦδε λαμβάνει, καὶ τῷ μὲν δίδωσι τοσούτῳ πλεῖον, ὁ δὲ λαμβάνει τοσούτῳ μεῖον. χώρην δὲ ἕκαστον φυλάσσει τὴν ἑωυτοῦ, καὶ τὰ μὲν ἐπὶ τὸ μεῖον ἰόντα, διακρίνεται εἰς τὴν ἐλάσσονα χώρην, τὰ δὲ ἐπὶ τὸ μέζον πορευό-

CAPVT V.

Rerum naturalium declarationem aggreditur; eiuſque baſin primò ſupponit, mox in genere deſcribit, de generatione & corruptione; ac diuina neceßitate.

Qvid autem generari & interire vocem, multorum gratia explicandum videtur; ea verò & commiſceri & ſecerni, ſignificare declaro, ſic autem ſe res habet. Generari & interire idem; commiſceri & ſecerni idem. Generari idem quod cõmiſceri. Interire, imminui, idem quod ſecerni. Vnumquodque ad omnia, & omnia ad vnumquodque idem ſunt. Lex enim naturæ in his aduerſatur; ſeorſum verò omnia & diuina & humana ſurſum & deorſum viciſſim rependens. Dies & nox ad ſummum & minimum *conſiderantur*, velut lunæ ſummum ac minimum accedit. Igni ſuus eſt impetus, & aquæ item ſuus; Sol ad longiſſimum & breuiſſimum accedit; Rurſus hæc, & non hæc. Lux Ioui, tenebræ orco, Lux orco, tenebræ Ioui. Commeant & tranſmouentur illa huc, & hæc illuc, & omni quidem tempore; illa horum, hæc verò illorum res peragunt; & quę quidem faciunt, neſciunt, quæ verò faciunt, ſcire videntur, & quæ quidem vident non cognoſcunt. Et tamen his omnia neceſſitate diuina contingunt, & quæ volunt & quæ nolunt. Illis autem huc, his verò illuc commeantibus, & inuicem commixtis, fatalem ſuam ſortem quodque complet, & ad maius, & ad minus. Interitus autem eſt omnibus mutuus, & maiori à minore, & minori à maiore. Quin etiam maius à minore augetur, tum reliqua omnia, tum hominis animus, & corpus velut anima certo ordine deſcribitur. Irrepunt autem in hominem partes partium, tota totorum, quæ ignis & aquæ commixtionem habent, & partim quidem accipiunt, partim etiam exhibent. Et quæ quidem accipiunt, plus faciunt; quæ verò exhibent minus. Lignum homines ſerra ſecant, & hic quidem trahit, alter verò trudit, idem tamen faciunt, & minùs facientes, plus faciunt. Idem & hominis natura, partim quidem propellit, partim verò trahit, partim dat, partim etiam accipit; & alij quidem dat, ab alio verò accipit, & alij quidem tantò plus dat, hic verò tantò minùs accipit. Locum autem ſuum quodque tuetur, & quæ quidem ad minus tendunt, in minorem locum ſecernuntur, quæ verò ad maius proficiſcuntur, commixta

commixta in maiorem classem transeunt. Externa verò neque eiusdem generis, ex aliena regione pelluntur. In vnoquoque autem anima maiora & minora habens, suas ipsius partes circummeat, quæ nec appositione, nec detractione indigent, quum tamen eorum quæ adsunt accretione & imminutione opus habeat. Locum verò singula conficiunt in quem ingrediantur, & ea quæ incidunt suscipiant. Neque enim potest quod non est eiusdem generis, in loco minimè sibi conueniente permanere. Vagantur siquidem non agnita, inuicem verò permixta simul cognoscuntur. Conueniens enim conuenienti adhæret, quod autem minimè conuenit, dissidet & pugnat & à se inuicem discrepat. Quam ob causam hominis anima in homine, neque in vllo alio incrementum accipit, eodémque modo de magnis animalibus. Quæcunque verò aliter per vim ab aliis secernuntur, de aliis quidem animalibus prætermittam, de homine verò declarabo.

CAPVT VI.

De hominis ortu, incremento, alimento, & mixtionis harmonia excellentissima.

IRrepit autem in hominem anima, ignis & aquæ contemperationem habens, corporis humani portionem. Hæc autem fœminea & mascula, multa & cuiusuis generis nutriuntur. Nutriuntur & augescunt victu quo homo vtitur. Quæ verò ingrediuntur, ea omnia partes habere necesse est; nam cuiuscunque pars non inerit à principio, nullo vnquam modo augeri poterit neque copioso, neque pauco accedente alimento, quum non habeat quod incrementum accipiat. Augetur autem quodque in suo loco, quod omnia habet. Superueniente verò alimento, ab aqua sicco, ab igne verò humido, alia quidem intrò, alia verò foràs vi adiguntur. Quemadmodum fabri lignarij lignum serra secant, & alter quidem trahit, alter verò trudit, idem sanè facientes, & qui deorsum vrget, eum qui supra est, trahit, neque enim aliàs deorsum descenderet, sin per vim agant, penitus aberrabunt. Ita se habet hominis alimentum, aliud quidem trahit, aliud verò trudit, intrò verò vi actum, foràs repit, si autem intempestiuè per vim agatur, prorsus successu frustrabitur. Sed singula tanto tempore habent ordinem, quoad locus non amplius suscipiat, neque satis alimenti ad extremum vsque aquarum habeant. Postea ad externam regionem transeunt tum fœminea, tum mascula, eodem modo vi & necessitate coacta. Quæcunque verò fatalem sortem impleuerint, hæc primùm secernuntur, & simul commiscentur. Vnumquodque siquidem secernitur, hæc autem omnia commiscentur. Quæ vbi regionem permutauerint, & concentum tres consonantias rectè habentem nacta fuerint, denique per omnia penetrans, iisdem quibus etiam antea viuit & incrementum accipit. Quòd si prima consonantia concentum non assequatur, & grauia acutis minimè consona fuerint, & si secunda generatio adfuerit, quod per totum est, vno decedente, totus tenor vanus est. Neque enim consonantiam habent, sed à maiore ad minus, ante destinatam sortem transitio fit, eo quod nesciunt quid faciunt.

A μενα, συμμισγόμενα, ἐξαλλάσσει εἰς τὴν μείζω τάξιν· τὰ δὲ ξένα μὴ ὁμότροπα, ὠθέεται ἐκ χώρης ἀλλοτρίης. ἑκάστῳ δὲ ψυχή, μέζω καὶ ἐλάσσω ἔχουσα, περιφοιτᾷ τὰ μόρια τὰ ἑωυτῆς, οὐ προσθέσιος οὐδὲ ἀφαιρέσιος δεομένων τῶν μερέων· κατὰ δὲ αὔξησιν καὶ μείωσιν τῶν ὑπαρχόντων δεομένη. χώρην δὲ ἕκαστα διαπρήσσεται ἐς ἣν ἵνα εἰσέλθῃ, καὶ δέξηται τὰ προσπίπτοντα. οὐ γὰρ δύναται τὸ μὴ ὁμότροπον ἐν τοῖσιν ἀσυμφόροισι χωρίοισιν ἐμμένειν. πλανᾶται μὲν γὰρ ἀγνοούμενα· ξυμμισγόμενα δὲ ἀλλήλοισι, συγγινώσκεται. προσίζει γὰρ τὸ σύμφορον τῷ συμφόρῳ, τὸ δὲ ἀσύμφορον, πολεμεῖ, καὶ μάχεται, καὶ διαλλάσσει ἀπ' B ἀλλήλων. διὰ τοῦτο ἀνθρώπου ψυχή, ἐν ἀνθρώπῳ αὔξεται· ἐν ἄλλῳ δὲ οὐδενί, καὶ τῶν ἄλλων ζώων τῶν μεγάλων ὡσαύτως. ὁκόσα δὲ ἄλλως ἀπ' ἄλλων ὑπὸ βίης ἀποκρίνεται, περὶ μὲν οὖν τῶν ἄλλων ζώων ἐάσω· περὶ δὲ ἀνθρώπου, δηλώσω.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ϛ'.

Περὶ τῆς τοῦ ἀνθρώπου γενέσεώς τε, καὶ αὐξήσεως, καὶ τροφῆς, καὶ τῆς καλλίστης μίξεως ἁρμονίας.

C Ἐσέρπει δὲ ἐς ἄνθρωπον, ψυχή· πυρὸς καὶ ὕδατος ξύγκρησιν ἔχουσα, μοίρας σώματος ἀνθρώπου. ταῦτα δὲ τὰ θήλεα, καὶ ἄρσενα, καὶ πολλά, καὶ παντοῖα τρέφεται. τρέφεται δὲ καὶ αὔξεται διαίτῃ τῇ περὶ τὸν ἄνθρωπον. ἀνάγκη δὲ τὰ μέρεα ἔχειν πάντα τὰ εἰσιόντα· οὗτινος γὰρ μὴ ἐνείη μοῖρα ἐξ ἀρχῆς, οὐκ ἂν αὐξηθείη, οὔτε πολλῆς ἐπιούσης τροφῆς, οὔτε ὀλίγης· οὐ γὰρ ἔχει τὸ προσαυξόμενον. ἔχον δὲ πάντα, αὔξεται ἐν χώρῃ τῇ ἑωυτοῦ ἕκαστον. τροφῆς ἐπιούσης ἀπὸ ὕδατος ξηροῦ, καὶ πυρὸς ὑγροῦ, D τὰ μὲν εἴσω βιαζόμενα, τὰ δὲ ἔξω. ὥσπερ οἱ τέκτονες τὸ ξύλον πρίουσι, καὶ ὁ μὲν ἕλκει, ὁ δὲ ὠθεῖ τὸ αὐτὸ πάντες· κάτω δὲ πιέζων, τὸ ἄνω ἕρπει. οὐ γὰρ ἂν [ὑπεν]δέχοιτο κάτω ἰέναι· ἢν δὲ βιάζωνται, παντὸς ἁμαρτήσονται. τοιοῦτον τροφὴ ἀνθρώπου, τὸ μὲν ἕλκει· τὸ δ' ὠθεῖ, εἴσω δὲ βιαζόμενον, ἔξω ἕρπει. ἢν δὲ βιῆται παρὰ καιρόν, παντὸς ἀποτεύξεται. χρόνον δὲ τοσοῦτον ἕκαστα τὴν αὐτὴν ἔχει τάξιν, ἄχρι μηκέτι δέχηται ἡ χώρη, μηδὲ τροφὴν ἱκανὴν ἔχῃ ἐς τὸ μήκιστον τῶν ὑδάτων. ἔπειτ' ἐναμείβει ἐς τὴν ἔξω χώρην, θήλεα καὶ ἄρσενα, τὸν ἑωυτὸν τρόπον E ὑπὸ βίης, καὶ ἀνάγκης διωκόμενα. ὁκότερα δ' ἂν ἐμπλήσῃ τὴν πεπρωμένην μοίρην, ταῦτα διακρίνεται πρῶτα, καὶ ἅμα συμμίσγεται ἕκαστον μὲν γὰρ διακρίνεται, πάντα δὲ ταῦτα ξυμμίσγεται. χώρην δὲ ἀμείψαντα, καὶ τυχόντα ἁρμονίης ὀρθῶς ἐχούσης συμφωνίας τρεῖς, ξυλλήβδην διεξιὼν διὰ πασέων, ζῇ καὶ αὔξεται τοῖσιν αὐτοῖσιν οἷσι καὶ πρόσθεν. ἢν δὲ μὴ τύχῃ τῆς ἁρμονίης, μηδὲ ξύμφωνα βαρέα τοῖσιν ὀξέσι γένηται ἡ πρώτη συμφωνίη· ἢν δὲ δευτέρη γένεσις ᾖ, τὸ διὰ παντὸς ἑνὸς ἀπογενομένου, πᾶς ὁ τόνος μάταιος. οὐ γὰρ ἂν προσαείσειεν· ἀλλ' ἀμείβει ἐκ F τοῦ μείζονος εἰς τὸ μεῖον, πρὸ μοίρης διότι οὐ γινώσκουσιν ὅ,τι ποιέουσιν.

A

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ζ'.

Τὴν τοῦ ἀνθρώπου γένεσίν τε, καὶ αὔξησιν ἐν τῇ μήτρᾳ δηλοῖ.

Ἄρσενα μὲν οὖν καὶ θήλεα διότι ἑκάτερα γίγνεται, προϊόντι τῷ λόγῳ δηλώσω. τούτων δὲ ὁκότερον ἢν τύχῃ τῆς ἁρμονίης ὑγρὸν ἐόν, κινέεται ὑπὸ τοῦ πυρός· κινεόμενον δὲ ζωπυρεῖται, καὶ προσάγεται τὴν τροφὴν ἀπὸ τῶν ἐσιόντων ἐς τὴν γυναῖκα σιτίων καὶ πνεύματος, τὰ μὲν πρῶτα πάντη ὁμοίως ἕως ἀραιόν ἐστιν· ὑπὸ δὲ τῆς κινήσιος, καὶ τοῦ πυρὸς ξηραίνεται καὶ στερεοῦται, στερεούμενον δὲ πυκνοῦται περίξ, καὶ τὸ πῦρ ἐγκλειόμενον οὐκ ἔτι τὴν τροφὴν ἱκανὴν ἔχει ἐπάγεσθαι, οὐδὲ τὸ πνεῦμα ἐξωθεῖ διὰ τὴν πυκνότητα τοῦ περιέχοντος· ἀναλίσκει γὰρ τὸ ὑπάρχον ὑγρὸν εἴσω. τὰ μὲν οὖν στερεὰ τὴν φύσιν ἐν τῷ ξυνεστηκότι καὶ ξηρῷ, οὐκ ἀναλίσκεται τῷ πυρὶ ἐς τὴν τροφήν· ἀλλ' ἐγκρατέα γίγνεται καὶ ξυνίσταται τοῦ ὑγροῦ ἐκλείποντος, ἅπερ ὀστέα καὶ νεῦρα ἐπονομάζεται. τὸ δὲ πῦρ ἐκ τοῦ συμμιγέντος κινουμένου τοῦ ὑγροῦ, διακοσμέεται τὸ σῶμα κατὰ φύσιν διὰ τοιήνδε ἀνάγκην. διὰ μὲν τὸ στερεὸν καὶ ξηρὸν οὐ δύναται τὰς διεξόδους χρονίας ποιέεσθαι, διότι οὐκ ἔχει τροφήν· διὰ δὲ τῶν ὑγρῶν καὶ μαλακῶν, δύναται· ταῦτα γάρ ἐστιν αὐτῷ τροφή. ἔνι δὲ καὶ ἐν τούτοισι ξηρότης, οὐκ ἀναλισκομένη ὑπὸ τοῦ πυρός. ταῦτα δὲ ξυνίσταται πρὸς ἄλληλα, τὸ μὲν οὖν ἐσωτάτω καταφραχθὲν πῦρ, καὶ πλεῖστόν ἐστι καὶ μεγίστην τὴν διέξοδον ἐποιήσατο· πλεῖστον γὰρ τὸ ὑγρὸν ἐνταῦθα ἐνῆν ὅπερ κοιλίη καλέεται, καὶ ἐξέπεσεν ἐντεῦθεν, ἐπεὶ οὐκ εἶχε τροφὴν ἔξω, καὶ ἐποιήσατο, πλεῖστον γὰρ τὸ ὑγρὸν ἐνταῦθα ἐνῆν, καὶ τροφῆς ἐπαγωγὴν καὶ διάπεψιν. τὸ δὲ ἀποκλεισθὲν εἰς ἄλλο σῶμα, περιόδους ἐποιήσατο τρισσάς. ὅπερ ἦν ὑγρότατον τοῦ πυρός, ἐν τούτοισι τοῖσι χωρίοισιν, αἵτινες φλέβες καλέονται κοῖλαι. ἐς δὲ τὰ μέσα τούτων, τὸ ὑπολειπόμενον τοῦ ὕδατος ξυνιστάμενον πήγνυται, ὅπερ καλέεται σάρκες. ἑνὶ δὲ λόγῳ πάντα διεκοσμήσατο κατὰ τρόπον αὐτῷ ἑωυτό, τὰ ἐν σώματι τὸ πῦρ, ἀπομίμησιν τοῦ ὅλου, μικρὰ πρὸς μεγάλα, καὶ μεγάλα πρὸς μικρά. κοιλίην μὲν τὴν μεγίστην, ξηρῷ καὶ ὑγρῷ ταμεῖον, δοῦναι πᾶσι, καὶ λαβεῖν παρὰ πάντων, θαλάσσης δύναμιν ζώων ἐντρόφων τροφήν, ἀσυμφόρων δὲ φθοράν. περὶ δὲ ταύτην ὕδατος ψυχροῦ καὶ ὑγροῦ, σύστασις, διέξοδος πνεύματος ψυχροῦ καὶ θερμοῦ, ἀπομίμησιν τῆς γῆς, τὰ ἐπεισπίπτοντα πάντα ἀλλοιούσης. καταναλίσκοντα δὲ αὖξον, σκέδασιν ὕδατος λεπτοῦ καὶ πυρὸς ἐποιήσατο, περὶ οὐκ ἀφανέος καὶ φανεροῦ, ἀπὸ τοῦ ξυνεστηκότος ἀπόκρισιν· ἐν ᾧ φερόμενα πάντα ἐς τὸ φανερὸν ἀφικνέεται ἕκαστα μοίρη πεπρωμένη. ἐν δὲ τούτῳ ἐποιήσατο πυρὸς περιόδους τρισσάς, περαινούσας πρὸς ἀλλήλας καὶ εἴσω καὶ ἔξω· αἱ μὲν πρὸς τὰ κοῖλα τῶν ὑγρῶν, σελήνης δύναμιν· αἱ δὲ ἐς τὴν ἔξω περιφορὰν πρὸς τὸν περιέχοντα πάγον, ἄστρων δύναμιν· αἱ δὲ μέσαι καὶ εἴσω καὶ ἔξω περαίνουσαι, τὸ θερμότατον καὶ ἰσχυρότατον πῦρ, ὅπερ πάντων ἐπικρατέεται, διέπον ἅπαντα κατὰ φύσιν· ἄψοφον καὶ ὄψει καὶ ψαύσει. ἐν τούτῳ, ψυχή, νόος, φρόνησις, αὔξησις, κίνησις, μείωσις, διάλλαξις, ὕπνος, ἐγρήγορσις. τοῦτο πάντα διὰ παντὸς κυβερνᾷ, καὶ τάδε καὶ ἐκεῖνα, οὐδέκοτε ἀτρεμίζων.

CAPVT VII.

Hominis ortum & incrementum in vtero demonstrat.

At cur vtrique tum masculus tum fœmina generentur, procedente oratione ostendam. Horum autem quodcunque concentum sortitum, quum humidum existat, ab igne mouetur; motum verò viuiscit, & alimentum ad se ab iis quæ in mulierem ingrediuntur, cibo & spiritu attrahit, imprimis quidem vndequaque æqualiter quum primùm B rarum est, motu verò & igne siccescit & solidescit, & solidum redditum circumquaque densatur. Ignisque inclusus non amplius sufficiens alimentum attrahere valet, neque spiritum propter ambientis corporis densitatem expellit. Absumit enim quicquid intus humoris inest. Quæ igitur naturâ solida sunt in compacto & sicco, non absumuntur ab igne in alimentum, sed valida redduntur & humore deficiente compinguntur, quæ quidem ossa & nerui nominantur. Ignis autem ex commixto humore commoto, corpus secundum naturam propter hanc necessitatem componit. Neque enim C per solidum & siccum diutiùs permeare potest, quum alimentum non habeat; at per humida & mollia potest; nam hæc ipsi sunt alimentum. In his autem etiam siccitas ab igne non consumpta inest. Hæc verò mutuò inter se consistunt. Ignis igitur penitissimè conclusus, & plurimus est & maximum exitum fecit, quum plurimus hoc in loco humor inesset, qui venter appellatur; indéque excidit quum alimentum non habeat extrinsecus, *exitúmque* sibi parauit, quòd plurimus illic humor inesset, adque alimenti subuectionem & concoctionem. Qui verò ad reliquum corpus exclusus D est ignis, triplices circuitus fecit. Quod erat in igne humidissimum, in iis locis remansit, quæ venæ cauæ appellantur. In medio verò harum, quod reliquum est aquæ densatum constitit, & carnes vocantur. Ad summam ignis omnia quæ sunt in corpore suo modo, ad vniuersi imitationem, parua cum magnis, & magna cum paruis disposuit. Ventrem quidem maximum, sicci & humidi promptuarium, qui omnibus daret, & ab omnibus acciperet, maris habens facultatem, quod animalia in eo enutrita fouet, aliena verò perimit. Circum hunc est aquæ frigidæ & humidæ coagmentatio, E transitus spiritus frigidi & calidi, ad terræ imitationem, quæ omnia quæ in eam illabuntur, alterat. Consumens verò & augens aquæ tenuis, & ignis dispersionem fecit, ad non obscuri & apparentis à compacto secretionem; in quo delata omnia singula pro fatali sorte in apertum veniunt. In hoc autem triplices ignis circuitus fecit, in se inuicem intrò ac foràs tendentes; alios quidem ad humorum cauitates, lunæ facultate; alios verò ad exteriorem superficiem, ad ambientem consistentiam, syderum facultate; medios autem intrò & foràs tendentes, calidissimum & validissimum ignem continentes, qui cunctis dominatur, omniáque secun- F dum naturam moderatur, sine strepitu, tum visu, tum tactu. In quo anima, mens, prudentia, incrementum, motus, imminutio, permutatio, somnus vigilia. Hic omnia in totum gubernat, & hæc & illa neque vnquam quiescit.

CAP.

A

CAPVT VIII.

Comparatione quarumuis aliarum actionum & affectionum humanarum siue natura siue arte constent, naturalis ortus & incrementi doctrinam confirmat & illustrat.

AT verò homines ex manifestis obscura in considerationem adhibere non nouerunt. Ignorant enim quod artibus vtantur naturæ humanæ similibus. Diuina namque mens edocuit sua opera imitari, cognoscentes quæ faciunt, & ignorantes quæ imitantur. B Omnia enim similia, quæ dissimilia existunt; & conuenientia omnia, quæ sunt differentia; loquentia, non loquentia; rationem habentia, ratione carentia: singulorum modus qui in confesso est aliquantulum aduersatur. Lex enim & natura, quibus omnia conficiuntur consentientia non consentiunt. Legem siquidem ipsi sibi ipsis homines statuerunt, ignorantes de quibus statuerunt. Naturam verò Dij omnes certo ordine constituerunt. Quæ igitur homines statuerunt, ea nunquam eodem modo se habent, siue recta, siue non recta sint. Quæ verò dij statuerunt, ea semper rectè habent. Atque recta & non recta, in tantum inter C se differre videntur. At hominis artes manifestas, affectionibus tum manifestis, tum obscuris similes esse demonstrabo. Diuinatio hoc munus habet, vt ex manifestis obscura quidem cognoscat, ex obscuris manifesta, & ex præsentibus quæ futura sunt, ex mortuis viuentia. Ea etiam quæ intelligentia carent, intelligunt, semper quidem rectè, qui doctus est, indoctus verò aliàs aliter. Hominis naturã hæc quoad fieri potest imitantur. Viri cum muliere cõgressus facit, vt ex re manifesta, obscura cognoscatur, quòd sic puer futurus est. Mens hominis obscura, manifesta cognoscens, ex puero in virum transit, D ex præsenti quod futurum est cognoscit. Non est simile mortuum viuenti, ex mortuo animal nouit. Venter quum intelligentia careat, ex eo intelligimus, quòd sitit aut esurit. Quæ artis diuinandi & humanæ naturæ affectiones, his quidem qui agnoscunt semper rectè, ignorantibus verò aliàs aliter se habent. Artis ferrariæ instrumẽta ferrum colliquefaciunt, dum fabri igne vi flatus impulsi, alimentũ quod est, detrahunt, qúmque rarefecerint, feriũt & cogunt, aquæ autem alterius alimẽto roboratur. Eadem homini à pædotriba contingunt, dum alimentum quod adest, igne detrahitur, & vi spiritus E impellitur, rarefactus verò tunditur, atteritur, euertitur, aquis autem aliunde inductis robustus euadit. Fullones quoque idem conficiunt; pedibus calcãt, feriunt, inficiendo tundunt, trahunt, detrahendo robustiora reddunt, quæ supereminent deradẽdo, & adiiciendo pulchriora efficiunt. Eadem etiam homini contingunt. Sutores totis in partes diuisis, secando & pungendo, lacera integra reddũt. Idem etiam in homine contingit, tota in partes diuiduntur, & partium appositione tota fiunt; pungendo & secando marcida à Medicis sanãtur ac viuit homo. Medicina quod molestum est, tollit, & id ex quo F quis ægrotat auferendo, sanitatem reddit. Idem & natura sua sponte facere nouit. Qui sedet, exurgere conatur; & qui mouetur, quiescere; multáque eiuscemodi quæ sunt artis Medicæ, natura sibi vẽdicat. Fabri lignarij dum serra secant, hic quidem trudit, alter verò trahit, & vt idem efficiant vterque intendit. Dum terebrant, vnus quidem trahit,

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Η.

Ἐπὶ παραβολῆς τῶν τινων ἄλλων ἐνεργειῶν, καὶ διαθέσεων ἀνθρωπίνων, ἤτε φύσει, ἤτε τέχνῃ συνισαμένων, τὴν τῆς φυσικῆς γενέσεώς τε, καὶ αὐξήσιος διδασκαλίαν ἀναβεβαιοῖ, καὶ διακοσμεῖ.

ΟΙ δὲ ἄνθρωποι ἐκ τῶν φανερῶν, τὰ ἀφανῆ σκέπτεσθαι οὐκ ἐπίστανται. τέχνῃσιν γὰρ χρεόμενοι ὁμοίῃσιν ἀνθρωπίνῃ φύσει, οὐ γινώσκουσι. θεῶν γὰρ νόος ἐδίδαξε μιμέεσθαι τὰ ἑωυτῶν, γινώσκοντας ἃ ποιέουσι, καὶ οὐ γινώσκοντας ἃ μιμέονται. πάντα γὰρ ὅμοια, ἀνόμοια ἐόντα· καὶ σύμφορα πάντα, καὶ διάφορα ἐόντα· διαλεγόμενα, οὐ διαλεγόμενα· γνώμην ἔχοντα, ἀγνώμονα· ὑπεναντίος ὁ τρόπος ἑκάστων ὁμολογούμενος. νόμος γὰρ καὶ φύσις, οἷσι πάντα διαπρησσόμενα οὐχ ὁμολογέεται ὁμολογεόμενα. νόμον γὰρ ἔθεσαν ἄνθρωποι αὐτοὶ ἑωυτοῖσιν, οὐ γινώσκοντες περὶ ὧν ἔθεσαν. φύσιν δὲ πάντες θεοὶ διεκόσμησαν. τὰ μὲν οὖν ἄνθρωποι ἔθεσαν, οὐδέποτε κατὰ τὸ ωὐτὸ ἔχει, οὔτε ὀρθῶς, οὔτε μὴ ὀρθῶς. ὁκόσα δὲ θεοὶ ἔθεσαν, ἀεὶ ὀρθῶς ἔχει. καὶ τὰ ὀρθὰ, καὶ τὰ μὴ ὀρθὰ, τοσοῦτον διαφέρει. ἐγὼ δηλώσω τέχνας φανερὰς ἀνθρώπου, παθήμασιν ὁμοίας ἐούσας, καὶ φανεροῖσι, καὶ ἀφανέσι. μαντικὴ τοιόνδε· τοῖσι φανεροῖσι μὲν, τὰ ἀφανέα γινώσκειν· τοῖσι ἀφανέσι, τὰ φανερὰ· καὶ τοῖσιν ἐοῦσι, τὰ μέλλοντα· τοῖσιν ἀποθανοῦσι, τὰ ζῶντα. καὶ τῷ ἀσυνέτων συνίασιν, ὁ μὲν εἰδὼς, ἀεὶ ὀρθῶς· ὁ δὲ μὴ εἰδὼς, ἄλλοτε ἄλλως. φύσις ἀνθρώπου, καὶ βίον ταῦτα μιμέεται. ἀνὴρ γυναικὶ ξυγγινόμενος, παιδίον ἐποίεε τῷ φανερῷ τὸ ἄδηλον γινώσκειν, ὅτι οὕτως ἔσται. γνώμη ἀνθρώπου ἀφανὴς, γινώσκουσα τὰ φανερὰ, ἐκ παιδὸς εἰς ἄνδρα μεθίσταται, τῷ ἐόντι τὸ μέλλον γινώσκει. οὐχ ὅμοιον ἀπὸ θανάτου ζώοντι, τῷ τεθνηκότι τὸ ζῶον οἶδε ἀσύνετον· γαστὴρ ταύτῃ συνίεμεν, ὅτι διψῇ, ἢ πεινῇ. ταῦτα μαντικῆς τέχνης, καὶ φύσιος ἀνθρωπίνης πάθεα, τοῖσι μὲν γινώσκουσιν ἀεὶ, ὀρθῶς· τοῖσι δὲ μὴ γινώσκουσιν αἰεὶ, ἄλλοτε ἄλλως. σιδήρου ὄργανα τέχνης τὸν σίδηρον περιτήκουσι, πνεύματι ἀναγκάζοντες τὸ πῦρ, τὴν ὑπάρχουσαν τροφὴν ἀφαιρέοντες, ἀραιὸν δὲ ποιήσαντες, παίουσι καὶ συνελαύνουσιν· ὕδατος δὲ ἄλλου τροφῇ ἰσχυρὸν γίνεται. ταῦτα πάσχει ἄνθρωπος ὑπὸ παιδοτρίβου· τὴν ὑπάρχουσαν τροφὴν, πυρὶ ἀφαιρέεται, ὑπὸ πνεύματος ἀναγκαζόμενος· ἀραιούμενος δὲ, κόπτεται, τρίβεται, καθαιρέεται, ὑδάτων δὲ ὑπαγωγῇ ἄλλοθεν ἰσχυρὸς γίνεται. καὶ οἱ γναφέες, τὸ ωὐτὸ διαπρήσσονται· λακτίζουσι, παίουσι· λυμαινόμενοι, κόπτουσιν, ἕλκουσι· λυμαινόμενοι, ἰσχυρότερα ποιέουσι· κείροντες τὰ ὑπερέχοντα, καὶ παραπλέκοντες καλλίω ποιέουσι· ταῦτα πάσχει ὁ ἄνθρωπος. σκυτέες τὰ ὅλα κατὰ μέρεα διαιρέοντες· τέμνοντες δὲ, καὶ κεντέοντες, τὰ σαθρὰ ὑγιέα ποιέουσιν. καὶ ἄνθρωπος δὲ τὸ ωὐτὸ πάσχει· ἐκ τῶν ὅλων μέρεα διαιρέεται, καὶ ἐκ τῶν μερέων συντιθεμένων, ὅλα γίνεται· κεντεόμενοί τε καὶ τεμνόμενοι, τὰ σαθρὰ ὑπὸ τῶν ἰητρῶν ὑγιαίνονται, καὶ ζώει. ἰητρικὴ τὸ λυπέον ἀπαλλάσσει, καὶ ὑφ' οὗ πονέει ἀφαιρέουσα, ὑγιέα ποιεῖ, ἡ φύσις αὐτομάτη ταῦτα ἐπίσταται. καθήμενος, πονέει ἀναστῆναι· κινεύμενος, πονέει ἀναπαύσασθαι. καὶ ἄλλα τοιαῦτα ἔχει ἡ φύσις ἰητρικῆς. τέκτονες πρίοντες, ὁ μὲν ὠθέει ὁ δ' ἕλκει· τὸ αὐτὸ ποιέει ἀμφοτέρως φέρει. τρυπῶσιν, ὁ μὲν ἕλκει

ὁ δὲ ὠθεῖ. πιεζόντων τὸ μὲν ἄνω ἕρπει, τὸ δὲ κάτω· μεῖον οἷοι ἐόντες, πλείω ποιέουσι, φύσιν τε ἀνθρώπου μιμέονται. πνεῦμα τὸ μὲν ἕλκει, τὸ δὲ ὠθεῖ, τὸ δ᾽ αὐτὸ ποιέει ἀμφοτέρως φέρει. σίτων, τὰ μὲν κάτω πιέζεται, τὰ δὲ ἄνω ἕρπει. ἀπὸ μιῆς ψυχῆς διαιρεομένης, πλείους καὶ μείους, καὶ μέζονες καὶ ἐλάσσονες. οἰκοδόμοι ἐκ διαφόρων σύμφορα ἐργάζονται, τὰ μὲν ξηρὰ ὑγραίνοντες, τὰ δὲ ὑγρὰ ξηραίνοντες, τὰ μὲν ὅλα διαιρέοντες, τὰ δὲ διῃρημένα συντιθέντες, (μὴ οὕτω δὲ ἐχόντων, οὐκ ἂν ἔχοι ἰδίως.) δίαιταν ἀνθρωπίνην μιμέεται, τὰ μὲν ξηρὰ ὑγραίνοντες, τὰ δὲ ὑγρὰ ξηραίνοντες, τὰ μὲν ὅλα διαιρέουσι, τὰ δὲ διῃρημένα συντιθέασι. B ταῦτα πάντα διάφορα ἐόντα, ξυμφέρει τῇ φύσει. μουσικῆς ὄργανον ὑπάρξαι δεῖ πρῶτον, ἐν ᾧ δηλώσει ἃ βούλεται ἁρμονίην. συντάξιες ἐκ τῶν αὐτῶν, οὐχ αἱ αὐταὶ, ἐκ τοῦ ὀξέος, ἐκ τοῦ βαρέος, ὀνόματι μὲν ὁμοίων, φθόγγῳ δὲ οὐχ ὁμοίων. τὰ πλεῖστα διάφορα, μάλιστα ξυμφέρει, καὶ τὰ ἐλάχιστα διάφορα, ἥκιστα ξυμφέρει. εἰ δὲ ὅμοια πάντα ποιήσῃ τις, οὐκ ἔνι τέρψις. αἱ πλεῖσται μεταβολαὶ, καὶ πολυειδέσταται, μάλιστα τέρπουσι. μάγειροι ὄψα σκευάζουσιν ἀνθρώποισιν, ἐκ διαφόρων παντοδαπὰ ξυγκρίνοντες, ἐκ τῶν αὐτῶν οὐ τὰ αὐτὰ, βρῶσιν καὶ πόσιν ἀνθρώπων. C ἢν δὲ πάντα ὅμοια ποιήσωσιν, οὐκ ἔχει τέρψιν· οὐδ᾽ εἰ ἐν τῷ αὐτῷ πάντα ξυντάξειεν, οὐκ ἂν ἔχοι ὀρθῶς. κρούεται τὰ κρούματα ἐν μουσικῇ, τὰ μὲν ἄνω, τὰ δὲ κάτω. γλῶσσα μουσικὴν μιμέεται, διαγινώσκουσα μὲν τὸ γλυκὺ, καὶ τὸ ὀξὺ τῶν προσπιπτόντων, καὶ τὰ διάφωνα. κρούεται δὲ τοὺς φθόγγους, ἄνω καὶ κάτω. καὶ οὔτε τὰ ἄνω, κάτω κρουόμενα, ὀρθῶς ἔχει, οὔτε τὰ κάτω, ἄνω. καλῶς δὲ ἡρμοσμένης γλώττης, τῇ συμφωνίῃ τέρψις· ἀναρμόστου δὲ, λύπη. σκυτοδέψαι τείνουσι, τρίβουσι, κτενίζουσι, πλύνουσι. ταῦτα παιδίων θεραπείη. πλοκέες ἄγοντες, κύκλῳ πλέκουσιν, ἀπὸ D τῆς ἀρχῆς εἰς τὴν ἀρχὴν τελευτῶσι. τοῦτο περίοδος ἐν τῷ σώματι, ὁκόθεν ἄρχεται, ἐπὶ τοῦτο τελευτᾷ. χρυσίον ἐργάζονται, κόπτουσι, πλύνουσι, τήκουσι πυρὶ μαλακῷ, (ἰσχυρῷ δὲ οὐ συνίσταται.) ἀπεργασάμενοι, πρὸς πάντα χρῶνται. ἄνθρωπος σῖτον κόπτει, πλύνει, ἀλήθει, πυρώσας χρῆται, ἰσχυρῷ μὲν πυρὶ, ἐν τῷ σώματι οὐ συνίσταται, μαλακῷ δέ. ἀνδριαντοποιοὶ, μίμησιν σώματος ποιέουσιν, πλὴν ψυχῆς, (γνώμην δὲ ἔχοντα οὐ ποιέουσιν) ἐξ ὕδατος καὶ γῆς, τὰ ὑγρὰ ξηραίνοντες, ἀφαιρέονται ἀπὸ τῶν ὑπερεχόντων, καὶ προστιθέασι πρὸς τὰ ἐλλείποντα, ἐκ τοῦ ἐλαχίστου πρὸς E τὸ μέγιστον αὔξοντες. ταῦτα πάσχει ὁ ἄνθρωπος, αὔξεται ἀπὸ τοῦ ἐλαχίστου ἐς τὸ μέγιστον, ἐκ τῶν ὑπερεχόντων ἀφαιρεύμενος, τοῖσιν ἐλλείπουσι προστιθεὶς, τὰ ξηρὰ ὑγραίνων, καὶ τὰ ὑγρὰ ξηραίνων. κεραμέες τροχὸν δινέουσι. καὶ οὔτε ὀπίσω, οὔτε πρόσω χωρεῖ, καὶ ἀμφοτέρωσε ἅμα τοῦ ὅλου μιμητὴς περιφερῆς. ἐν δὲ τῷ αὐτῷ ἐργάζονται. εἴδη περιφερομένων παντοδαπὰ, οὐδὲν ὅμοιον τὸ ἕτερον τῷ ἑτέρῳ. ἐκ τῶν αὐτῶν ἄνθρωποι ταῦτα πάσχουσι, καὶ τἆλλα ζῶα ἐν τῇ αὐτῇ περιφορῇ πάντα ἐργάζονται, ἐκ τῶν αὐτῶν ὅμοιον οὐδὲν τοῖσιν αὐτοῖσιν ὀργανοῖσιν, ἐξ ὑγρῶν ξηρὰ ποιέοντες, καὶ F ἐκ τῶν ξηρῶν ὑγρά. γραμματικὴ τοιόνδε, σχημάτων σύνθεσις· σημεῖα φωνῆς ἀνθρωπίνης, δύναμις, τὰ προιχόμενα μνημονεῦσαι, τὰ ποιητέα, δηλῶσαι. δι᾽ ἑπτὰ σχημάτων ἡ γνῶσις. ταῦτα πάντα ἄνθρωπος διαπρήσσεται, καὶ ὁ ἐπιστάμενος γράμματα, καὶ ὁ μὴ ἐπιστάμενος. δι᾽ ἑπτὰ σχη-

alter verò impellit. Premendo alterum sursum repit, alterum deorsum, & quantum in se est minuentes, plura faciunt, humanámque naturam imitātur. Spiritus hic quidem trahit, ille verò pellit, & vt idē efficiat, vterque intendit. Cibi partim quidē deorsum vrgentur, partim verò sursum repunt. Ab vna anima diuidente, plures, maiores, minores & pauciores fiunt. Qui domos construunt ex rebus differentibus vnam conueniētem efficientes, sicca quidem humectant, humida verò siccant, & tota quidem in partes secant, secta verò coniungunt, (nisi enim ita contingeret, nihil vnquam priuatum constitui posset. In quo victus rationis quę homini debetur quædam imitatio est, dum sicca quidem humectant, humida verò siccant, tota in partes secāt, secta verò coniungunt. Hæc omnia quum differētia existant, naturæ conueniunt. Musicæ organum primùm subsistere oportet, in quo concentus, quæ vult, declarat. Compositiones ex iisdem, non eædem; ex acuto, ex graui, nomine quidem similibus, sono verò non similibus. Quę plurimùm differunt, maximè conueniunt, quæ minimùm differunt, minimè conueniunt. Si quis verò omnia similia faciat, nulla aderit delectatio. Plurimæ & variæ admodum mutationes maximè delectant. Coqui opsonia hominibus parant cuiusuis generis differentia commiscentes, non eadem ex iisdem ad hominum cibum ac potum. Quod si omnia similia facerent, nullam haberent delectationem; neque si eodem omnia connecterent, ea vtique rectè se haberent. Pulsantur toni in musica tum supernè, tum infernè. Lingua Musicam imitatur; & ex his quę illabuntur, quod dulce est & acidum dignoscit, & quæ sunt dissonantia. Pulsat autem sonos suprà & infrà, neque quæ suprà, si infra pulsentur; neq; quæ infrà, si suprà, rectè habent. At lingua probè cōposita concentus delectatio; inconcinna verò, molestia. Coriarij tendunt, terunt, pectunt, lauant. Eadem est puerorum cura. Qui nectunt aut texunt, fila in orbem ducendo plicant, à principio in principium desinūt. Quod est circuitus in corpore, vt vnde incipit, eodem desinatur. Qui aurum operantur, tundunt, lauant, blando igne liquant (neque enim vehementi coit) quod vbi elaborauerunt, ad omnia vtuntur. Triticum homo tundit, lauat, molit, eóque igne subacto vtitur, neque vehementi quidē igne in corpore conficitur, sed leni. Statuarij corporis imitationem sectātur, anima excepta (neque enim mentem habentia fingunt) ex aqua & terra, dum quæ sunt humida, siccant; & quę superant, demunt; & ad ea quæ deficiūt, adiiciunt, ex minimo ad maximum incrementum perueniendo. Eadem homini contingunt; ex minimo ad maximum incrementum deducitur, dum quæ superant, detrahit; & quæ deficiunt, apponit; sicca humectādo, & humida siccando. Figuli rotam versant, quæ neq; retrorsum, neque antrorsum procedit, sed vtramq; in partem simul vniuersi imitatione in orbē fertur. In ea autem cuiusuis generis opera, neque inter se similia, circumagendo efficiunt. Ex iisdem eadem hominibus eueniunt, reliquáque animantia in eodem circumactu omnia operantur; ex iisdem nihil simile, iisdem instrumentis, ex humidis sicca, & ex siccis humida efficiendo. Grammatica tale quid est, figurarū compositio, quæ sunt humanæ vocis notæ, facultas quæ præterierunt in memoriam reuocādi, & quæ facienda sunt demonstrandi per septem figuras cognitio habetur. Hæc omnia homo tum litterarum gnarus, tum earum rudis conficit. Per septē figuras

figuras sensatio homini contingit; auditione soni percipiuntur; visione manifesta cernuntur; nasus odores; lingua suauia & insuauia discernit; os sermonem format; corpore calidi & frigidi tactus percipitur. Spiritus intrò & foràs permeat. Et per hæc hominibus cognitio contingit. Palæstra & pædotribæ, tale quid docent; ex instituto leges violare, iure iniuriam inferre, decipere, furari, rapere, vim pulcherrimis ac turpissimis inferre. Quæ qui non facit, malus est; qui verò facit, bonus; indicium hoc multorum imprudentiæ, hæc spectāt & vnum præ omnibus probum indicant, reliquos verò malos. Multi mirantur, pauci cognoscūt. Homines in forum progressi eadem perpetrant, dum vendendo & emendo decipiunt. Qui plurimùm decepit, eum admirantur. Bibentes & insanientes, eadem peragunt, currunt, luctantur, pugnant, furantur, decipiunt, vnus omnibus præfertur. Histriones & deceptores coram spectatoribus alia dicunt, alia sentiunt. Iidem prorepunt & irrepunt minimè iidem. Homini verò licet alia quidem dicere, alia verò facere; eundémque non esse eundem, & interdum quidem aliam habere mentem, interdum verò aliam. Sic sanè artes omnes cum natura humana communionem habent.

CAPVT IX.

Generalis ortus & incrementi humani theoriam prædictam singularium inductione illuminandam confirmandamque proponit.

AT verò hominis anima (vt à me etiam antea dictum est) ignis & aquæ coniunctionem habent, partes autem hominis, in omne animal quod respirat, irrepit, & in omnem sanè hominem, tum iuniorem, tum seniorem, in omnibus autem non similiter increscit. Verùm in iuuenibus quidem corporibus, quod quum nimirum velox sit circuitus, & corpus ad incrementum aptum, velut aptatis alis euolantes & attenuatæ, in corporis incrementum absumuntur. At in senioribus, quum tarda sit motio, corpúsque sanè frigidum, in hominis imminutionem consumuntur. Quæ verò corpora in vigore sunt & ætate fœcunda, ea nutrire & augere possunt. Dynastæ autem homines sunt. Quisquis plurimos homines alere potest, is potens. Iis verò quos alit deficientibus, imbecillior est. Idem ferè præstant & singula corpora plurima. Quæ plurimas animas alere possunt ea sunt robustiora, his verò discedentibus, imbecilliora. Quod igitur in aliud corpus ingressum fuerit, non increscit, quod verò in fœminam increscit, si quæ conueniunt, nactum fuerit. Partes autem simul omnes discernuntur & augentur, neque vna prior altera, neque posterior. Maiores tamen naturâ minoribus priores conspiciuntur, quum priores non existant. Neque verò æquali tempore omnes fœtus efformantur, verùm alij citiùs, alij tardiùs, prout quique ignem & alimentum sortiti fuerint. Quidam igitur fœtus tribus ac quadraginta diebus conformationem habent, quidam quatuor mensibus. Eodem etiam modo vitales nascuntur, quidam citiùs, septimo mense perfectè; quidam tardiùs, nono mense perfectè in lucem prodeunt, ea coagmentatione quam semper habituri sunt.

A μερέων καὶ ἡ αἴσθησις τῶν ἀνθρώπων, ἀκοὴ ψόφων· ὄψις, φανερῶν· ῥὶν, ὀδμῆς· γλῶσσα, ἡδονῆς καὶ ἀηδίης· στόμα, διαλέκτου· σῶμα, ψαύσιος θερμοῦ, ἢ ψυχροῦ. πνεύματος διέξοδοι, ἔσω καὶ ἔξω, διὰ τούτων, γνῶσις ἀνθρώποισιν. ἀγωνίη, παιδοτρίβαι, τοιόνδε διδάσκουσι, παρανομέειν κατὰ νόμον, ἀδικέειν δικαίως, ἐξαπατέειν, κλέπτειν, ἁρπάζειν, βιάζεσθαι τὰ κάλλιστα καὶ αἴσχιστα. ὁ μὴ ταῦτα ποιέων, κακός· ὁ δὲ ταῦτα ποιέων, ἀγαθός· ἐπίδειξις τῆς τῶν πολλῶν ἀφροσύνης, θεῶνται ταῦτα καὶ κρίνουσιν ἕνα ἐξ ἁπάντων ἀγαθὸν, τοὺς δὲ ἄλλους κακούς· πολλοὶ θαυμάζουσιν, ὀλίγοι γινώσκουσιν. ἐς ἀγορὴν ἐλθόντες ἄνθρωποι, ταῦτα διαπρήσσονται, ἐξαπατῶσι πωλέοντες, καὶ
B ὠνεόμενοι. ὁ πλεῖστα ἐξαπατήσας, οὗτος θαυμάζεται. πίνοντες καὶ μαινόμενοι, ταῦτα διαπρήσσονται, τρέχουσι, παλαίουσι, μάχονται, κλέπτουσιν, ἐξαπατῶσιν, εἷς ἐκ πάντων κρίνεται. ὑποκριταὶ, καὶ ἐξαπάται πρὸς εἰδότας λέγουσιν ἄλλα, καὶ φρονέουσιν ἕτερα. οἱ αὐτοὶ ἐξέρπουσι, καὶ εἰσέρπουσιν, οὐχ οἱ αὐτοί. ἔνι δὲ ἀνθρώπῳ ἄλλα μὲν λέγειν, ἄλλα δὲ ποιέειν, καὶ τὸν αὐτὸν, μὴ εἶναι τὸν αὐτὸν, καί ποτε μὲν ἄλλην ἔχειν γνώμην, ὁτὲ δὲ ἄλλην. οὕτω μὲν αἱ τέχναι πᾶσαι τῇ ἀνθρωπίνῃ φύσει ἐπικοινωνέουσιν.

C

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Θ'.

Τὴν τῆς κατὰ γένος ἀνθρωπίνης γενέσεώς τε, καὶ αὐξήσεως προειρημένην θεωρίαν, τῇ τῶν κατὰ μέρος σσείτῃ διακοσμέεσθαί τε, καὶ βεβαιοῦσθαι προτίθησι.

Ἡ δὲ ψυχὴ τοῦ ἀνθρώπου, ὥσπερ μοι καὶ προείρηται, σύγκρησιν ἔχουσα πυρὸς καὶ ὕδατος, μέρη δὲ ἀνθρώπου, ἐσέρπει ἐς ἅπαν ζῶον, ὅ,τι περ ἀναπνέει· καὶ δὴ καὶ ἐς ἄνθρωπον πάντα, καὶ νεώτερον, καὶ πρεσβύτερον, αὔξεται δὲ οὐκ ἐν πᾶσιν ὁμοίως. ἀλλ' ἐν μὲν τοῖσι νέοισι τῶν σωμάτων, ἅτε ταχείης
D ἐούσης τῆς περιφορῆς, καὶ τοῦ σώματος ἐόντος αὐξίμου ἐκπυρούμενα καὶ λεπτυνόμενα, καταναλίσκεται ἐς τὴν αὔξησιν τοῦ σώματος. ἐν δὲ τοῖσι πρεσβυτέροισιν, ἅτε βραδείης ἐούσης τῆς κινήσιος, καὶ δὴ ψυχροῦ τοῦ σώματος, καταναλίσκεται ἐς τὴν μείωσιν τοῦ ἀνθρώπου. ὁκόσα δὲ τῶν σωμάτων ἀκμάζοντά ἐστι, καὶ ἐν τῇσιν ἡλικίῃσιν τῇσι γονίμῃσι, δύναται τρέφειν καὶ αὔξειν. δυνάσται δὲ ἄνθρωποι. ὅστις δύναται πλείστους ἀνθρώπους τρέφειν, οὗτος ἰσχυρός. ἀπολειπόντων δὲ τῶν ὑπ' αὐτοῦ τρεφομένων, οὗτος ἀσθενέστερος, τοιοῦτον καὶ ἕκαστα τῶν σωμάτων
E πλεῖστα, ὁκοῖα πλείστας δύναται ψυχὰς τρέφειν, ταῦτα ἰσχυρότερα· ἀπελθόντων δὲ τούτων, ἀσθενέστερα. ὅ,τι μὲν οὖν ἄλλοσε ἐσέλθῃ, οὐκ αὔξεται, ὅ,τι δὲ ἐς τὴν γυναῖκα, αὔξεται ἢν τύχῃ τῶν προσηκόντων. διακρίνεται δὲ τὰ μέλεα ἅμα πάντα, καὶ αὔξεται· καὶ οὔτε πρότερον οὐδὲν ἕτερον ἑτέρου, οὔθ' ὕστερον, τὰ δὲ μέζω, φύσει πρότερα φαίνεται τῶν ἐλασσόνων, οὐδὲν πρότερα γινόμενα, οὐκ ἐν ἴσῳ δὲ χρόνῳ πάντα διακοσμέεται. ἀλλὰ τὰ μὲν θᾶσσον, τὰ δὲ βραδύτερον, ὅκως ἂν καὶ τοῦ πυρὸς ἕκαστα τύχῃ, καὶ τῆς τροφῆς· τὰ μὲν οὖν ἐν τεσσαράκοντα, καὶ τρισὶν ἡμέρῃσιν ἴσχει, τὰ δ' ἐν τετραμήνῳ. ὡσαύ-
F τως καὶ γόνιμα γίνεται, τὰ μὲν θᾶσσον ἑπτάμηνα τελείως· τὰ δὲ βραδύτερον, ἐννέα μησὶ τελείως ἐς φάος ἀναδείκνυται, ἔχοντα τὴν σύγκρησιν ἥν περ καὶ διὰ παντὸς ἕξει.

A

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ι'.

Τὴν τῆς ἀνθρωπίνης γενέσεως, καὶ αὐξήσεως διαφορὰν κατὰ τὰς ἐν τῷ ἄρσενί τε, καὶ τῷ θήλει φύσεις δηλοῖ.

Ἄρρενα μὲν οὖν καὶ θήλεα, ἐν τῷδε τῷ τρόπῳ γένοιτ' ἂν ὡς ἐνυστόν. τὰ δὲ θήλεα, πρὸς ὕδατος μᾶλλον, ἀπὸ τῶν ψυχρῶν, καὶ ὑγρῶν, καὶ μαλθακῶν αὔξεται, καὶ σίτων, καὶ ποτῶν, καὶ ἐπιτηδευμάτων. τὰ δὲ ἄρσενα, πρὸς πυρὸς μᾶλλον, ἀπὸ τῶν ξηρῶν δηλαδὴ, καὶ θερμῶν, σίτων τε καὶ λοιπῆς διαίτης. ἢν οὖν θῆλυ τεκεῖν βούλοιτο, τῇ πρὸς ὕδα- B τος διαιτήσει χρηστέον. ἢν δὲ ἄρσενα, τῇ πρὸς πυρὸς ἐπιτηδεύσει διαιτητέον. καὶ οὐ μόνον δὲ τὸν ἄνδρα δεῖ τοῦτο διαπρήσσεσθαι, ἀλλὰ καὶ τὴν γυναῖκα· οὐ γὰρ τὸ ἀπὸ τοῦ ἀνδρὸς μοῦνον αὔξιμόν ἐστιν ἀποκριθὲν, ἀλλὰ καὶ τὸ ἀπὸ τῆς γυναικὸς, διὰ τόδε. ἑκάτερον μὲν τὸ μέρος, οὐκ ἔχει ἱκανὴν τὴν κίνησιν τῷ πλήθει τοῦ ὑγροῦ, ὥστε καταναλίσκειν τὸ ἐπιῤῥέον, καὶ ξυνίστασθαι δι' ἀσθένειαν τοῦ πυρός· ὁκόταν δὲ κατὰ τοῦτο ἀμφότερα συνεμπεσόντα τύχῃ, προσπίπτει πρὸς ἄλληλα, τὸ πῦρ τε πρὸς τὸ πῦρ, καὶ τὸ ὕδωρ ὡσαύτως. ἢν μὲν οὖν ἐν ξηρῇ τῇ χώρῃ περικινέεται, κρατέει τοῦ ξυνεμπεσόντος ὕδα- C τος, καὶ ἀπὸ τούτου αὔξεται τὸ πῦρ, ὥστε μὴ κατασβέννυσθαι ὑπὸ τοῦ ἐμπίπτοντος κλύδωνος, ἀλλὰ τό τε ἐπιὸν δέχεσθαι, καὶ συνιστάναι τὸ ὑπάρχον. ἢν δὲ ἐς τὸ ὑγρὸν πέσῃ, εὐθέως ἀπ' ἀρχῆς κατασβέννυταί τε ὑπὸ τοῦ ἐμπίπτοντος κλύδωνος, καὶ διαλύεται εἰς τὴν μείω τάξιν. ἐν μιῇ δὲ ἡμέρῃ τοῦ μηνὸς ἑκάστου, δύναται συστῆναι καὶ κρατῆσαι τῶν ἐπιόντων, καὶ ταῦτ' ἢν τύχῃ ξυνεμπεσόντα παρ' ἀμφοτέρων κατὰ τόπον. ξυνίστασθαι δὲ δύναται, καὶ τὸ θῆλυ, καὶ τὸ ἄρσεν πρὸς ἄλληλα· διότι ἡ μὲν ψυχὴ, τὸ αὐτὸ πᾶσι τοῖσιν ἐμψύχοισι· τὸ δὲ σῶμα, διαφέρει ἑκάστου. ψυχὴ μὲν D οὖν αἰεὶ ὁμοίη, καὶ ἐν μείζονι, καὶ ἐλάσσονι. οὐ γὰρ ἀλλοιοῦται, οὔτε διὰ φύσιν, οὔτε δι' ἀνάγκην. σῶμα δὲ, οὐδέποτε τωὐτὸ οὐδενὸς, οὔτε κατὰ φύσιν, οὔθ' ὑπ' ἀνάγκης· τὸ μὲν διακρίνεσθαι εἰς πάντα, τὸ δὲ ξυμμίσγεσθαι πρὸς ἅπαντα. ἢν μὲν οὖν ἄρσενα τὰ σώματα ἀποκριθέντα ἀμφοτέρων τύχῃ, αὔξεται κατὰ τὸ ὑπάρχον, καὶ γίνονται οὗτοι ἄνδρες λαμπροὶ τὰς ψυχὰς, καὶ τὸ σῶμα ἰσχυροὶ, ἢν μὴ ἀπὸ διαίτης βλαβῶσι τῆς ἔπειτα. ἢν δὲ τὸ μὲν ἀπὸ τοῦ ἀνδρὸς, ἄρσεν ἀποκριθῇ· τὸ δὲ ἀπὸ τῆς γυναικὸς, θῆλυ· καὶ ἐπικρατήσῃ τὸ ἄρσεν, ἢν μὲν τύχῃ, προσμίσγεται πρὸς τὴν ἰσχυ- E ροτέρην, ἢ ἀσθενεστέρην, οὐ γὰρ ἔχει πρὸς ὃ ὁμοτροφώτερον ἀποχωρήσει τῶν παρεόντων. προσδέχεται γὰρ ἡ μικρὴ τὴν μείζω, καὶ ἡ μείζω τὴν ἐλάσσονα· κοινῇ δὲ τῶν ὑπαρχόντων κρατέουσι. τὸ δὲ σῶμα, τὸ μὲν ἄρσεν, αὔξεται· τὸ δὲ θῆλυ, μειοῦται καὶ διακρίνεται εἰς ἄλλην μοίρην. καὶ οὗτοι μὲν ἧσσον τῶν προτέρων λαμπροὶ, ὅμως δὲ διότι, ἀπὸ τοῦ ἀνδρὸς τὸ ἄρσεν ἐκράτησεν, ἀνδρεῖοι γίνονται, καὶ τοὔνομα τοῦτο δικαίως ἔχουσιν. ἢν δὲ ἀπὸ μὲν τῆς γυναικὸς, ἄρσεν ἀποκριθῇ, ἀπὸ δὲ τοῦ ἀνδρὸς, θῆλυ· κρατήσῃ δὲ τὸ ἄρσεν, αὔξεται τὸν αὐτὸν τρόπον τῷ προτέρῳ· τὸ δὲ μειοῦται· γί- F νονται δὲ οὗτοι ἀνδρόγυνοι, καὶ καλέονται τοῦτο ὀρθῶς. τρεῖς μὲν οὖν αὗται γενέσιες τῶν ἀνθρώπων, διάφοροι δὲ πρὸς τὸ μᾶλλον καὶ ἧσσον τὸ τοιοῦτον εἶναι, διὰ τὴν σύγκρησιν τοῦ ὕδατος τῶν μερέων, καὶ τροφὰς, καὶ παιδεύσιας, καὶ συνηθείας· δηλώσω δὲ προϊόντι τῷ λόγῳ, καὶ περὶ τούτων.

CAPVT X.

Ortus & incrementi humani diuersitatem secundum sexum in mare & fœmina ostendit.

Mares igitur & fœminæ hoc modo, quoad eius fieri potest, nascũtur. Fœminæ verò ab aqua magis, & ex frigidis, humidis, ac mollibus, tum cibis, tum potibus, & vitæ institutis, incrementum accipiunt. At mares ab igne magis, ex siccis scilicet & calidis cibis, reliquaque vitæ ratione. Si igitur fœminam procreare sit animus, victus ratione ad aquam tendente est vtendum. Si verò marem, victus ratio quæ ad ignem spectet instituenda est. Ac neque solùm hoc viro, sed etiam mulieri peragendum. Neque enim solùm quod à viro excernitur, ad incrementum aptum est, sed etiam quod à muliere, istam sanè ob causam. Neutrum quidem per se sufficientem habet motionem vt affluentem humoris copiam absumat, sed ex ignis imbecillitate concrescit. Quum verò in vnum ambo conuenerint, in sese mutuò incidunt, ignis ad ignem, & aqua eodem modo. Siquidem igitur in sicco loco circumagatur, simul illapsam aquam superat, ab eáque ignis incrementum accipit, vt non ab illabente vnda extinguatur, sed & id quod irruit, excipiat, & quod existit, cogat. Sin in humidum inciderit, statim ab initio ab illabente vnda extinguitur, & in minorem ordinem dissoluitur. Vno verò cuiusque mensis die, ea quæ irruunt, cogere & superare valet, idque si contigerit, vt quæ ab vtrisque immittuntur, in eundem locum simul conueniant. Coire autem inter se possunt & mas & fœmina, quandoquidem anima in omnibus animatis eadem est; cuiusque verò corpus differt. Semper igitur anima tum in maiore, tum in minore similis est. Neque enim natura, neque necessitate immutatur. Corpus verò nunquam in vllo, neque natura, neque necessitate, idem est, quum partim in omnia secernatur, partim ad omnia commisceatur. Si igitur contigerit vt ab vtrisque mascula corpora secernantur, pro re præsenti increscunt procreantúrque viri animo clari, & corpore validi, nisi à subsequente victus ratione vitium contrahant. Quòd si à viro quidem masculum semen secernatur, à muliere verò fœmineum, & masculum superauerit, eo quidem casu ad validiorem aut imbecilliorem genituram commiscetur, quum nihil ex his quæ adsunt, habeat ad quod se conferat, & cum quo melius nutriatur. Parua enim maiorem, & maior minorem suscipit, in commune tamen in ea quæ existunt imperium exercent. Et maris quidem corpus increscit, fœminæ verò minuitur, & in aliam sortem secernitur. Atque hi quidem prioribus minùs clari sunt; sed quoniam masculum à viro excretum dominatum obtinuit, viriles procreantur, & hoc nomen meritò obtinent. At si à muliere masculum quidem secretum fuerit, & à viro fœmineum, masculúmque dominatum obtineat, eodem modo quo priùs incrementum accipit, hoc verò minuitur; Androgyni autem procreantur, hócque nomine rectè nuncupantur. Atque tres hæ quidem hominum generationes, plus aut minus inter se differunt, ob partium aquæ temperationem, alimenta, educationes & consuetudines, de quibus etiam procedente oratione est agendum.

Fœmina verò eodem modo procreatur, siquidem ab vtrisque fœmineum secretum fuerit, maximè ad mollitiem à natura comparatæ nascuntur. Quòd si mulieris quidem semen fœmineum, viri verò masculum fuerit, obtinuerit autem fœmineum, eodem modo increscit, & prioribus audaciores quidem sunt, venustæ tamen & ipsæ. At si viri semen fœmineum fuerit, mulieris verò masculum, præualueritque fœmineum, eodem modo incrementum accipit, & prioribus longè audaciores nascuntur, viraginésque nominantur. Si quis autem animam animæ commisceri minimè sibi persuadeat, is ratione caret. Quod si carbones ardentes ad ardentes, validos ad debiles adiiciat, & ipsis alimentum exhibeat, eandem omnes corporis speciem præbebunt, neque alter ab altero dignoscetur, sed quocunque in corpore ignem suscitauerint, idem in omnibus erit. Vbi verò præsens alimentum consumpserint, in id quod obscurum est, secernuntur. Idem quoque humanæ animæ contingit.

A τὸ δὲ θῆλυ γίνεται κατὰ τὸν ὠὐτὸν τρόπον· ἢν μὲν ἀπ' ἀμφοτέρων θῆλυ ἀποκριθῇ, θηλυκώτατα, καὶ εὐφυέστατα γίνονται. ἢν δὲ τὸ μὲν ἀπὸ τῆς γυναικὸς, θῆλυ· τὸ δὲ ἀπὸ τοῦ ἀνδρὸς, ἄρσεν, κρατήσῃ δὲ τὸ θῆλυ, αὔξεται τὸν αὐτὸν τρόπον, καὶ θρασύτεραι μὲν τῶν πρόσθεν· ὅμως δὲ κόσμιαι, καὶ αὗται. ἢν δ' ᾖ τὸ μὲν ἀπὸ τοῦ ἀνδρὸς θῆλυ, τὸ δ' ἀπὸ τῆς γυναικὸς ἄρσεν, κρατήσῃ δὲ τὸ θῆλυ, αὔξεται τὸν ὠὐτὸν τρόπον, καὶ γίνονται τολμηρότεραι τῶν προτέρων, καὶ ἀνδρεῖαι ὀνομάζονται. Εἰ δέ τις ἀπιστοίη, ψυχὴν μὴ προσμίσγεσθαι ψυχῇ, ἄφρων ἐστίν. ἄνθρακας κεκαυμένους πρὸς κεκαυμένους προσβάλλων,
B ἰσχυροὺς πρὸς ἀσθενέας, τροφὴν αὐτοῖσι διδοὺς, ὅμοιον τὸ σῶμα πάντες παρασχήσονται, καὶ οὐ διάδηλος ἕτερος τοῦ ἑτέρου, ἀλλ' ἐν ὁκοίῳ σώματι ζωπυρέονται, τοιοῦτον ἀπὸ πάντων ἔσται. ὁκόταν δ' ἀναλώσωσι τὴν ὑπάρχουσαν τροφὴν, διακρίνονται ἐς τὸ ἄδηλον. τοῦτο καὶ ἀνθρωπίνη ψυχὴ πάσχει.

CAPVT XI.

Ortus & incrementi humani diuersitatem in multitudine fœtuum enarrat.

AT verò gemellorum procreationem hîc oratio declarabit. Vt plurimùm quidem natura vterorum muliebrium in causa est. Si enim vtraque ex parte iuxta osculũ æqualiter à natura comparati fuerint, & æqualiter hiauerint, & à purgatione siccentur, alere possunt, si viri semen conceperint, ita vt statim diuidatur. Sic enim in vtrumque vterum æqualiter spargi necesse est. Si igitur copiosum ab vtrisque & validum semen excretum fuerit, in vtrisque locis increscere potest; accedens enim alimentum superat. At si alio quo pacto contingat, gemini non nascuntur. Quum itaque ab vtrisque masculum secretum fuerit, in vtrisque masculos generari necesse est. Quum verò fœmineum ab vtrisque, fœminæ procreantur. Quum hoc quidem fœmineum, illud verò masculũ fuerit, quodcunque alterum superauerit, idipsum incrementum accipiet. Similes verò inter se gemelli hanc ob causam gignuntur. Imprimis quidem quòd æqualia sint loca in quibus increscunt, deinde quod vnà excreti sint, postea quòd iisdem alimentis augescant, vitalésque in lucem producantur. Fœtus autem succidanei hunc in modum gignuntur. Vbi & vteri naturâ calidi & sicci fuerint, & mulier eiusmodi, seménque calidum & siccum inciderit, nulla ampliùs in vteris existit humiditas, quæ superincidens semen superet. Quam ob causam initio coalescit ac viuit, permanere autem non potest, quinetiam id quod cœptum est insuper corrumpit, quia non eadem vtrisque conducunt.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΑ'.

C Τὴν τῆς ἀνθρωπίνης γενέσεώς τε, καὶ αὐξήσεως διαφορὰν ἐν τῷ τῶν βρεφῶν πλήθει δηλοῖ.

ΠΕρὶ δὲ τῶν διδύμων γινομένων, ὁ λόγος ὧδε δηλώσει. τὸ μὲν πλεῖστον τῆς γυναικὸς ἡ φύσις αἰτίη τῶν μητρέων. ἢν γὰρ ὁμοίως ἀμφοτέρωσε πεφύκασι κατὰ τὸ στόμα, καὶ ἢν ἀναχάσκωσιν ὁμοίως, καὶ ξηραίνωνται ἀπὸ τῆς καθάρσιος, δύνανται τρέφειν, ἢν τὰ τοῦ ἀνδρὸς ξυλλαμβάνῃ, ὥστε εὐθὺς ἀποσχίζεσθαι. οὕτω γὰρ ἀνάγκη σκίδνασθαι ἐπ' ἀμφοτέρας τὰς μήτρας ὁμοίως. ἢν μὲν οὖν πολὺ ἀπ' ἀμφοτέρων τὸ σπέρμα, καὶ ἰσχυρὸν ἀποκριθῇ, δύναται ἐν ἀμφοτέρῃσι τῇσι
D χώρῃσιν αὔξεσθαι· κρατεῖ γὰρ τῆς τροφῆς τῆς ἐπιούσης. ἢν δὲ κως ἄλλως γένηται, οὐ γίνονται δίδυμα. ὁκόταν μὲν οὖν ἄρσεν ἀπ' ἀμφοτέρων ἀποκριθῇ, ἐξ ἀνάγκης ἐν ἀμφοτέροισιν ἄρσενα γίνεσθαι. ὁκόταν δὲ θήλεα ἀπ' ἀμφοτέρων, θήλεα γίνεται. ὁκόταν δὲ τὸ μὲν θῆλυ, τὸ δὲ ἄρσεν, ὁκότερον ἂν ἑκατέρου κρατήσῃ, τοιοῦτον ἐπαύξει. ὅμοια δὲ ἀλλήλοισι τὰ δίδυμα, διὰ τόδε γίνεται. ὅτι πρῶτον μὲν ἴσα τὰ χωρία ἐν οἷς αὔξεται· ἔπειτα ὅτι καὶ ἅμα ἀπεκρίθη, ἔπειτα τῇσιν αὐτῇσι τροφῇσιν αὔξεται. γόνιμά τε ἀνάγεται ἐς φάος. ἐπίγονα δὲ, τῷδε τῷ τρόπῳ γίνεται. ὁκόταν αἵ τε μῆτραι θερμαὶ
E καὶ ξηραὶ φύσει ἔωσιν, ἥτε γυνὴ τοιαύτη, τό τε σπέρμα ξηρὸν καὶ θερμὸν ἐμπέσῃ, οὐκ ἔτι γίνεται ἐν τῇσι μήτρῃσιν ὑγρασίη οὐδεμίη, ἥτις τὸ ἐπεισπίπτον σπέρμα κρατήσῃ. διὰ τοῦτο ξυνίσταται ἐξ ἀρχῆς καὶ ζώει. διατελέειν δὲ οὐ δύναται, ἀλλὰ καὶ τὸ ὑπάρχον προσδιαφθείρει. διότι οὐ ταὐτὰ ξυμφέρει ἀμφοῖν.

CAPVT XII.

Ortus & incrementi humani diuersitatem secundum constitutionem corporis declarat, vbi pro ætatum diuersitate diuersa diæta instituitur.

QVod aquæ tenuissimum, & ignis rarissimum est, ea in hominis corpore commixtionem & contemperationem sortita, saluberrimum habitum constituunt, propterea quod neque in maximis anni tempestatũ mutationibus, neq; in ætatum

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΒ'.

F Τὴν τῆς γενέσεώς τε, καὶ αὐξήσεως ἀνθρωπίνης διαφορὰν κατὰ τὴν τοῦ σώματος κατάστασιν ἐνδείκνυσι· ἔνθα καὶ ἡ διάφορος κατὰ τὰς ἡλικίας δίαιτα συντίθεται.

ΥΔατος δὲ τὸ λεπτότατον, καὶ πυρὸς τὸ ἀραιότατον σύγκρησιν λαβόντα ἐν ἀνθρώπου σώματι, ὑγιεινοτάτην ἕξιν ἀποδείκνυει, διὰ τάδε, ὅτι ἐν τῇσι μεταβολῇσι τοῦ ἐνιαυτοῦ τῶν ὡρέων τῇσι μεγίστῃσιν, οὔτε τὸ ὕδωρ ἐς

τὸ πυκνότατόν ἐστι τῇσι τοῦ ὕδατος ἐφόδοισιν, οὔτε τὸ πῦρ, ἐν τῇ τοῦ πυρός· οὔτε τῶν ἡλικιέων, ἐν τῇσι μεταστάσεσιν, οὔτε τῶν σιτίων, καὶ ποτῶν ἐν τοῖσι διαιτήμασι. δύνανται γὰρ γένεσίν τε πλείστην δέξασθαι ἀμφότερα, καὶ πλησμονήν. χαλκὸς ὁ μαλακώτατός τε καὶ ἀραιότατος, πλείστην κρῆσιν δέχεται, καὶ γίνεται κάλλιστον. καὶ ὕδατος τὸ λεπτότατον, καὶ πυρὸς τὸ ἀραιότατον, σύγκρησιν λαμβάνοντα ὡσαύτως. οἱ μὲν οὖν ταύτην ἔχοντες τὴν φύσιν, ὑγιαίνοντες διατελέουσι τὸν πάντα χρόνον, μέχρι τεσσαράκοντα ἐτέων. οἱ δὲ καὶ μέχρι γήρως τοῦ ἐσχάτου. ὁκόσοι δ᾽ ἂν ληφθῶσιν ὑπὸ νουσήματός τινος, ὑπὲρ τεσσαράκοντα ἔτεα, οὐ μάλα διαφυγγάνουσιν. ὁκόσα δὲ τῶν σωμάτων σύγκρησιν λαμβάνει πυρὸς τοῦ ἰσχυροτάτου, καὶ ὕδατος τοῦ πυκνοτάτου, ἰσχυρὰ μὲν καὶ ἐρρωμένα τὰ σώματα γίνεται, φυλακῆς δὲ πολλῆς δεόμενα. μεγάλας γὰρ τὰς μεταβολὰς ἔχει ἐπ᾽ ἀμφότερα, καὶ ἐν τῇσι τοῦ ὕδατος ἐφόδοισιν, ἐς νουσήματα πίπτουσι· καὶ ἐν τῇσι τοῦ πυρός, ὡσαύτως. τοῖσιν οὖν διαιτήμασι ξυμφέρει χρέεσθαι τὸ τοιοῦτον πρὸς τὰς ὥρας τοῦ ἔτεος ἐναντιούμενον. ὕδατος μὲν ἐφόδου γινομένης, τοῖσι πρὸς ὕδατος χρέεσθαι κατὰ μικρὸν μεθιστάντα. τὰ μὲν, ἀπὸ τῆς ὥρης ὕδατός τε τοῦ παχυτάτου, καὶ πυρὸς τοῦ λεπτοτάτου ξυγκρηθέντων ἐν τῷ σώματι, τοιαῦτα ξυμβαίνει, ἐξ ὧν διαγινώσκειν χρή, ψυχρὴν φύσιν καὶ ὑγρήν. ταῦτα τὰ σώματα ἐν τῷ χειμῶνι, νοσερώτερα, ἢ ἐν τῷ θέρει, καὶ ἐν τῷ ἦρι, ἢ ἐν τῷ φθινοπώρῳ. τῶν ἡλικιέων, ὑγιηρότατοι τῶν τοιούτων οἱ παῖδες, δεύτεροι νεανίσκοι· νοσερώτατοι δὲ οἱ πρεσβύτατοι, καὶ οἱ ἔγγιστα, καὶ ταχέως γηράσκουσιν αἱ φύσιες αὗται. διαιτῆσθαι δὲ ξυμφέρει τοῖσι τοιούτοισιν, ὁκόσα θερμαίνει καὶ ξηραίνει, καὶ πόνοισι, καὶ σιτίοισι. καὶ πρὸς τὰ ἔξω τοῦ σώματος μᾶλλον τοὺς πόνους ποιέεσθαι, ἢ πρὸς τὰ εἴσω. ἢν δὲ λάβῃ πυρός τε τὸ ὑγρότατον, καὶ ὕδατος τὸ πυκνότατον, ξύγκρησιν ἐν τῷ σώματι, τοῖσι δὲ γινώσκειν ὑγρὴν, καὶ θερμὴν φύσιν. κάμνουσι μὲν μάλιστα οἱ τοιοῦτοι ἐν τῷ ἦρι, ἥκιστα δὲ ἐν τῷ φθινοπώρῳ· ὅτι ἐν μὲν τῷ ἦρι, ὑπερβολὴ τῆς ὑγρασίης· ἐν δὲ τῷ φθινοπώρῳ, συμμετρίη τῆς ξηρασίης. τῶν δὲ ἡλικιέων, νοσερώταται ὁκόσαι νεώτεραί εἰσιν. αὔξεται δὲ τὰ σώματα ταχέως, καταρροώδεές τε οἱ τοιοῦτοι γίνονται. διαιτῆσθαι δὲ ξυμφέρει, ὁκόσα ξηραίνοντα ψύχει, καὶ σίτων, καὶ ποτῶν, καὶ πόνων. τοὺς δὲ πόνους τούτοισιν εἴσω τοῦ σώματος ποιέεσθαι ξυμφέρει μάλιστα. εἰ δὲ σύγκρησιν λάβοι πυρός, τό τε ἰσχυρότατον, καὶ ὕδατος τὸ λεπτότατον, καὶ ξηρὴ ἡ φύσις καὶ θερμή· νόσος μὲν τοῖσι τοιούτοισιν ἐν τῇσι τοῦ πυρὸς ἐφόδοισιν· ὑγιείη δὲ ἐν τῇσι τοῦ ὕδατος. ἡλικίῃσιν ἀκμαζούσῃσι, πρὸς σαρκὸς εὐεξίην, νοσερώτατοι· ὑγιηρότατοι δὲ οἱ πρεσβύτατοι, καὶ τὰ ἔγγιστα ἑκατέρων. δίαιται ὁκόσαι ψύχουσι, καὶ ὑγραίνουσι, καὶ τῶν πόνων, ὁκόσοι ἥκιστα ἐκθερμαίνοντες καὶ συντήκοντες, πλείστην ψύξιν παρέχουσι. αἱ τοιαῦται φύσιες, μακροβιώτατοι καὶ ὑγιηρότατοι γίνονται. ἢν δὲ σύγκρησιν λάβῃ πυρὸς τοῦ ἀραιοτάτου, καὶ ὕδατος τοῦ ξηροτάτου, ξηρὴ καὶ ψυχρὴ ἡ τοιαύτη φύσις, νοσερὴ μὲν ἐν τῷ φθινοπώρῳ· ὑγιηρὴ δὲ ἐν τῷ ἦρι, καὶ τοῖσιν ἔγγιστα. ὡσαύτως ἡλικίαι πρὸς ἔτεα τεσσαράκοντα, νοσεραί· παῖδες ὑγιηρότατοι, καὶ τὰ προσέχοντα ἑκατέροισι. δίαιται ὁκόσαι θερμαὶ ἐοῦσαι, ὑγραίνουσι· καὶ πόνοι ἐξ ὀλίγου προσαγόμενοι, ἡσυχῇ διαθερμαίνοντες, μὴ πουλὺ ἀπὸ τῶν ὑπαρχόντων φέροντες. περὶ μὲν οὖν φύσιος διαγνώσιος, οὕτω χρὴ διαγινώσκειν τῆς ἐξ ἀρχῆς ξυστάσιος. αἱ δὲ ἡλικίαι

transmutationibus, neque in ciborum ac potuum A victus ratione, aqua densissima existit in aquæ accessionibus, neque ignis in ignis incursibus. Possũt etiam ambo tum generationem plurimam tum repletionem suscipere. Æs tum mollissimum, tum rarissimum, plurimum temperamentũ recipit, & optimum redditur. Eadem ratione etiam quod in aqua est tenuissimum, & quod in igne est rarissimum cõtemperationem sortita. Qui igitur hanc naturã habent, sani omni tempore vsque ad quadragesimũ annum perseuerãt; quidã verò etiam vsque ad extremam senectutẽ. Qui verò supra quadragesimũ annũ morbo aliquo correpti fuerint, vix vnquam B euadunt. At verò corpora quæ ignis validissimi & aquæ densissimę contẽperationem sumpserint, valida quidem & robusta euadunt, verùm multa cura indigent. Magnas enim vtramq; in partẽ mutationes habent, & in aquæ & ignis accessionibus eodẽ modo in morbos incurrunt. Huic igitur victus ratione anni temporibus contraria vti cõfert. Aquæ quidẽ accessione contingẽte, iis quæ aquæ aduersantur vtendũ, sensim quidẽ pro anni tẽporum ratione trãsmutatione facta. At vbi aquæ crassissimæ & ignis tenuissimi in corpore tẽperatio facta fuerit, talia contingunt, ex quibus frigidam & humidã C naturam dignoscere cõuenit. Et hæc corpora hyeme quàm æstate, & vere quàm autũno, morbosiora existunt. Inter hos, quoad ætates attinet, pueri maximè sani sunt, deinde adolescentes, morbis verò maxime obnoxij senes, & ij proximi, eæque naturæ citò senescunt. His in victus ratione conferũt quæcunque calefaciunt & siccant, tum in laboribus, tũ in cibis; & ad exteriores corporis partes labores adhibere magis, quàm ad interiores conuenit. Si verò quod in igne est humidissimum, & in aqua dẽsissimum, cõtemperationem in corpore acceperit, ex his humidã & calidam naturã dignoscere licet. D Hi quidem vere maximè morbis tentãtur, autumno verò minimè; quandoquidem vere humiditatis excessus est, autumno verò siccitatis cõmoderatio. Ex ætatibus maximè morbis obnoxiæ, quæ iuniores. Corpora verò celeriter increscunt, iique destillationibus obnoxij redduntur. Pro diæta autem conferunt, quę siccant & refrigerant, tum cibi, tum potus, tum labores. His quoque partes corporis internas laboribus exercere maximè conducit. At si quod in igne est validissimum, & in aqua tenuissimum, contemperationem adeptum fuerit, sicca & calida ea est natura, iique in ignis accessionibus morbo corripiuntur; in aquæ verò accessionibus, E sanitate fruuntur. Ætate vigente quoad probum corporis habitum comparandum, morbosissimi sunt; senes verò & vtrisque proximi, admodum sani. Victus rationes, quæ refrigerent & humectent, & labores minime calefacientes & colliquantes, plurimam refrigerationem exhibebunt. Eiusmodi naturæ longissimæ sunt vitæ, & maxima sanitate fruuntur. Si verò ignis rarissimi & aquæ siccissimæ contemperationem acceperit, sicca & frigida eiusmodi est natura, autumno quidem morbis obnoxia, vere autem & proximis temporibus, sana. Eodem modo quum quadraginta an- F norum ætatem attigerint, morbosæ; pueri maximè sani, & quum ad vtrasque ætates accedunt. Diætæ sint quæ calidæ humectant, & labores qui sensim adhibiti leniter calefaciunt, neque multum ex his quæ adsunt, tollunt. De naturæ igitur cognitione ea sic à prima constitutione dignoscenda est. Ætates autem ipsæ ad se, hoc se

habent

habent modo. Puer quidem ex humidis & calidis A temperatus est, quandoquidem ex his constat, & in his incrementum accepit. Quæ igitur ortui sunt proxima, humidissima & calidissima, & quamplurimùm increscunt, quæque eodem modo se habent. At adolescens calidus quidem, quoniam ignis accessio aquam superat; siccus verò, quia puerile humidum iam consumptum est, partim quidem in corporis incrementum, partim verò in ignis motionem, partim etiam à laboribus. Vir quum corpus constiterit, siccus & frigidus, quoniam calidi quidem accessio non amplius superat, sed sistitur incrementum in corpore quiescens, & perfrigeratur. Verùm ex iuuenili ætate B siccitas adest, neque ab accedente ætate, neque aquæ accessione humiditatem habet, ideóque à siccis & frigidis superatur. Senes autem frigidi & humidi, quoniam ignis quidem decessio, aquæ autem accessio adest, & siccitatis quidem summotio, humidorum verò constitutio. At verò inter omnes, mares quidem calidiores sunt & sicciores, fœminæ verò humidiores & frigidiores, eam ob causam, quòd vtrique per exordia in talibus nati sunt, & ex talibus increuerunt. Quinetiam in lucem producti masculi, laboriosiore victus genere vtuntur, quo incalescunt ac resiccantur; C fœminæ verò humido magis ac otioso, & singulis mensibus calidi purgationem ex corpore habent.

A αὗται πρὸς ἑωυτὰς, ὧδε ἔχουσι. παῖς μὲν οὖν κέκρηται ὑγροῖσι καὶ θερμοῖσι, διότι ἐκ τούτων ξυνέστηκε, καὶ ἐν τούτοισιν ηὐξήθη. ὑγρότατα μὲν οὖν, καὶ θερμότατα, ὁκόσα ἔγγιστα γενέσιος, καὶ αὔξεται, ὡς πλεῖστον, καὶ ἐχόμενα ὡσαύτως. νεηνίσκος δὲ θερμὸς μὲν, ὅτι τοῦ πυρὸς ἐπικρατέει ἡ ἔφοδος τοῦ ὕδατος· ξηρὸς δὲ, ὅτι τὸ ὑγρὸν ἤδη καταναλώται τὸ ἐκ τοῦ παιδὸς, τὸ μὲν, ἐς τὴν αὔξησιν τοῦ σώματος· τὸ δὲ, ἐς τὴν κίνησιν τοῦ πυρός· τὸ δὲ, ὑπὸ τῶν πόνων. ἀνὴρ, ὁκόταν στῇ τὸ σῶμα, ξηρὸς καὶ ψυχρός· διότι τοῦ μὲν θερμοῦ ἡ ἔφοδος οὐκ ἔτι ἐπικρατέει, ἀλλ' ἕστηκεν ἀτρεμίζον τὸ σῶμα τῆς αὐξήσιος, καὶ B κατέψυκται. ἐκ δὲ τῆς νεωτέρης ἡλικίης τὸ ξηρὸν ἔνι, ἀπὸ δὲ τῆς ἐπιούσης ἡλικίης, καὶ τοῦ ὕδατος τῆς ἐφόδου, οὐχ ὁ ἔχων τὴν ὑγρασίην, διὰ ταῦτα ξηροῖσι, καὶ ὑγροῖσι κρατέεται. οἱ δὲ πρεσβῦται, ψυχροὶ καὶ ὑγροί. διότι πυρὸς μὲν ἀποχώρησις, ὕδατος δὲ, ἔφοδος· καὶ ξηρῶν μὲν, ἀπάλλαξις· ὑγρῶν δὲ, κατάστασις. τῶν δὲ πάντων, τὰ μὲν ἄρσενα, θερμότερα καὶ ξηρότερα· τὰ δὲ θήλεα, ὑγρότερα καὶ ψυχρότερα, διὰ τόδε, ὅτι τε ἀπ' ἀρχῆς ἐν τοιούτοισιν ἑκάτερα ἐγένετο· καὶ ἀπὸ τοιούτων αὔξεται. γενόμενά τε, τῇσι διαίτῃσιν ἐπιπονωτέρῃσι χρέεται, ὥστε ἐκθερμαίνεσθαι καὶ ἀποξηραίνεσθαι· C τὰ δὲ θήλεα, ὑγροτέρῃσι καὶ ῥαθυμοτέρῃσι τῇσι διαίτῃσι χρέονται· καὶ κάθαρσιν τοῦ θερμοῦ ἐκ τοῦ σώματος ἑκάστου μηνὸς ποιέονται.

CAPVT XIII.

Ortus & incrementi humani diuersitatem secundum animi vim γνωστικὴν, tum intelligentem, tum sentientem, edisserit.

AT de ea quæ dicitur animi prudentia vel D imprudentia, sic se res habet. Quod in igne est humidissimum, & in aqua siccissimum, in corpore temperamentum sortita, prudentissima efficiuntur; quoniam ignis quidem ab aqua humiditatem, aqua verò ab igne siccitatem habet. Vtrumque autem hoc modo sibi maxime satis esse videtur. Neque ignis alimenti indigentior longè proficiscitur, neque aqua motionis inops admodum leuis mouetur. Vtrumque igitur tum hoc modo sibi satis est, tum inter se temperata. Quod enim vicinis minimè indiget, id maximè præsentibus obtemperat, ignis E qui minimè neque necessitate mouetur, & aqua quæ maximè, non per vim. Ex his autem animus contemperatus, prudentissimus est & memoria maximè valet. Quod si aliquo superinducto vsus fuerit, & horum quodcunque increuerit aut contabuerit, imprudentissimus euadit; quæ quum sic se habeant, ipsa sibi maximè satis esse videntur. Quod si ignis & aquæ purissimæ contemperationem acceperit, & ignis aqua paulò inferior fuerit, ij quidem etiam prudentes sunt, plus tamen illis quàm in priore *temperatione* deest, quoniam ignis ab aqua superatur, tardámque motionem efficiens, F segniùs in sensus illabitur. Eiusmodi autem ferè stabiles sunt animi, quamcunque ad rem se applicuerint. Quòd si recta adhibeatur victus ratio, prudentiores & acutiores præter naturam euadant. His autem conducit vt victus ratione quæ ad ignem magis accedat, vtantur,

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΓ'.

Ἐξηγεῖται τὴν τῆς ἀνθρωπίνης γενέσιός τε, καὶ αὐξήσεως διαφορὰς κατὰ τὴν τῆς ψυχῆς δύναμιν γνωστικὴν, καὶ φρόνιμον, καὶ αἰσθανομένην.

D ΠΕρὶ δὲ φρονήσιος ψυχῆς, καὶ ἀφροσύνης ὀνομαζομένης, ὧδε ἔχει. πυρὸς τὸ ὑγρότατον, καὶ ὕδατος τὸ ξηρότατον, κρῆσιν λαβόντα ἐν τῷ σώματι, φρονιμώτατα· διότι τὸ μὲν πῦρ ἔχει, ἀπὸ τοῦ ὕδατος τὸ ὑγρόν· τὸ δὲ ὕδωρ, ἀπὸ τοῦ πυρὸς τὸ ξηρόν. ἑκάτερον δὲ, οὕτως αὐταρκέστατον. οὔτε τὸ πῦρ, τῆς τροφῆς ἐνδεέστερον ἐπὶ πουλὺ φοιτᾷ· οὔτε τὸ ὕδωρ, τῆς κινήσιος ἐπὶ πουλὺ δεόμενον κουφοῦται. αὐτό τε οὖν ἑκάτερον, οὕτως αὐταρκέστατόν ἐστι, πρὸς ἄλληλά τε κρηθέντα. ὅ,τι γὰρ ἐλάχιστα τῶν πέλας δέεται, τοῦτο μάλιστα E τοῖσιν παρεοῦσι προσέχει· πυρός τε τὸ ἥκιστα κινεύμενον, μὴ ὑπ' ἀνάγκης· καὶ ὕδατος, τὸ μάλιστα, μὴ ὑπὸ βίης. ἐκ τούτων δὲ ἡ ψυχὴ συγκρηθεῖσα, φρονιμωτάτη, καὶ μνημονικωτάτη. εἰ δέ τινι ἐπαγωγῇ χρεομένη, τούτων ὁκότερον οὖν αὐξηθείη, ἢ μειραίνοι, ἀφρονέστατον ἂν γένοιτο· διότι οὕτως ἔχοντα, αὐταρκέστατα. εἰ δὲ πυρὸς τοῦ εἰλικρινεστάτου, καὶ ὕδατος σύγκρησιν λάβοι, ἐνδεέστερον δὲ τὸ πῦρ εἴη τοῦ ὕδατος ὀλίγον, φρόνιμοι μὲν καὶ οὗτοι, ἐνδεέστεροι δὲ τῆς προτέρης. διότι κρατεόμενον τὸ πῦρ ὑπὸ τοῦ ὕδατος, καὶ βραδείην τὴν F κίνησιν ποιεύμενον, νωθρότερον προσπίπτει πρὸς τὰς αἰσθήσιας. παραμόνιμοι δ' εἰσὶ ἐπιεικέως αἱ τοιαῦται ψυχαὶ; πρὸς ὅ,τι ἂν προσέχωσιν. εἰ δὲ ὀρθῶς διαιτῶντο, καὶ φρονιμώτεροι, καὶ ὀξύτεροι γένοιντο παρὰ τὴν φύσιν. ξυμφέρει δὲ τοῖσι τοιούτοισι, τοῖσι πρὸς πυρὸς διαιτήμασι μᾶλλον χρέεσθαι, καὶ μὴ πλησμονῇσι,

μήτε σιτίων, μήτε πομάτων. δρόμοισιν οὖν χρέεσθαι ὀξέσιν, ὅκως τοῦ τε ὑγροῦ κενῶται τὸ σῶμα, καὶ τὸ ὑγρὸν ἐπίστηται θᾶσσον. πάλῃσι δὲ, καὶ τρίψεσι, καὶ τοῖσι τοιούτοισι γυμνασίοισιν, οὐ ξυμφέρει χρέεσθαι, ὅκως μὴ κοιλοτέρων τῶν πόρων γινομένων, πλησμονῆς πληρῶνται. βαρύνεσθαι γὰρ ἀνάγκη τῆς ψυχῆς τὴν κίνησιν ὑπὸ τῶν τοιούτων. τοῖσί τε περιπάτοισι ξυμφέρει χρέεσθαι, καὶ ἀπὸ δείπνου, καὶ ὀρθρίοισι, καὶ ἀπὸ τῶν δρόμων. ἀπὸ δείπνου μὲν, ὅκως τὴν τροφὴν ξηροτέρην ἡ ψυχὴ δέχηται ἀπὸ τῶν εἰσιόντων. ὄρθρου δὲ, ὅκως αἱ διέξοδοι κενῶνται τοῦ ὑγροῦ, καὶ μὴ φράσσωνται οἱ πόροι τῆς ψυχῆς. ἀπὸ δὲ τῶν γυμνασίων, ὅκως μὴ ἐγκαταλείπηται ἐν τῷ σώματι τὸ ἀποκριθὲν ἀπὸ τοῦ δρόμου, μηδὲ ξυμμίσγηται τῇ ψυχῇ, μηδὲ ἐμφράσσῃ τὰς διεξόδους, μηδὲ συνταράξῃ τὴν τροφήν. ξυμφέρει δὲ καὶ ἐμέτοισι χρέεσθαι, ὅκως ἀποκαθαίρηται τὸ σῶμα, εἴ τι ἐνδεέστερον οἱ πόνοι διαπρήσσονται. προσάγειν δὲ ἀπὸ τῶν ἐμέτων, κατὰ μικρὸν προστιθέντα τὸ σιτίον, ἐς ἡμέρας τέσσαρας τὰς ἐλαχίστας. χρίεσθαι δὲ ξυμφορώτερον, ἢ λούεσθαι. λαγνεύειν δὲ, ὕδατος ἐφόδων γινομένων, πλείονα· ἐν δὲ τῇσι τοῦ πυρὸς ἐπιφορῇσι, μείονα. εἰ δέ τινι ἐνδεεστέρην τὴν δύναμιν τὸ πῦρ λάβοι τοῦ ὕδατος, βραδυτέρην ἀνάγκη ταύτην εἶναι· καὶ καλέονται οἱ τοιοῦτοι ἠλίθιοι. ἅτε γὰρ βραδείης ἐούσης τῆς περιόδου, κατὰ βραχύ τι προσπίπτουσιν αἱ αἰσθήσιες. καὶ ὀξεῖαι ἐοῦσαι, ἐπ' ὀλίγον ξυμμίσγονταί τε διὰ βραδύτητα τῆς περιόδου. αἱ γὰρ αἰσθήσιες τῆς ψυχῆς, ὁκόσαι μὲν δι' ὄψιος, καὶ ἀκοῆς εἰσιν, ὀξεῖαι· ὁκόσαι δὲ διὰ ψαύσιος, βραδύτεραι καὶ δυσαισθητότεραι. τούτων μὲν οὖν αἰσθάνονται, καὶ οἱ τοιοῦτοι οὐδὲν ἧσσον, οἷον τῶν ψυχρῶν, καὶ θερμῶν, καὶ τῶν τοιούτων. ὁκόσα δὲ δι' ὄψιος, ἢ ἀκοῆς αἰσθέσθαι δεῖ, ἃ μὴ πρότερον ἐπίστανται, οὐ δύνανται αἰσθάνεσθαι. ἢν γὰρ μὴ σεισθῇ ἡ ψυχὴ ὑπὸ τοῦ πυρὸς πεσόντος, οὐκ ἂν αἴσθοιτο ὁκοῖόν τι ἐστιν. αἱ οὖν τοιαῦται ψυχαὶ οὐ πάσχουσι τοῦτο διὰ ταχύτητα. εἰ δὲ ὀρθῶς διαιτῷτο, βέλτιον γένοιτο ἂν καὶ ὁ τοιοῦτος. ξυμφέρει οὖν τὰ διαιτήματα ἅπερ τῷ προτέρῳ· ξηροτέροισι δὲ χρῆσθαι, καὶ ἐλάσσοσι τοῖσι σιτίοισι· τοῖσι δὲ πόνοισι, πλείοσι, καὶ ὀξυτέροισι. συμφέρει δὲ καὶ πυριῆσθαι· καὶ ἐμέτοισι χρέεσθαι ἐκ τῶν πυριησίων· καὶ προσαγωγῇσιν ἐκ τῶν ἐμέτων ἐκ πλείονος χρόνου, ἢν ποιέει ἐνδεέστερον· καὶ ταῦτα ποιέων, ὑγιεινότερος ἂν καὶ φρονιμώτερος εἴη. ἢν δὲ κρατηθείη ἐπὶ πλεῖον τὸ πῦρ ὑπὸ τοῦ ἐόντος ὕδατος, τούτους ἤδη οἱ μὲν, ἄφρονας ὀνομάζουσιν· οἱ δὲ, ἐμβροντήτους. ἔστι δ' ἡ μανίη τοιούτων ἐπὶ τὸ βραδύτερον. οὗτοι κλαίουσί τε, οὐδενὸς λυποῦντος, ἢ τύπτοντος· δεδίασί τε τὰ μὴ φοβερά· λυπέονται ἐπὶ τοῖς μὴ προσήκουσι, καὶ αἰσθάνονται, οἷσιν οὐ προσήκει τοῖς φρονίμοισι. ξυμφέρει τοιγαροῦν τούτοισι πυριῆσθαι, καὶ ἐλλεβόροισιν ἐκκαθαίρεσθαι ἐκ τῶν πυριησίων· καὶ διαίτῃ χρέεσθαι, ᾗ εἶπον πρότερον· ἰσχνασίης δὲ πνεύμονος οὗτοι δέονται, καὶ ξηρασίης. εἰ δὲ τὸ ὕδωρ ἐνδεεστέρην τὴν δύναμιν λάβοι τοῦ πυρὸς, εἰλικρινῆ τὴν σύγκρησιν ἐχόντων, ὑγιαίνουσι σώμασι φρονίμοις. ἡ δὲ τοιαύτη ψυχὴ ταχέως αἰσθανομένη τῶν προσπιπτόντων, καὶ οὐ μεταπίπτουσα πολλάκις ἐστί. φύσις μὲν οὖν ἡ τοιαύτη ψυχῆς ἀγαθῆς· βελτίων δὲ γένοιτο, ὀρθῶς διαιτευόμενος, καὶ κακίων μὴ ὀρθῶς. συμφέρει δὲ τῷ τοιούτῳ, τῇ διαίτῃ χρέεσθαι τῇ πρὸς ὕδατος μᾶλλον, ὑπερβολὰς φυλασσόμενον, καὶ σιτίων, καὶ πομάτων, καὶ πόνων. καὶ δρόμοισι καμπτοῖσι, καὶ διαύλοισι, καὶ πάλῃσι, καὶ τοῖσιν ἄλλοισι γυμνασίοισιν, ὑπερβολὴν οὐδενὸς ποιεύμενον.

& neque cibis, neque potionibus expleantur. Cursibus itaque celeribus vtendum, quò & corpus humore vacuetur, & humor celeriùs sistatur. Lucta autem, frictionibus, & similibus exercitationibus vti non conuenit, vt ne cauiores redditi meatus expleantur. Ab his enim animi motum grauari necesse est. De ambulationibus etiam tum à cœna, tum matutinis, itémque post cursus, vtendum est. A cœna quidem, quò siccius alimentum ab iis quæ ingeruntur, animus accipiat. Manè verò, vt viæ humore vacuentur, & animi meatus minimè obstruantur. Ab exercitiis autem, ne quod à cursu excretum est, in B corpore remaneat, & animo commixtum, vias obstruat, & alimentum conturbet. Confert etiam, vt vomitionibus vtantur, quò corpus repurgetur, si quid negligentius labores effecerint. A vomitione autem sensim adiiciendo, cibus offerendus, per quatuor, vt minimum, dies. Vngi verò quàm lauari magis conuenit. Rebus autem venereis in aquæ accessionibus magis vtendum, minùs verò in ignis incursionibus. At si in aliquo inferiorem quàm aqua potentiam ignis sortitus sit, tardiorem eum esse necesse est, appellantúrque eiusmodi stolidi. Nimirum enim C quum tardus sit ambitus, paulatim sensus allabuntur, & qui acuti existunt, sensim etiam commiscentur, propter ambitus tarditatem. Acuti enim sunt animi sensus, qui visione & auditione percipiuntur; qui verò tactu, tardiores & faciliùs sentiuntur. Has igitur non minùs ij sentiunt, quàm quæ sunt frigida & calida, & eius generis. Quæ verò visione & auditione percipienda sunt, quæ non antè sciunt, percipere nequeunt. Nisi enim ab igne illabente commotus animus fuerit, id qualecunque sit, non percipiat. Id igitur huiusmodi animis ob celerita- D tem non contingit. Quod si recta victus ratione vtatur, is etiam melior euadere queat. Eadem igitur quæ priori victus ratio confert; verùm cibis tum siccioribus, tum paucioribus, laboribus autem pluribus & vehementioribus vtendum. Confert etiam vt fomentis & ab iis vomitionibus vtatur, & post vomitus ex longo interuallo cibos exhibeat, si minor vomitus contigerit; quæ si fecerit, magis valebit & prudentior euadet. Quod si magis ab aqua ignis superetur, hos iam alij dementes, alij stupidos appellant. Eorum autem mania tardior E existit. Hi plorant, quum à nemine vexentur, aut verberentur; minimè metuenda metuunt, molestia afficiuntur vbi minimè conuenit; & sentiunt, quæ prudentes non deceant. Iis itaque fomenta conducunt, & à fomentis purgationes ex veratro, & victus ratio quam antea dixi, isque pulmonis extenuatione & siccitate opus habet. At si aqua inferiorem quàm ignis facultatem adepta sit, quum synceram contemperationem habeant, sanitate corporis & prudentia valent. Eiusmodi animus citò, quæ ingruunt, percipit; neque frequenter ad alia se transfert. Huiusmodi igitur natura boni F est animi, melior tamen efficiatur, si recta victus ratione vtatur; vt deterior, si praua. Huic verò victus ratio conducit, quæ ad aquam magis spectet, & neque in cibis, neque in potionibus, neque laboribus modum excedat. Cursibus flexis & circensibus, luctis, & reliquis exercitationibus vtatur, dum in nullo modum superet.

Si

Si enim corpus bene valuerit, nullaque re alia perturbetur, hæc animi contemperatio prudens est. Quòd si adhuc magis aquæ vis ab igne superetur, eò acutiorem quidem animum esse necesse est, quò citiùs mouetur, & ad sensus celeriùs incurrere; verùm priore minùs stabilem, quoniam quæ adsunt secedunt, & in pulmonem ob celeritatem irruunt. Huic conducit eâ victus ratione vti, quæ magis ad aquam spectat quàm priori, & maza potius quàm pane, piscibus quàm carnibus, potione etiam dilutiore, & venere rariùs vti & laboribus qui secundum naturam maximè obeuntur, & quàm plurimis, violentis verò, si vti cogatur, paucioribus. Vomitionibus etiam post ipsas repletiones, quò corpus quidem euacuetur, quamminimè verò incalescat. His etiam ad prudentiam confert, vt minimè carnosi euadant. Ad bonum enim carnis habitum, ardoris inflammationem accedere necesse est. Quod quum acciderit, eiusmodi animus aqua superata in maniam agitur & adducitur. His verò confert vt negotia cibo sumpto potiùs quàm ieiuni obeant. Commodo enim alimento admixto, stabilior longè animus euadit, quàm alimenti indigens. Quod si adhuc magis aqua ab igne superetur, eiusmodi animus valdè acutus est, eosque somniis agitari necesse est. Hos autem subfuriosos vocant. Hoc enim insaniæ proximum est. Etenim à breui & incommoda inflammatione insaniunt, & in vini potionibus, & carnis bona habitudine, & à carnium esu. Sed & hunc ab his quidem omnibus abstinere oportet, & omni alia repletione, & exercitationibus quæ per vim obeuntur. In victus autem ratione, maza non subacta vtendum, & oleribus coctis, præter quàm purgantibus, & pisciculis ex muria. Quinetiam aquam bibere optimum, si fieri possit; sin minùs, quod ad hanc proximè accedit, vinum molle & album. Deambulationibus quoque matutinis multis vtatur; à cœna verò exurgat, vt ne cibi quidem à deambulationibus post cœnam resiccentur, corpus autem à matutinis euacuetur. Aqua autem tepida circumaffusa potiùs perfundatur quàm vngatur. Confert etiam æstate interdiu somno vti breuiore quàm multo, vt ne corpus ab anni tempore resiccetur. Commodum etiam est vere fotibus antea præparatos potionibus ex veratro purgare, deinde sensim ad victus rationem adducere, neque hunc ieiunum negotia obire oportet. Et hac sanè cura eiusmodi animus prudentissimus euaserit. Prudentis igitur & imprudentis animi, hæc contemperatio causa est, velut à me scriptum est, victus tamen ratione melior & deterior fieri potest. Ignis autem incursibus superantibus, fortè aquæ aliquid addi non potest, vt neque aqua in contemperatione superante, ignis augeri. Ex his vero prudentiores & imprudentiores animi efficiuntur.

A ἢν γὰρ ἔχῃ ὑγιηρῶς τὸ σῶμα, καὶ μὴ ὑπ' ἄλλου τινὸς ξυνταράσσηται, τῆς ψυχῆς φρόνιμος σύγκρησις. εἰ δ' ἐπὶ πλέον κρατηθείη ἡ τοῦ ὕδατος δύναμις ὑπὸ τοῦ πυρὸς, ὀξυτέρην μὲν τοσούτῳ ἀνάγκη εἶναι τὴν ψυχὴν, ὅσῳ θᾶττον κινέεται, καὶ πρὸς τὰς αἰσθήσιας θᾶσσον προσπίπτειν· ἧσσον δὲ μόνιμον τῆς προτέρης, διότι κρίνεται τὰ παραγινόμενα, καὶ ἐπὶ πλείονα ὁρμᾶται διὰ ταχύτητα. συμφέρει δὲ τῷ τοιούτῳ διαιτῆσθαι, τῇ πρὸς ὕδατος διαίτῃ μᾶλλον, ἢ τῇ προτέρῃ· καὶ μάζῃ μᾶλλον, ἢ τῷ ἄρτῳ· καὶ ἰχθύσιν, ἢ κρέασι· τῷ ποτῷ, ὑδαρεστέρῳ· καὶ λαγνείῃσιν ἐλασσόνως
B χρέεσθαι, καὶ τῶν πόνων τοῖσι κατὰ φύσιν μάλιστα, καὶ πλείστοισι· τοῖσι δ' ὑπὸ βίης χρέεσθαι μὲν ἀνάγκη, ἐλάττοσι δὲ καὶ ἐμέτοισιν ἐκ τῶν αὐτέων πλησμονέων, ὅκως κενῶται μὲν τὸ σῶμα, θερμαίνηται δὲ ὡς ἥκιστα. συμφέρει δὲ καὶ ἀσαρκέειν τοῖσι τοιούτοισι, πρὸς τὸ φρονίμοις εἶναι. πρὸς γὰρ σαρκὸς εὐεξίην, καύματος φλεγμονὴν ἀνάγκη γίνεσθαι. ὁκόταν δὲ τοιοῦτον πάθῃ ἡ τοιαύτη ψυχὴ, ἐς μανίην καθίσταται κρατηθέντος τοῦ ὕδατος, καὶ ἐπισπασθεῖσα. ξυμφέρει δὲ τοῖσι τοιούτοισι, καὶ τὰς πρήξιας πρήσσειν, βεβρωκόσι μᾶλλον, ἢ ἀσίτοισι. στασιμωτέρη γὰρ ἡ ψυχὴ τῇ
C τροφῇ, καταμισγομένη συμφόρῳ μᾶλλον, ἢ ἐνδεὴς οὖσα τροφῆς. εἰ δέ τι πλέον ἐπικρατηθείη τὸ ὕδωρ ὑπὸ τοῦ πυρὸς, ὀξείη ἡ τοιαύτη ψυχὴ ἄγαν, καὶ τούτους ὀνειρώσσειν. καλέουσι δὲ αὐτοὺς ὑπομαινομένους. ἔστι γὰρ ἔγγιστα μανίης τὸ τοιοῦτον. καὶ γὰρ ἀπὸ βραχείης φλεγμονῆς, καὶ ἀσυμφόρου μαίνονται, καὶ ἐν τῇσι μέθῃσι, καὶ ἐν τῇσιν εὐεξίῃσι τῆς σαρκὸς, καὶ ὑπὸ τῶν κρεηφαγιῶν. ἀλλὰ χρὴ τὸν τοιοῦτον, τούτων μὲν πάντων ἀπέχεσθαι, καὶ τῆς ἄλλης πλησμονῆς, καὶ γυμνασίων τῶν ἀπὸ βίης γινομένων. μάζῃ δὲ ἀτρίπτῳ διαιτᾶσθαι, καὶ λαχάνοισιν ἑφθοῖσι, πλὴν
D τῶν καθαρτικῶν· καὶ ἰχθυδίοισιν ἐν ἅλμῃ. καὶ ὑδροποτέειν βέλτιστον, ἢν δύναιτο· εἰ δὲ μὴ, ὅ, τι ἐγγυτάτω τούτου, ἀπὸ μαλακοῦ οἴνου καὶ λευκοῦ, καὶ τοῖσι περιπάτοισιν τοῖσιν ὀρθρίοισι πολλοῖσιν· ἀπὸ δείπνου δὲ ὁκόσον ἐξαναστῆναι, ὅκως τὰ μὲν σιτία μὴ ξηραίνωνται ἀπὸ τῶν ἀπὸ δείπνου περιπάτων, τὸ δὲ σῶμα κενῶται ὑπὸ τοῦ ὀρθρίου. λούεσθαι δὲ χλιαρῷ ὕδατι περικλύδην μᾶλλον, ἢ χρίεσθαι. ξυμφέρει δὲ καὶ ἐν τῷ θέρει τῆς ἡμέρας, ὕπνοισι χρέεσθαι βραχέσιν, ἢ πολλοῖσιν, ὅκως μὴ ἀποξηραίνηται τὸ σῶμα ὑπὸ τῆς ὥρης. ἐπιτήδειον δὲ τοῦ ἦρος, καὶ ἐλ-
E λεβόροισι καθαίρειν προπυριηθέντας, εἶτα ἐπάγειν πρὸς τὴν δίαιτην ἡσυχῇ, καὶ μὴ [illegible] πρήξιας μηδὲ τοῦτον ποιέεσθαι. ἐκ ταύτης τῆς ἐπιμελείης, ἡ τοιαύτη ψυχὴ φρονιμωτάτη ἂν εἴη. περὶ μὲν οὖν φρονίμου, καὶ ἄφρονος ψυχῆς ἡ σύγκρησις αὕτη αἰτίη, ὥσπερ μοι καὶ γέγραπται, καὶ δύναται ἐκ τῆς διαίτης, καὶ βελτίων, καὶ χείρων γίνεσθαι. δρόμοισι δὲ πυρὸς ἐπικρατέοντος, τῷ ὕδατι προσθεῖναι ἀδύνατον ἂν ἴσως, καὶ τοῦ ὕδατος ἐπικρατέοντος, ἐν τῇ συγκρήσει τὸ πῦρ αὐξῆσαι. ἐκ τούτων δὲ φρονιμώτεραι, καὶ ἀφρονέστεραι γίνονται.
F

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΔ΄.

Τὰς τῆς ἀνθρωπίνης γενέσεώς τε, καὶ αὐξήσεως διαφορὰς κατὰ τὴν τῆς ψυχῆς ὀρεκτικὴν δύναμιν ἐξηγεῖται.

Τῶν δὲ τοιούτων οὐκ ἔστιν ἡ σύγκρησις ἔτι, οἷον ὀξύθυμος, ῥᾴθυμος· δόλιος, ἁπλοῦς· δυσμενὴς, εὔνους. τῶν τοιούτων ἁπάντων, ἡ φύσις τῶν πόρων, δι' ὧν ἡ ψυχὴ πορεύεται, αἰτίη ἐστί· δι' ὁκοίων γὰρ ἀγγείων ἀποχωρεῖ, καὶ πρὸς ὁκοῖά τινα προσπίπτει, καὶ ὁκοίοις τισὶ καταμίσγεται, τοιαῦτα φρονέουσι. διὰ τοῦτο γοῦν, ἀδύνατον τὰ τοιαῦτα ἐκ διαίτης μεθιστάναι· φύσιν γὰρ μεταπλάσαι ἀφανέα οὐχ οἷόν τε. ὡσαύτως δὲ καὶ τῆς φωνῆς ὁκοίη τις ἂν εἴη, οἱ πόροι αἴτιοι τοῦ πνεύματος. δι' ὁκοίων γὰρ ἄν τινων κινέηται ὁ ἀὴρ, καὶ πρὸς ὁκοίους τινὰς προσπίπτῃ, τοιαύτην ἀνάγκη τὴν φωνὴν εἶναι. καὶ ταῦτα μὲν δυνατὸν, καὶ χείρω, καὶ βελτίω ποιέειν, διότι λειοτέρους καὶ βραχυτέρους τοὺς πόρους τῷ πνεύματι δυνατὸν ποιῆσαι, κεῖνο δὲ ἀδύνατον ἐκ διαίτης ἀλλοιῶσαι.

CAPVT XIV.

Ortus & incrementi humani diuersitates quoad animi appetentem facultatem enarrat.

At verò istorum nulla ampliùs contemperatio, cuiusmodi est iracundus, segnis; dolosus, simplex; infensus, beneuolus. Horum omnium meatuum natura, per quos animus meat, causa est. Per qualia enim vasa secedit, & ad qualia allabitur, & qualibus commiscetur, talia homines sapiunt. Ideóque ista victus ratione immutari non possunt, naturam enim occultam transformare non licet. Similiter verò & vocis, qualiscunque tandem fuerit, spiritus meatus causa sunt. Per quales enim aër mouetur, & ad qualescunque allabitur, talem esse vocem necesse est. Et hæc quidem deteriora & meliora effici possunt, quòd leuiores & asperiores spiritus meatus reddi queant, illud verò victus ratione permutari non possit.





ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ ΠΕΡΙ ΔΙΑΙΤΗΣ ΥΓΙΑΙΝΟΝΤΩΝ ΤΟ ΔΕΥΤΕΡΟΝ.

HIPPOCRATIS DE VICTVS RATIONE SANORVM LIBER SECVNDVS.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΤΩΝ ΕΝ ΤΩι ΔΕΥΤΕΡΩι.

Τῇ τῶν ἀρχῶν τε καὶ διαφορέων τοῦ ἀνθρωπίνου σώματος ἐξηγήσει, ἥπερ πάντως φυσική ἐστιν, ἕπεται ἡ διαίτης πραγματεία, ᾗ τὸ ἀνθρώπινον σῶμα, ἢ ἐν ταύτῃ μὲν στάσει διαφυλάττεται, ἢ κατὰ τὴν ποσότητά τε καὶ ποιότητα μεταβάλλεται· ὑπὲρ ἑκάστων αὖ τῶν πνευμάτων, καὶ χωρῶν, φύσεών τε, καὶ θέσεων διέρχεται· καὶ περὶ τῆς τῶν τροφῶν δυνάμεώς τε, καὶ διαφορᾶς ἐκ τῶν ζώων τε καὶ τῶν φυτῶν· περὶ λουτρῶν τε, καὶ τῶν ἔξω· καὶ τῶν διαφόρων γυμνασίων.

ARGVMENTVM LIBRI SECVNDI.

Enarrationem principiorum & differentiarum humani corporis (quæ penitus Physica est) sequitur diætæ tractatio, qua corpus humanum vel conseruatur in eodem statu, vel secundum qualitatem & quantitatem mutatur. Agit itaque de ventorum ac regionum singularum naturis, ac situ; de alimentorum facultatibus ac differentiis ex animalibus ac plantis petitis; de balneis, & externis rebus; ac de variis exercitiis.

CAPVT PRIMVM.

De locorum situ ac temperie.



AT singularum regionum situm & naturam sic dignoscere oportet. In vniuersum quidem res ita se habet. Quæ ad meridiem sita, eâ quæ ad septentriones spectat calidior & siccior, quòd ad solem magis accedat. In his autem regionibus, homines & quæ è terra producuntur, sicciora, calidiora, & validiora esse necesse est, quàm quæ in contrariis, velut Libyca gens si cum Pontica conferatur, & quæ vtrisque vicina sunt. Per se autem ipsæ regiones hoc modo se habent. Alta loca, & squallentia, & ad meridiem sita, campestribus æqualiter sitis sunt sicciora, quòd pauciores hu-

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Α.

Περὶ τῆς τῶν χωρίων θέσιός τε καὶ κράσεως.

A 

ΧΩΡΙΩΝ δὲ θέσιν καὶ φύσιν ἑκάστων, ὧδε χρὴ διαγινώσκειν. κατὰ πάντος μὲν εἰπεῖν, ὧδε ἔχει. ἡ πρὸς μεσημβρίαν κειμένη, θερμοτέρη καὶ ξηροτέρη τῆς πρὸς τὰς ἄρκτους κειμένης, διότι ἐγγυτέρω τοῦ ἡλίου ἐστίν. ἐν δὲ ταύτῃσι τῇσι χώρῃσιν ἀνάγκη, καὶ τὰ ἔθνεα τῶν ἀνθρώπων, καὶ τὰ φυόμενα ἐκ τῆς γῆς, ξηρότερα καὶ θερμότερα, καὶ ἰσχυρότερα εἶναι, ἢ ἐν τῇσιν ἐναντίῃσιν· οἷον τὸ Λιβυκὸν ἔθνος πρὸς τὸ Ποντικόν, καὶ τὰ ἔγγιστα ἑκατέρων. αὗται δὲ καθ' ἑαυτὰς αἱ χῶραι, ὧδε ἔχουσι. τὰ ὑψηλὰ, καὶ αὐχμηρὰ, καὶ πρὸς μεσημβρίαν κείμενα, ξηρότερα τῶν πεδίων τῶν ὁμοίως κει-

μβρίων, διότι ἐναντίας ἰκμάδας ἔχει. τὰ μὲν γὰρ οὐκ ἔχει στάσιν τῷ ὀμβρείῳ ὕδατι, τὰ δὲ ἔχει. τὰ δὲ λιμναῖα, καὶ ἑλώδεα, ὑγραίνει καὶ θερμαίνει. θερμαίνει μὲν, διότι κοῖλα, καὶ περιεχόμενα, καὶ οὐ διαπνέεται· ὑγραίνει δὲ, διότι τὰ φυόμενα ἐκ τῆς γῆς, ὑγρότερα, οἷσιν ἐκτρέφονται ἄνθρωποι· τό τε πνεῦμα ὃ ἀναφέρομεν, παχύτερον διὰ τὸ ὕδωρ, τὸ ἀπὸ τῆς ἀκινησίης. τὰ δὲ κοῖλα καὶ μὴ ἔνυδρα, ξηραίνει καὶ θερμαίνει. θερμαίνει μὲν, ὅτι κοῖλα καὶ περιέχεται. ξηραίνει δὲ, διά τε τῆς τροφῆς τὴν ξηρότητα, καὶ διότι τὸ πνεῦμα ὃ ἀναπνέομεν ξηρὸν ἐὸν, ἕλκει ἐκ τῶν σωμάτων τὸ ὑγρὸν, ἐς τροφὴν ἑωυτῷ, οὐκ ἔχων πρὸς ὅ,τι ἂν ὑγρὸν προσαποτρέφηται. ὅκου δὲ τοῖσι χωρίοισιν ὄρη προσκέεται πρὸς νότου, ἐν τούτοισιν αὐχμώδεες οἱ νότοι, καὶ νοσεροὶ προσπνέουσιν. ὅκου δὲ βορέηθεν ὄρη πρόσκειται, ἐν τουτέοισιν οἱ βορέαι ταράσσουσι, καὶ νόσους ποιέουσιν. ὅκου δὲ βορέηθεν κοῖλα χωρία τοῖσιν ἄστεσι προσκέεται, πρὸς τῶν θερινῶν πνευμάτων, θερμὸν καὶ νοσερὸν τοῦτο τὸ χωρίον· διότι οὔτε βορέας διαπνέων καθαρὴν τὴν ἐπαγωγὴν τοῦ πνεύματος παρέχει, οὔτε ὑπὸ τῶν θερινῶν πνευμάτων διαψύχεται. τῶν δὲ νήσων, αἱ μὲν ἐγγὺς τῶν ἠπείρων, δυσχειμερώτεραί εἰσιν. αἱ δὲ πόντιαι, ἀλεεινότεραι τὸν χειμῶνα· διότι αἱ χιόνες καὶ πάγοι, ἐν μὲν τῇσιν ἠπείροισιν ἔχουσι στάσιν, καὶ τὰ πνεύματα ψυχρὰ πέμπουσιν ἐς τὰς ἐγγὺς νήσους. τὰ δὲ πελάγια, οὐκ ἔχει στάσιν ἐν χειμῶνι.

A miditates contineant. Illa siquidem aquam pluuiam non retinent; hæc contrà. Lacustria verò & palustria humectant & calefaciunt. Calefaciunt quidem, quoniam caua sunt, vndique circumdata, & ventis minimè perflantur; humectant verò, quòd quæ è terra producuntur, quibus homines aluntur, humidiora sint, & spiritus, quem attrahimus, propter aquam motus expertem crassior sit. Caua verò & minimè aquosa, siccant & calefaciunt. Calefaciunt quidem quòd caua sint & circumdentur. Siccant verò, cùm propter alimenti siccitatem, tum B quòd spiritus quem respiramus siccus existens, humorem ad sui nutritionem è corporibus trahat, quum non habeat alium humorem, ad quem allapsus nutriatur. At quum regionibus montes ad austrum adiacent, in his austri squalidi & morbosi afflant. Quum verò ab aquilone montes adiacent, in his aquilones perturbant & morbos efficiunt. Vbi autem ab aquilone caua loca vrbibus adiacent, ab æstiuis ventis calidus & morbosus hic locus est, quoniam neque perflans boreas puram spiritus inuectionem exhibet, neque ab æstiuis ventis perfrigeratur. Quæ autem insulæ continenti sunt vicinæ, eæ rigi- C diores habent hyemes; marinæ verò, tepidiores; propterea quòd niues & glacies in continenti stationem habent, & ventos frigidos ad vicinas insulas mittunt; In Pelagicis verò, per hyemem stationem non habent.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Β'.

Περὶ ἀέρος· καὶ τῆς τῶν πνευμάτων φύσεώς τε, καὶ δυνάμεως διαφόρου.

Περὶ δὲ πνευμάτων ἥν τινα φύσιν ἔχει, καὶ δύναμιν ἕκαστα, ὧδε χρὴ διαγινώσκειν. φύσιν μὲν ἔχει τὰ πνεύματα πάντα, ὑγραίνειν καὶ ψύχειν τά τε σώματα τῶν ζώων, καὶ τὰ φυόμενα ἐκ τῆς γῆς, διὰ τάδε· ἀνάγκη ἐστὶ τὰ πνεύματα ταῦτα πάντα πνέειν, ἀπὸ χιόνος, καὶ κρυστάλλου, καὶ πάγων ἰσχυρῶν, καὶ ποταμῶν, καὶ λιμνέων, καὶ γῆς ὑγρανθείσης, καὶ ψυχρανθείσης· καὶ τὰ μὲν ἰσχυρότερα τῶν πνευμάτων, ἀπὸ μεζόνων καὶ ἰσχυροτέρων· τὰ δὲ ἀσθενέστερα, ἀπὸ μειόνων καὶ ἀσθενεστέρων. ὥσπερ γὰρ καὶ τοῖσι ζώοισι πνεῦμα ἔνεστιν, οὕτως καὶ τοῖσιν ἄλλοισι πᾶσι· τοῖσι μὲν ἔλασσον πνεῦμα· τοῖσι δὲ, κατὰ μέγεθος. φύσιν μὲν οὖν ἔχει, ψύχειν καὶ ὑγραίνειν τὰ πνεύματα πάντα. διὰ θέσιν δὲ χωρίων καὶ τόπων δι' ὧν παραγίνεται τὰ πνεύματα ἐς τὰς χώρας ἑκάστας, διάφορα γίνεται ἀλλήλων· ψυχρότερα, θερμότερα, ὑγρότερα, ξηρότερα, νοσερώτερα, ὑγιεινότερα. τὴν δὲ αἰτίην ἑκάστων, ὧδε χρὴ γινώσκειν. ὁ μὲν βορέας ψυχρὸς πνέει καὶ ὑγρὸς, ὅτι ὁρμᾶται ἀπὸ τοιουτέων χωρίων, πορεύεταί τε διὰ τῶν τοιούτων τόπων, ὥς τινας ὁ ἥλιος οὐχ ἕρπει, οὐδ' ἀποξηραίνων τὸν ἀέρα, ἐκπίνει τὴν ἰκμάδα· ὥστε παραγίνεται ἐπὶ τὴν οἰκουμένην, τὴν ἑωυτοῦ δύναμιν ἔχων, ὅκου μὴ διὰ τὴν θέσιν τῆς χώρης διαφθείρεται, καὶ τοῖσι μὲν οἰκέουσιν ἔγγιστα, ψυχρότατος· τοῖσι δὲ προσωτάτω, ἥκιστα. ὁ δὲ νότος, πνέει μὲν ἀπὸ τῶν ὁμοίων τὴν φύσιν, τῷ βορέᾳ. ἀπὸ γὰρ τοῦ νοτίου πόλου πνέων, ἀπὸ χιόνος πολλῆς, καὶ κρυστάλλου, καὶ πάγων ἰσχυρῶν ὁρμώμενος, τοῖσι μὲν ἐκεῖσε πλησίον αὐτοῦ οἰκοῦσιν, ἀνάγκη τοῖον πνέειν, ὁκοῖον ἐν ἡμῖν ὁ βορέας. ἐπὶ δὲ πᾶσαν χώρην, οὐκέτι ὅμοιος παραγίνεται.

CAPVT II.

De aëre; & de ventorum natura, ac facultatibus diuersis.

D AT verò de ventis quam quisque naturam aut facultatem habeat, hoc modo dignoscendum. Omnes quidem venti, tum animalium corpora, tum ea quæ è terra producuntur, suapte natura ideò humectant & refrigerant, quòd ventos omnes à niue, à glacie, à vehementi gelu, à fluminibus & stagnis, & terra humecta ac perfrigerata spirare necesse sit, & validiores quidem ventos à maioribus & validioribus, debiliores verò à minoribus & debilioribus. Quemadmodum enim animantibus spiritus inest, ita in cæteris omnibus, nonnullis quidem minor, quibusdam verò maior pro eorum magnitudine. Naturam igitur habent E quidem refrigerandi & humectandi venti omnes. Verùm propter situm regionum & locorum per quæ ad regiones quasque accedunt, inter se differunt, & frigidiores, calidiores, humidiores, sicciores, morbosiores & salubriores existunt. Singulorum autem causa ad hunc modum cognoscenda est. Boreas quidem frigidus & humidus spirat, quia ab eiusmodi locis ducit impetum, & ad loca eiusmodi permeat, ad quæ sol non vergit, neque aëre exiccato humorem ebibit; ideóque ad terram habitabilem suam ipsius facultatem retinens accedit quum regionis situ non corrumpitur, & hic proximis qui- F dem incolis frigidissimus est, remotissimis verò minimè. At auster à locis naturâ aquiloni similibus spirat. Quum enim ab australi axe spiret, & à niue multa, glaciéque ac gelu valido prodeat, his quidem qui illic propè habitant, talis spiret, qualis nobis boreas, necesse est. Neque tamen ad totam regionem adhuc similis accedit.

Nam

Nam quum per solis accessus in meridiem spiret, exhausta à sole eius humiditate, resiccatus rarescit, ideóque calidum & siccum ad nos peruenire necesse est. Proindéque vicinis regionibus eandem vim calidam & siccam ex necessitate impertit. Quod & in Libya facit, quum quæ è terra nascuntur, exarescant, & homines latenter exiccet. Nam quum neque è mari, neque è fluuio humorem accipere queat, ex animantibus & plantis humidum exugit. At vbi pelagus transierit quum calidus & rarus existat, multa humiditate regionem ad quam illabitur, implet, atque adeò austrum calidum & humidum esse necesse est nisi regionum situs causæ extiterint. Ad eundem verò modum reliquorum etiam ventorum facultates se habent. Ad singulas autem regiones hoc modo venti se habent. Qui quidem venti ex mari in regiones irruunt, ij sicciores ferè existunt. Qui verò è niue, aut glacie, aut stagnis, aut fluminibus, ij omnes, tum sata, tum animantia humectant & refrigerant, & corporibus sanitatem præstant, nisi frigore modum excedant. Hi enim quòd magnas in corporibus caloris & frigoris mutationes faciant, lædunt. Quod sanè iis contingit, qui loca palustria & calida, iuxta magna flumina incolunt. At reliqui venti qui ex prædictis spirant, vtiles sunt, tum quòd aërem purum & syncerum præbeant, tum etiam animi calori humiditatem suggerant. Qui autem venti è terra aduolant, eos quum à sole & terra resiccentur, sicciores esse necesse est. Nam quum non habeant vnde alimentum trahant, à viuentibus humorem exugunt, satáque & animantia omnia lædunt. Et qui quidem relictis montibus ad vrbes perueniunt, non solùm siccant, verùm etiam spiritum quem attrahimus, turbant, & humana corpora morbis obnoxia reddunt. Horum igitur cuiusque natura & facultas ad hunc modum cognoscenda est. Quanam autem ratione ad singula se accommodare oporteat, procedente oratione aperiam.

A Διὰ γὰρ τὴν ἐφόδον τοῦ ἡλίου, καὶ ἐπὶ τὴν μεσημβρίην πνέων, ἐκπίνεται τὸ ὑγρὸν ὑπὸ τοῦ ἡλίου, ἀποξηραινόμενος γὰρ ἀραιοῦται· διὰ ἀνάγκη θερμὸν αὐτὸν, καὶ ξηρὸν ἐνθάδε παραγίνεσθαι. ἐν μὲν οὖν τοῖσιν ἔγγιστα χωρίοισιν, ἀνάγκη τοιαύτην δύναμιν ἀποδιδόναι θερμὴν καὶ ξηρήν. καὶ ποιέει τοῦτο ἐν τῇ Λιβύῃ, τά τε φυόμενα ἐξαυαίνεται, καὶ τοὺς ἀνθρώπους λανθάνει ἀποξηραίνων. ἅτε γὰρ οὐκ ἔχων, οὔτε ἐκ θαλάσσης ἰκμάδα λαβεῖν, οὔτε ἐκ ποταμοῦ, καὶ ἐκ τῶν ζώων, καὶ τῶν φυομένων ἐκπίνει τὸ ὑγρόν. ὁκόταν δὲ τὸ πέλαγος περαιώσῃ, ἅτε θερμὸς ἐὼν καὶ ἀραιὸς, πολλῆς ὑγρασίης ἐμπίπλησι τὴν χώρην ἐμπίπτων· ἀνάγκη δὲ τὸν
B νότον, θερμόν τε καὶ ὑγρὸν εἶναι, ὅκου μὴ τῶν χωρίων αἱ θέσιες αἴτιαι εἰσίν. ὡσαύτως δὲ καὶ τῶν ἄλλων πνευμάτων αἱ δυνάμεις ἔχουσιν. κατὰ δὲ χώρας ἑκάστας, τὰ πνεύματα ὧδε ἔχει. τὰ μὲν ἐκ θαλάσσης πνεύματα ἐς τὰς χώρας ἐμπίπτοντα, ξηρότερά πως ἐστί. τὰ δὲ ἀπὸ χιόνος, ἢ πάγων, ἢ λιμνέων, ἢ ποταμῶν, ἅπαντα ὑγραίνει καὶ ψύχει, καὶ τὰ φυτὰ, καὶ τὰ ζῶα, καὶ ὑγείην τοῖς σώμασι παρέχει, ὁκόσα μὴ ὑπερβάλλῃ ψυχρότητι. ταῦτα δὲ βλάπτει, διότι μεγάλας τὰς μεταβολὰς ἐν τοῖσι σώμασιν ἐμποιέει τοῦ θερμοῦ καὶ τοῦ ψυχροῦ. ταῦτα δὲ πάσχουσιν ὅσοι ἐν χωρίοις οἰκέουσιν ἑλώδεσι καὶ θερμοῖς, ἐγγὺς ποταμῶν
C ἰσχυρῶν. τὰ δ᾽ ἄλλα τῶν πνευμάτων, ὁκόσα πνέει ἀπὸ τῶν προειρημένων, ὠφελέει, τόν τε ἠέρα καθαρὸν, καὶ εἰλικρινέα παρέχοντα, καὶ τῷ τῆς ψυχῆς θερμῷ ἰκμάδα διδόντα. ὁκόσα δὲ τῶν πνευμάτων κατὰ γῆν παραγίνεται, ξηρότερα ἀνάγκη εἶναι ἀπό τε τοῦ ἡλίου ἀποξηραινόμενα, καὶ ἀπὸ τῆς γῆς. οὐκ ἔχοντα δὲ τροφὴν ὁκόθεν ἀνασπᾶται, τὰ πνεύματα ἀπὸ τῶν ζώντων ἕλκοντα τὸ ὑγρὸν, βλάπτει καὶ τὰ φυτὰ, καὶ τὰ ζῶα πάντα. καὶ ὁκόσα ὑπὲρ τὰ ὄρεα καταλιπόντα παραγίνεται ἐς τὰς πόλιας, οὐ μόνον ξηραίνει, ἀλλὰ καὶ ταράσσει τὸ πνεῦμα ὃ ἀναπνέομεν, καὶ τὰ σώματα τῶν ἀνθρώπων ἐπίνοσα ἐμποιέει.
D φύσιν μὲν οὖν καὶ δύναμιν ἑκάστων, οὕτω χρὴ γινώσκειν. ὅκως δὲ χρὴ πρὸς ἕκαστα παρασκευάζεσθαι, προϊόντι τῷ λόγῳ δηλώσω.

CAPVT III.

De alimentis in vniuersum, mox de Cerealibus in specie; ac de panum differentiis ac facultatibus.

AT verò ciborum & potuum singulorum facultatem tum naturalem, tum eam quæ per artem accedit, ita cognoscere oportet. Qui igitur in vniuersum, vel de dulcium, vel pinguium, vel salsorum, vel alterius cuiusdam eiusmodi facultate dicere conati sunt, ij non rectè cognoscunt. Neque enim eandem facultatem habent, nec dulcia inter se, neque amara, neque aliorum eiusmodi quicquam. Horum enim multa & aluum deiiciunt, & sistunt, & siccant, & humectant. Eodem modo in reliquis omnibus. Sunt & quæ astringunt, & per aluum secedunt, & vrinas mouent. Sunt quæ horum neutrum *faciunt*. Ad hunc autem modum & ex calefacientibus ac reliquis omnibus, alia aliam habent facultatem. Equidem omnia qualia sint, declarari non possunt; quam tamen singularia quædam facultatem habeant, docebo. Hordeum naturâ quidem frigidum & siccum. Inest & quiddam quod purget, ex palearum succo. Indicium autem est, quòd si hordeum integrum quidem coquere velis, vehementer purgat is succus; Si verò decorticatum

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Γ'.

Περὶ τῶν κατὰ πάντος τροφῶν, ἔπειτα περὶ τῶν καθ᾽ ἕκαστα δημητρείων· καὶ τῶν διαφορῶν τε, καὶ δυνάμεων ἄρτων.

ΣΙτίων δὲ καὶ πομάτων δύναμιν ἑκάστων, καὶ τὴν κατὰ φύσιν, καὶ τὴν διὰ τέχνης, ὧδε χρὴ γινώσκειν. ὁκόσοι μὲν οὖν κατὰ πάντος ἐπεχείρησαν εἰπεῖν, ἢ
E περὶ τῶν γλυκέων, ἢ λιπαρῶν, ἢ ἁλυκῶν, ἢ περὶ ἄλλου τινὸς τῶν τοιούτων τῆς δυνάμεως, οὐκ ὀρθῶς γινώσκουσιν. οὐ γὰρ τὴν αὐτὴν δύναμιν ἔχουσιν, οὔτε τὰ γλυκέα ἀλλήλοισιν, οὔτε τὰ πικρὰ, οὔτε τῶν ἄλλων τῶν τοιούτων οὐδέν. πολλὰ γὰρ τῶν τοιούτων, ἃ καὶ διαχωρέει, καὶ ἵστησι, καὶ ξηραίνει, καὶ ὑγραίνει. ὡσαύτως δὲ καὶ τῶν ἄλλων ἁπάντων. ἔστι δὲ ὅσα στύφει, καὶ διαχωρέεται, καὶ οὐρέεται. τὰ δὲ οὐθ᾽ ἕτερα τούτων. ὡσαύτως δὲ καὶ τῶν θερμαντικῶν, καὶ τῶν ἄλλων ἁπάν-
F των, ἄλλην ἄλλα δύναμιν ἔχει. περὶ μὲν οὖν ἁπάντων, οὐχ οἷόν τε δηλωθῆναι, ὁκοῖά τινά ἐστι· καθ᾽ ἕκαστα δὲ ἥντινα δύναμιν ἔχει, διδάξω. κριθαὶ φύσει μὲν, ψυχρὸν καὶ ξηρόν. ἔνι δὲ καὶ καθαρτικόν τι, ἀπὸ τοῦ χυλοῦ τοῦ ἀχύρου. τεκμήριον δὲ, ἢν μὲν θέλῃς κριθὰς ἀπτίστους ἑψῆσαι, καθαίρει ὁ χυλὸς ἰσχυρῶς. εἰ δὲ ἐπτισμένας,

ψύξει μᾶλλον καὶ συστήσει. ὁκόταν δὲ πυρωθῶσι, τὸ μὲν ὑγρὸν καθαρτικὸν, ὑπὸ τοῦ πυρὸς οἴχεται, τὸ δὲ ψυχρὸν καὶ ξηρὸν καταλείπεται. ὁκόσα δὲ δεῖ ψύξαι καὶ ξηρᾶναι, ἄλφιτα διαπρήσσεται ὧδε. χρώμεθα μάζῃ παντοδαπῇ· δύναμιν δὲ ἔχει ἡ μάζα αὕτη, τοιήνδε· τὰ συγκομιστὰ ἄλευρα, τροφὴν μὲν ἔχει ἐλάσσω, διαχωρέει δὲ μᾶλλον. τὰ δὲ καθαρὰ, τροφιμώτερα· ἧσσον δὲ διαχωρέει. μάζα προφυρηθεῖσα, ῥαντὴ, ἄτριπτος, κούφη καὶ διαχωρέει, καὶ ψύχει. ψύχει μὲν, ὅτι ψυχρῷ ὕδατι ὑγρὴ ἐγένετο· διαχωρέει δὲ, ὅτι ταχέως πέσσεται· κούφη δὲ, ὅτι πολλῆς τροφῆς μετὰ τοῦ πνεύματος ἔξω ἀποκρίνεται. στενοπορώτεραι γὰρ αἱ διέξοδοι τῆς τροφῆς οὖσαι, ἄλλην ἐπίδοσιν οὐ δέχονται· καὶ τὸ μὲν ξὺν τῷ πνεύματι λεπτυνόμενον, ἀποκρίνεται ἔξω· τὸ δ' αὐτοῦ ἐμμένον, φῦσαν ἐμποιέει· καὶ τὸ μὲν, ἄνω ἐρυγγάνεται· τὸ δὲ, κάτω ὑποχωρέει. πολὺ οὖν τῆς τροφῆς ἀπὸ τοῦ σώματος ἀποπνέεται. ἣν δὲ θέλῃς τὴν μάζαν εὐθέως φυρήσας διδόναι, ἡ τοιαύτη ξηραντική· ἅτε γὰρ τὸ ἄλφιτον ξηρὸν ἐὸν, καὶ ὑπὸ τοῦ ὕδατος διάβροχον οὕτω γεγενημένον, ἐσπεσὸν ἐς τὴν κοιλίην, ἕλκει ἐξ αὐτῆς τὸ ὑγρὸν, θερμὸν ἐόν. πέφυκε γὰρ τὸ μὲν θερμὸν, ψυχρὸν ἕλκειν· τὸ δὲ ψυχρὸν, θερμόν. ἀναλισκομένου δὲ τοῦ ὑγροῦ ἐκ τῆς κοιλίης, ἀνάγκη ξηραίνεσθαι· τοῦ δὲ ὕδατος τοῦ σὺν τῇ μάζῃ ἐσελθόντος, ψύχει ἐπαγόμενον. ὅσα οὖν δεῖ ξηρῆναι, ἢ ψύξαι, ἢ διαῤῥοίῃ χεόμενον, ἢ ἄλλῃ τινὶ θερμασίῃ τοιαύτῃ, μάζα διαπρήσσεται. ἣν δὲ ξηρὴ τριφθῇ, ξηραίνει μὲν οὐχ ὁμοίως, διὰ τὸ πεπιλῆσθαι ἰσχυρῶς· τροφὴν δὲ τῷ σώματι πλείστην δίδωσιν, ἅτε δὴ ἡσυχῇ τηκομένης δέχονται τροφὴν αἱ δίοδοι. διαχωρεῖ μὲν οὖν βραδέως, φῦσαν δὲ οὐκ ἐμποιέει, οὐδὲ ἐρυγγάνεται. ἡ δὲ προφυρηθεῖσα τριφθῇ, τρέφει μὲν ἧσσον, διαχωρέει δὲ, καὶ ἐμποιέει μᾶλλον φῦσαν. κυκεὼν δὲ μόνον, ἐφ' ὕδατι μὲν, ψύχει, καὶ τρέφει· ἐπ' οἴνῳ δὲ θερμαίνει, καὶ τρέφει, καὶ ἵστησιν· ἐπὶ μέλιτι δὲ, θερμαίνει μὲν ἧσσον, καὶ τρέφει, διαχωρέει δὲ μᾶλλον, ἣν μὴ ἄκρητον ᾖ τὸ μέλι· ἣν δὲ μὴ, οὐ διαχωρέει, ἀλλ' ἵστησιν. ἐπὶ δὲ γάλακτος, τρόφιμοι μὲν πάντες, πλὴν, ἀλλὰ τὸ μὲν ὄϊον, ἵστησι· τὸ δὲ αἴγειον μᾶλλον διαχωρέει· τὸ βόειον, ἧσσον· τὸ δὲ ἵππειον, καὶ τὸ ὄνειον, μᾶλλον διαχωρέει. πυροὶ ἰσχυρότεροι κριθῶν καὶ τροφιμώτεροι· διαχωρέουσι δὲ ἧσσον καὶ αὐτοὶ, καὶ ὁ χυλός. ἄρτος δὲ ὁ μὲν συγκομιστὸς ξηραίνει, καὶ διαχωρέει. ὁ δὲ καθαρὸς, τρέφει μὲν μᾶλλον, διαχωρέει δὲ ἧσσον. αὐτῶν δὲ τῶν ἄρτων ὁ μὲν ζυμίτης, κοῦφος, καὶ διαχωρέει. καὶ κοῦφος μέν ἐστιν, ὅτι ἀπὸ τῆς ζύμης τοῦ ὀξέος, τὸ ὑγρὸν προαναλωται, ὅπερ ἐστὶν ἡ τροφή· διαχωρέει δὲ, ὅτι ταχέως πέσσεται. ὁ δὲ ἄζυμος διαχωρέει μὲν ἧσσον, τρέφει δὲ μᾶλλον. ὁ δὲ τῷ χυλῷ πεφυρημένος, κουφότερος, καὶ τρέφει ἱκανῶς, καὶ διαχωρέει. τρέφει μὲν, ὅτι καθαρός· κοῦφος δέ ἐστιν, ὅτι τῷ κουφοτάτῳ πεφύρηται καὶ ἐζύμωται ὑπὸ τούτου, καὶ πεπύρωται. διαχωρέει δὲ, ὅτι τῷ γλυκεῖ, καὶ διαχωρητικῷ τοῦ πυροῦ συμμέμικται. αὐτῶν δὲ τῶν ἄρτων οἱ μέγιστοι τροφιμώτατοι, διότι ἥκιστα ἐκκαίονται ὑπὸ τοῦ πυρὸς, τὸ ὑγρόν. καὶ οἱ ἰπνῖται ἄρτοι, τροφιμώτεροι τῶν ἐσχαριτῶν καὶ ὀβελιέων, διότι ἧσσον ἐκκαίονται ὑπὸ τοῦ πυρός. οἱ δὲ κλιβανῖται, καὶ οἱ ἐγκρυφίαι, ξηρότατοι.

A coxeris, refrigerabit magis, aluumque ſiſtet. Quum autem toſtum fuerit; humor qui purgat, igne decedit, frigiditas autem & ſiccitas relinquitur. Quòd ſi refrigerare & ſiccare oporteat, ita pollenta perficit. Mazâ cuiuſuis generis ſic vtimur, eámque hæc habet facultatem. Farinæ confuſaneæ minùs quidem nutriunt, magis autem aluum deiiciunt. Puræ verò plus nutriunt, minùs autem per aluum ſecedunt. Maza priùs ſubacta, conſperſa, minimè intrita; leuis eſt, aluum mouet, & refrigerat. Refrigerat quidem, quia frigida madefacta eſt; aluum verò mouet, quia citò coquitur; leuis eſt, quia multum ali-
B menti cum flatu foràs excernitur. Quum enim alimenti tranſitus anguſtiores ſint, aliud quod ſuperadditur, non recipiunt; & pars quidem cum ſpiritu attenuata foras excernitur; pars verò quæ intus manet, flatum inducit; partimque per ſuperiora eructatur, partim etiam per inferiora ſecedit. Multum itaque alimentum è corpore expirat. Quod ſi mazam ſtatim vt ſubacta eſt, exhibere velis, ea ſiccandi vim habet, quòd nimirum polenta quum ſicca exiſtat, atque ita aqua irrigata, in ventrem calida incidat, humorem ex ipſo trahit. Calidum ſiquidem frigidum, & frigidum ca-
C lidum trahere ſolet. Ventris autem humore conſumpto, reſiccari neceſſe eſt. Aqua verò quæ ſimul mazam ſubiit, inducta refrigerat. Quæ igitur aut in diarrhœæ profuſione, aut altera eiuſmodi caliditate, ſiccare aut refrigerare oportet, hæc maza efficiet. At ſi ſicca intrita, exiccat quidem, non æquè tamen, propterea quod vehementer condenſata eſt, alimentum verò plurimum corpori impertit, quum nimirum ſenſim eliquatæ alimentum viæ excipiant. Per aluum igitur tarde ſecedit, flatum tamen minimè excitat, neque ructus adfert. Quæ autem iampridem ſubacta & intrita eſt, nutrit quidem minùs, ſed
D aluum mouet & flatum magis inducit. Cyceon autem ſolus cum aqua, refrigerat & nutrit; cum vino autem calefacit ac nutrit & ſiſtit; cum melle, minùs quidem calefacit & nutrit: magis verò aluum ſubducit ſi mel ſyncerum non fuerit, alioqui aluum non ciet, ſed ſiſtit. Cum lacte autem, omnes *Cyceones* benè quidem nutriunt, verumtamen ouillum aluum ſiſtit, caprinum verò magis aluum ſubducit, bubulum minus, equinum & aſininum aluum magis mouent. Triticum hordeo quidem eſt valentius & magis nutrit, minùs autem aluum ſubducit, tum ipſum,
E tum ſuccus. Panis Syncomiſtus, ſiccat & aluum ſubducit. Purus verò plùs quidem nutrit, minùs verò aluum deiicit. Ex panibus autem, fermentatus quidem leuis eſt, & per aluum ſecedit. Ac leuis quidem eſt, quoniam fermenti acore humidum conſumptum eſt, quod alimentum exiſtit; ſecedit autem, quia citò coquitur. At non fermentatus, minùs quidem aluum deiicit, plùs verò nutrit. Ex ſucco autem ſubactus, leuior eſt, abundè nutrit, & per aluum ſecedit. Nutrit quidem, quia purus; leuis verò eſt, quòd leuiſſimo ſubactus ſit & ab eodem fermentatus
F ac toſtus. Per aluum autem ſecedit, quòd dulci & aluum ſubducenti tritici parti commixtus ſit. Ex panibus item maximi plurimùm habent alimenti, quòd humidum ab igne minimè exuratur. Et furnacei panes magis nutriunt quàm focarij & veruarij, quòd minùs ab igne exurantur. Teſtuacei verò & ſubcineritij, ſicciſſimi.

hi

hi quidem propter cinerem, illi verò propter testam, humido exucto. Similaginei autem horum omnium validissimi sunt; multóque magis qui ex alica parantur, & admodum nutriunt, verùm non æquè subducunt. Farina pura ex aqua pota refrigerat, & lotura farinæ aqua maceratæ & subactæ igne cocta. Furfurum succus coctus, leuis, aluum subducit. At farinæ ex lacte exhibitæ, propter serum magis per aluum secedũt, quàm quæ ex aqua, præcipuéque si cum aluum deiicientibus misceantur. Quæ vero farinę cum melle & oleo incoquuntur aut assantur, omnes æstum & ructum excitant. Ructum quidem, quòd quum multum alimentum exhibeant, per aluum minimè secedunt. Æstum verò, quòd quum pingues & dulces existant, & inter se conueniant, neque eiusdem cocturæ indigeant, in eodem sunt. Similago & alica cocta, validum & multum alimentum exhibent, non tamen per aluum secedunt. Tragus siue olyra, tritico leuior, & quæ ex ea conficiuntur, his similiter quæ ex tritico parantur, magis tamen per aluum secedunt. Auena in cibo & sorbitione sumpta, humectat & refrigerat. Recentes farinæ crassiores & tenuiores, vetustis sicciores quòd igni & operationi viciniores existant. Quæ vbi vetustæ sunt, calor expirat, frigiditas verò inducitur. Panes calidi quidem siccant, frigidi verò minùs, gracilitatem tamen quandam inferunt.

CAPVT IV.

De leguminibus, carne, & succo carnis vniuersim.

Fabæ alimentum quoddam, aluum sistẽs & flatuosum exhibẽt. Flatuosum quidem, quoniam meatus aliud superueniens alimentum non excipiunt; Aluum autem sistens, quoniam totam alimenti fæcem continet. Pisa minùs quidem inflant magis autem aluum deiiciunt. Eruiliæ & phaseoli his magis aluum deiiciunt, minùs inflant & probè nutriunt. Cicer album aluum & vrinam mouet, & nutrit. Nutrit quidem quod carnosum est, dulce per vrinam redditur; salsuginosum per aluum demittitur. Milij grana & farinæ siccant, & aluum sistunt, & cum ficubus vehementibus doloribus succurrunt. Milium autem coctum nutrit, minimè tamen per aluum secedit. Lentes æstuosæ sunt & turbant, & neque aluum deiiciunt, neque sistunt. Eruum aluum sistit & validum est, incrassat, explet, & bonum colorem homini conciliat. Lini semen comestum aluum sistit, & aliquid habet refrigeratorium. Hormini semen eadem quæ lini semen efficit. Lupini natura validi & calidi, præparatione tamen leuiores & frigidiores euadunt, & per aluum secedunt. Irio humectat & aluum deiicit. Cucumeris semen, vrinam magis quàm aluum mouet, implet autem & incrassat. Aluo quidem secedit propter exterius putamen, carne verò implet & incrassat. Lotum verò, aluum minùs deiicit, incrassat autem & explet magis; humectat verò & vrit, quia pingue & oleosum. Cnicus autem deiicit. Papauer sistit, idque nigrum præstat magis, quod etiam album facit, potenter autem nutrit. Horum omnium succus magis, quàm caro aluum mouet. Hæc igitur in præparatione adhibenda cautio, vt in quibus siccare velis, in iis succo detracto carne vtaris; in quibus verò aluum mouere, succo plurimo, & carne pauciore, ac bene succulenta.

A οἱ μὲν, διὰ τὴν σποδὸν· οἱ δὲ, διὰ τὸ ὄστρακον, ἐκπινόμενοι τὸ ὑγρόν. οἱ δὲ σεμιδαλῖται, ἰσχυρότατοι πάντων τούτων. ἔτι δὲ μᾶλλον, καὶ οἱ ἐκ τοῦ χόνδρου, καὶ τρόφιμοι σφόδρα, πλὴν οὐ διαχωρέουσιν ὁμοίως. ἄλητον καθαρὸν πινόμενον ἐν ὕδατι, ψύχει· καὶ πλύμα σταιτὸς ἐπὶ πυρί. πιτύρων χυμὸς ἑφθὸς, κοῦφος, διαχωρέει. τὰ δὲ ἐν γάλακτι διδόμενα ἄλητα, διαχωρέει μᾶλλον, ἢ ἐν τῷ ὕδατι, διὰ τοὺς ὀρρούς· καὶ μάλιστα ἐν τοῖσι διαχωρητικοῖσιν. ὁκόσα δὲ ξὺν μέλιτι, καὶ ἐλαίῳ ἕψηται, ἢ ὄπτηται ἐξ ἀλήτων, πάντα καυσώδεα, καὶ ἐρευγμώδεα.
B ἐρευγμώδεα μὲν, ὅτι τρόφιμα ἐόντα, οὐ διαχωρητικά ἐστι. καυσώδεα δὲ, διότι λιπαρὰ ἐόντα καὶ γλυκέα, καὶ ξύμφορα ἀλλήλοις, οὐ τῆς αὐτῆς καθεψήσιος δεόμενα, ἐν τῷ αὐτῷ ἐστι. σεμίδαλις καὶ χόνδρος ἑφθὸς, ἰσχυρὰ καὶ τρόφιμα, οὐ μέντοι διαχωρέει. ἡ τράγος, κουφοτέρη πυρῶν, καὶ τὰ ἐξ αὐτῆς γινόμενα ὁμοίως, ἐκ τῶν πυρῶν, καὶ διαχωρητικὰ μᾶλλον. ὁ βρόμος, ὑγραίνει καὶ ψύχει ἐσθιόμενος, καὶ ῥόφημα γινόμενος. τὰ πρόσφατα ἄλφιτα, καὶ ἄλητα, ξηρότερα τῶν παλαιῶν, ὅτι ἐγγύτερον τοῦ πυρὸς, καὶ τῆς ἐργασίης εἰσί. παλαιούμενα δὲ, τὸ μὲν θερμὸν ἐκπνέει, τὸ δὲ ψυχρὸν ἐπά-
C γεται. ἄρτοι θερμοὶ μὲν ξηραίνουσι, ψυχροὶ δὲ ἧσσον· ἰσχνασίην δέ τινα παρέχουσιν.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Δ'.

Περὶ τῶν χεδρώπων τε καὶ τῆς σαρκὸς, καὶ τοῦ τῆς κατὰ πάντος σαρκὸς, χυμοῦ.

Κύαμοι, τρόφιμόν τι, καὶ στατικὸν, καὶ φυσῶδες. φυσῶδες μὲν, ὅτι οὐ δέχονται οἱ πόροι τὴν τροφὴν ἄλλην ἐπιοῦσαν· στάσιμον δὲ, ὅτι ὀλίγην ἔχει τὴν ὑποστάθμην
D τῆς τροφῆς. οἱ πισοὶ, φυσῶσι μὲν ἧσσον· διαχωρέουσι δὲ μᾶλλον. ὦχροι δὲ καὶ δόλιχοι, διαχωρητικώτεροι τουτέων, ἧσσον δὲ φυσώδεα, τρόφιμα δέ. ἐρέβινθοι λευκοὶ, διαχωρέουσι, καὶ οὐρέονται, καὶ τρέφουσι. τρέφει μὲν, τὸ σαρκῶδες· οὐρέεται δὲ, τὸ γλυκύ· διαχωρέεται δὲ, τὸ ἁλμυρόν. κέγχρων χόνδροι, κυρήβια, ξηρὰ καὶ στάσιμα μετὰ σύκων ἰσχυρῶν τοῖσι πόνοισιν. αὐτοὶ δὲ οἱ κέγχροι ἑφθοὶ τρόφιμοι, οὐ μέντοι διαχωρέουσιν. φακοὶ δὲ καυσώδεες, καὶ ταρακτικοὶ, καὶ οὔτε διαχωρέει, οὔθ' ἵστησιν. ὄροβοι, στάσιμοι, καὶ ἰσχυρὸν, καὶ παχύνει, καὶ πληροῖ, καὶ εὔχροον ποιέει τὸν ἄν-
E θρωπον. λίνου καρπὸς ἐσθιόμενος, στάσιμον· ἔχει δέ τι καὶ ψυκτικόν. ὁρμίνου καρπὸς, παραπλήσια τῷ λίνῳ διαπρήσσεται. θέρμοι, φύσει μὲν ἰσχυρὸν καὶ θερμόν· διὰ δὲ τὴν ἐργασίην, κουφότερον καὶ ψυκτικώτερόν ἐστι, καὶ διαχωρέει. ἐρύσιμον ὑγραίνει, καὶ διαχωρέει. σικύου σπέρμα, διουρέεται μᾶλλον, ἢ διαχωρέει· πληροῖ δὲ, καὶ παχύνει. διαχωρέει μὲν, διὰ τὸ ἄχυρον τὸ ἔξω· πληροῖ δὲ, καὶ παχύνει, διὰ τὴν σάρκα. πεπλυμένον δὲ, διαχωρέει μὲν, ἧσσον δὲ, παχύνει δὲ, καὶ πληροῖ μᾶλλον· ὑγραίνει δὲ, καὶ καίει διὰ τὸ λιπαρὸν καὶ πῖον. κνῆκος διαχωρέει. μήκων, στάσιμον.
F μᾶλλον δὲ ἡ μέλαινα μήκων, ἀτὰρ καὶ ἡ λευκή· τρόφιμον δὲ, καὶ ἰσχυρόν. τουτέων δὲ ἁπάντων, οἱ χυμοὶ μᾶλλον, τῆς σαρκὸς διαχωρητικοί. δεῖ οὖν ἐργασίῃ φυλάσσειν, ὁκόσα μὲν βούλει ξηραίνειν, τοὺς χυμοὺς ἀφαιρέοντα, τῇ σαρκὶ χρῆσθαι· ὁκόσα δὲ διαχωρέειν, τῷ μὲν χυμῷ πλείονι, τῇ δὲ σαρκὶ ἐλάσσονι, καὶ εὐχυμοτέρᾳ.

A

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ε'.

Περὶ τῶν ἐσθιομένων ζώων, καὶ τετραπόδων, καὶ ὀρνίθων, καὶ ἰχθύων.

ΠΕρὶ δὲ ζώων τῶν ἐσθιομένων, ὧδε χρὴ γινώσκειν. βόεια κρέα, ἰσχυρὰ καὶ στάσιμα, καὶ δυσπετέα τῇσι κοιλίῃσι, διότι παχύαιμον καὶ πουλύαιμόν ἐστι τοῦτο τὸ ζῶον. καὶ τὰ κρέα βαρέα ἐς τὸ σῶμα, καὶ αὐταὶ αἱ σάρκες, καὶ τὸ αἷμα, καὶ τὸ γάλα. ὁκόσων δὲ τὸ γάλα λεπτὸν, καὶ τὸ αἷμα ὅμοιον, καὶ αἱ σάρκες παραπλήσιοι. τὰ δὲ αἴγεια κρέα, κουφότερα τουτέων, καὶ διαχωρέει μᾶλλον. τὰ δὲ ὕεια, ἰσχὺν μὲν τῷ σώματι ἐμποιέει μᾶλλον τουτέων, διαχωρέει δὲ ἱκανῶς, διότι λεπτὰς τὰς φλέβας ἔχει, καὶ ὀλιγαίμους, σάρκα δὲ πολλήν. τὰ δὲ ἄρνεια, κουφότερα τῶν οἴων, καὶ τὰ ἐρίφεια τῶν αἰγείων, διότι ἀναιμότερα καὶ ὑγρότερα. ξηρὰ γὰρ καὶ ἰσχυρὰ φύσει ὄντα τὰ ζῶα, ὁκόταν μὲν ἁπαλὰ ᾖ, διαχωρέει, ὁκόταν δὲ αὐξηθῇ, οὐχ ὁμοίως. καὶ τὰ μόσχεια τῶν βοείων ὡσαύτως. τὰ δὲ χοίρεια τῶν συείων βαρύτερα. φύσει γὰρ εὔσαρκον ὂν τὸ ζῶον, καὶ ἄναιμον, ὑπερβολὴν ὑγρασίης ἔχει τέως ἂν νέον ᾖ. ὁκόταν οὖν πόροι μὴ δέχωνται τὴν τροφὴν ἐπιοῦσαν, ἐμμένουσα θερμαίνει καὶ ταράσσει τὴν κοιλίην. τὰ δὲ ὄνεια διαχωρέει, καὶ τῶν πώλων ἔτι μᾶλλον, καὶ τὰ ἵππεια κουφότερα. κύνεια δὲ θερμαίνει, καὶ ξηραίνει, καὶ ἰσχὺν ἐμποιέει, οὐ μέντοι διαχωρέει. σκυλάκια δὲ ὑγραίνει, καὶ διαχωρέει. συὸς ἀγρίου, ξηραίνει, καὶ ἰσχὺν παρέχει, καὶ διαχωρέει. ἐλάφου δὲ ξηραίνει· ἧσσον δὲ διαχωρέει, οὐρέεται δὲ μᾶλλον. λαγῷα, ξηρὰ καὶ στάσιμα, οὔρησιν δέ τινα παρέχει. ἀλωπέκων δὲ ὑγρότερα. καὶ ἐχίνων χερσαίων, οὐρητικὰ, ὑγραίνει δέ. περὶ δὲ ὀρνίθων, ὧδε ἔχει. σχεδὸν τι πάντα τὰ ὀρνίθια, ξηρότερα, ἢ τὰ τετράποδα. ὁκόσα γὰρ κύστιν οὐκ ἔχει, οὔτε οὐρέει, οὔτε σιαλοχοέει, πάντως ξηρά. διὰ γὰρ θερμότητα τῆς κοιλίης, ἀναλίσκεται τὸ ὑγρὸν ἐκ τοῦ σώματος ἐς τὴν τροφὴν τῷ θερμῷ· ὥστε οὔτε οὐρέεται, οὔτε σιαλοχοέει. ὅτῳ δὲ μὴ ἔνεισι τοιαῦται ὑγρασίαι, ξηραίνει ἀνάγκη. ξηρότατον μὲν οὖν κρέας φάσσης, δεύτερον περιστερᾶς· τρίτον, πέρδικος, καὶ ἀλεκτρυόνος, καὶ τρυγόνος· ὑγρότατον δὲ, χηνός. ὅσα δὲ σπερμολογέει, ξηρότερα τῶν προτέρων. νήσσης δὲ, καὶ τῶν ἄλλων, ὁκόσα ἐν ἕλεσι διαιτῆται, ἢ ἐν ὕδασι, πάντα ὑγρά. τῶν δὲ ἰχθύων, ξηρότατοι μὲν οὗτοι· σκορπίος, δράκων, καλλιώνυμος, κόκκυς, γλαῦκος, πέρκη, θρίσσα. κοῦφοι δὲ οἱ πετραῖοι σχεδὸν τι πάντες, οἷον κίχλη, φυκὶς, ἐλεφιτὶς, κωβιός. οἱ τοιοῦτοι δὲ καὶ οἱ περιρρηθέντες, κουφότεροι τῶν πλανητῶν· ἅτε γὰρ ἀτρεμίζοντες οὗτοι, ἀραιὴν τὴν σάρκα, καὶ κούφην ἔχουσιν. οἱ δὲ πλανῆται, καὶ κυματόπληγες, τεθρυμμένοι τῷ πόνῳ, στερεωτέρην τὴν σάρκα ἔχουσιν. νάρκαι δὲ, καὶ ῥῖναι, καὶ ψῆτται, καὶ τὰ τοιαῦτα, ὡς ἐλαφρότερα. ὁκόσοι δὲ τῶν ἰχθύων ἐν τοῖσι πηλώδεσι, καὶ ὑδρηλοῖσι χωρίοισι τὰς τροφὰς ἔχουσιν, οἷον κέφαλοι· κεστραῖοι, ἐγχέλυες. καὶ οἱ λοιποὶ τοιοῦτοι, βαρύτεροι· διότι ἀπὸ τοῦ ὕδατος, καὶ τοῦ πηλοῦ, καὶ τῶν ἐν τουτέοισι φυομένων, τὰς τροφὰς ἔχουσιν. ἀφ᾽ ὅτων καὶ τὸ πνεῦμα εἰσιὸν ἐς τὸν ἄνθρωπον, βλάπτει καὶ βαρύνει. οἱ δὲ ποτάμιοι, καὶ λιμναῖοι, ἔτι βαρύτεροι τουτέων· πολύποδες δὲ καὶ σηπίαι, καὶ τὰ τοιαῦτα, οὔτε κοῦφα, ὡς δοκέει, ἐστὶν, οὔτε διαχωρητικὰ,

CAPVT V.

De iis quæ ab animalibus sumuntur alimentis; quadrupedibus, volucribus, piscibus.

DE animalibus autem quæ in cibum veniunt, sic sentiendum. Carnes bubulæ validæ sunt, & aluum sistunt, nec facilè in ventriculis concoquuntur, quoniam crassi & multi sanguinis est hoc animal. Et carnes ore sumptæ graues sunt, eædémque, & sanguis, & lac. Quorum autem animalium B lac tenue est, & sanguis similis, eorum quoque carnes consimiles existunt. Caprinæ carnes his leuiores sunt, & magis aluum deiiciunt. Suillæ, his quidem magis corpus roborant, & abundè aluum deijciunt, propterea quòd tenues, paucúmq; sanguinem continentes venas hoc animal habet, multam verò carnem. Agninæ ouillis sunt leuiores, & hœdinæ caprinis, quia exangues magis & humidæ. Sicca enim & valida natura animantia, quum quidem tenera sunt, per aluum secedunt, quum verò adoleuerint, non item. Vitulinæ carnes ad bubulas eodem se habent modo. At porcellorum carnes suillis sunt grauiores. Hoc enim animal natura car- C nosum & exangue, quamdiu tenellum est superabundantem habet humiditatem. Quum ergo superingestum alimentum meatus non suscipiant, id quod remanet, ventrem calefacit & turbat. Carnes asininæ per aluum secedunt, sed pullorum præsertim, & equinæ sunt leuiores. Caninæ calefaciunt & siccant robúrque inferunt, non tamen per aluum secedunt. Catulinæ vero humectant, & aluum deijciunt. Syluestris suis caro siccat, robur affert, & aluum deiicit. Cerui siccat, & minùs aluum deiicit, magis autem vrinam prouocat. Leporina sicca est & alum moratur, vrinam tamen quodammodo D ciet. Vulpina humidior est. Erinaceorum terrestriũ carnes vrinam prouocant, & humidiores sunt. At verò de volucribus sic se res habet. Omnes ferè volucres quadrupedibus sicciores existunt. Nam quæ vesicam non habent, neque vrinam reddunt, neque saliuam fundunt, prorsus sicca sunt. Ventris enim caliditate, corporis humiditas in caloris alimentum absumitur; atque ideirco neque vrinam reddunt, neque saliuam fundunt. Cui autem eiusmodi humiditates desunt, id ipsum necessario siccat. Palumbis igitur caro siccissima; deinde columbæ, tertiò perdicis, & galli, ac turturis; anseris verò, E maximè humida. Quæ autem semina legunt, prioribus sicciores sunt. Anatis verò carnes, & reliquarum auium quæ in paludibus aut aquis degunt, omnes humidæ existunt. Ex piscibus siccissimi quidẽ scorpius, draco, callionymus, cuculus, glaucus, perca, thrissa. Leues verò, saxatiles ferè omnes, velut turdus, phycis, elephitis, gobio. Hi omnes & prædicti, erronibus leuiores sunt, quum enim quiescãt, raram & leuem carnem habent. Errones autem & vndas verberantes, laboribus attriti, solidiorem carnem obtinent. Torpedines, & squatinæ, ac rhõbi, & eiuscemodi, leuiores sunt. Qui verò pisces in cœnosis & aquosis locis cibum capiunt, velut capi- F tones, mugiles, anguillæ, & reliqui id genus, grauiores existunt, quod ab aqua & luto, & his quæ illic producuntur, nutriuntur, ex quibus etiam spiritus haustus hominem lædit & aggrauat. Fluuiatiles autem & lacustres, his etiam grauiores sunt. Polypi verò & sepiæ, atque eiusmodi, neque leues sunt, vt videntur, neque aluum deiiciũt, idcir-

idcircóque si edantur, oculos grauant, illorum tamen ius aluum mouet. Conchylia verò, velut pinnæ, purpuræ, patellæ, buccinæ, ostrea, ea quidem sicca sunt, horum autem succi aluum mouent. Mytuli, pectines & telinæ his magis per aluũ secedunt. Vrticæ & qui cartilaginei sunt generis, maximè humectant & aluum deiiciunt. Erinaciorum oua, & locustarum humor, musculi, vrsi, cancri, præsertim fluuiatiles, sed & marini, aluum mouent, & vrinam prouocant. Sale conditi siccant & attenuant, plerique etiam leniter aluum deiiciunt. Ex salitis siccissimi quidem marini, deinde fluuiatiles, palustres maximè humidi. Inter sale conditos pisces, qui percæ nominantur, potenter siccant. Ex cicuratis autem animalibus, quæ in syluis & agris pascuntur, iis quæ domi nutriuntur, sunt licciora, quia laborando à Sole & frigore resiccantur, & sicciore spiritu nutriuntur. Fera etiam animalia mansuetis sicciora, & crudiuora, quæque syluarum materia pascuntur; & quæ parum edunt, multum edentibus sicciora; quæque fœno ad pastum vtuntur, iis quæ herbis; item quæ fructus edunt, iis quæ minimè fructibus victitant; quæque parum bibunt, iis quæ multùm; & quæ multò sanguine abundant exanguibus & paucum sanguinem habentibus; & quæ in ætatis vigore sunt constituta, potiùs quàm admodum vetusta, & iuuencula, & mascula quàm fœminea, & castrata, quàm non castrata; nigra quàm alba; & hirsuta quàm nuda. His verò contraria, humidiora. Animalium autem ipsorum carnes validissimæ quidem, quæ optimè laborant, & sanguine abundant, & supra quas recumbunt. Leuissimæ verò, quæ minimè laborant, & in vmbra latent, & in intimis animalis partibus sitæ sunt. Exanguium autem validissimæ, cerebrum & medulla. Leuissimæ quæ sunt in ventre inferiore, musculi, pectines, pedes. Piscium siccissimæ sunt partes superiores, leuissimæ ventris inferioris, & capita humidiora, propter pinguedinem & cerebrum. Volucrum oua validum quid, & nutriens, & inflans habent. Validum quidem quoniam animalis generationem continent. Nutriens verò, quòd hoc in pullo lactis rationem habeat. Inflans autem, quia ex parua mole in multam diffundantur. Caseus validus est, æstuosus, & alit. Validus quidem, quod generationi sit proximus. Alit verò, quia lactis carnosa pars in eo remanet. Æstuosus est, quia pinguis. Aluum autem sistit, quia ex succo & coagulo constat.

CAPVT VI.

De poculentis, aqua, vino, aceto, sapa, fæce.

AQua refrigerat. Vinum calidum & siccum, habet & purgans quiddam à materia. Vina nigra & austera, sicciora sunt, neque per aluum secedunt, neque vrinam aut sputum mouent; sed corporis humiditatem absumendo, siccant & caliditatem inferunt. Mollia verò nigra, humidiora sunt, & flatus excitant, aluúmque magis deiiciunt. Dulcia nigra, humidiora sunt, calefaciunt autem; & inflant quum humiditatem inducunt. Alba verò & austera calefaciunt, magis autem vrinam mouent, quàm aluum deiiciant. Vina recentia aluum magis mouent, quod musto sint propiora, & nutriunt; item odora magis quàm inodora eiusdem ætatis, quia faciliùs concoquuntur, & crassa quàm tenuia. At tenuia dulcia vrinam magis & aluum mouent, corpúsque humet-

A διὸ καὶ τοὺς ὀφθαλμοὺς βαρύνουσιν ἐσθιόμενοι, πλὴν, οἱ ζωμοὶ τουτέων διαχωρέουσι. τὰ δὲ κογχύλια οἷον πίνναι, πορφύραι, λεπάδες, κήρυκες, ὄστρεα, αὐτὰ μὲν ξηρά. οἱ δὲ χυμοὶ τούτων, διαχωρητικοί. μύες δὲ, καὶ κτένες, καὶ τελλίναι, τουτέων μᾶλλον διαχωρέουσιν. αἱ δὲ κνίδαι μάλιστα, καὶ τὰ σελάχια, ὑγραίνει καὶ διαχωρεῖ. τῶν δὲ ἐχίνων τὰ ᾠὰ, καὶ τὸ ὑγρὸν καράβου, μύες, καὶ ἄρκτοι, καὶ καρκῖνοι, μᾶλλον μὲν οἱ ποτάμιοι, ἀτὰρ καὶ οἱ θαλάσσιοι· διαχωρέει, καὶ οὐρέεται. οἱ τάριχοι, ξηραίνουσι, καὶ ἰσχναίνουσι· τὰ δὲ πίονα, καὶ διαχωρέει ἐπιεικῶς· ξηρότατοι μὲν τῶν B ταρίχων, οἱ θαλάσσιοι, δεύτεροι, οἱ ποτάμιοι· ὑγρότατοι δὲ, οἱ λιμναῖοι· αὐτέων δὲ τῶν ταρίχων, οἱ λεγόμενοι πέρκαι ἰχθύες, ἰσχυρῶς ξηρότεροι. τῶν δὲ ζώων τῶν τιθασσῶν, τὰ ἐλόνομα, καὶ ἀγρόνομα, τῶν ἔνδον τρεφομένων ξηρότερα· ὅτι πονοῦντα ξηραίνεται, καὶ ὑπὸ τοῦ ἡλίου, καὶ ὑπὸ τοῦ ψύχεος, καὶ τῷ πνεύματι ξηροτέρῳ τρέφεται. τὰ δὲ ἄγρια, τῶν ἡμέρων ξηρότερα, καὶ τὰ ὠμοφάγα, καὶ τὰ ὑλοφάγα, καὶ τὰ ὀλιγοφάγα τῶν πολυφάγων, καὶ τὰ καρποφάγα τῶν ποηφάγων, καὶ τὰ καρποφάγα τῶν μὴ καρποφάγων, καὶ τὰ ὀλιγόποτα τῶν πολυπότων, καὶ τὰ πολύαιμα C τῶν ἀναίμων, καὶ ὀλιγαίμων· καὶ τὰ ἀκμάζοντα μᾶλλον, ἢ τὰ λίην παλαιά· καὶ τὰ νέα, καὶ τὰ ἄρσενα τῶν θηλέων, καὶ τὰ ἄνορχα τῶν ἐνόρχων, καὶ τὰ μέλανα τῶν λευκῶν, καὶ τὰ δασέα τῶν ψιλῶν. τὰ δ᾽ ἐναντία, ὑγρότερα. αὐτῶν δὲ τῶν ζώων, ἰσχυρότεραι μὲν αἱ σάρκες αἱ κάλλιστα πονοῦσαι, καὶ ἐναιμόταται ἐν οἷσι κατακλίνεται. κουφόταται δὲ τῶν σαρκῶν, αἳ ἥκιστα πονοῦσαι, καὶ ἐν τῇ σκιῇ, καὶ ὅσαι ἐσώταται τοῦ ζώου. τῶν δὲ ἀναίμων, ἐγκέφαλος, καὶ μυελὸς, ἰσχυρότατα. κουφότατα δὲ τὰ ὑπογάστρια, μύες, κτένες, πόδες. τῶν δὲ ἰχθύων, ξηρότατα ἐστὶ τὰ ἄνω, κουφότατα δὲ τὰ ὑπογά- D στρια, καὶ κεφαλαὶ ὑγρότεραι, διὰ τὴν πιμελὴν καὶ τὸν ἐγκέφαλον. τὰ ᾠὰ δὲ ὀρνίθων, ἰσχυρὸν μέν τι ἔχουσι, καὶ τρόφιμον, καὶ φυσῶδες· ἰσχυρὸν μὲν, ὅτι γένεσίς ἐστι ζώου. τρόφιμον δὲ, ὅτι γάλα ἐστὶ τοῦτο τῷ νεοττῷ. φυσῶδες δὲ, ὅτι ἐκ μικροῦ ὄγκου, εἰς πολὺ διαχέεται. ὁ τυρὸς, ἰσχυρὸν καὶ καυσῶδες, καὶ τρόφιμον. ἰσχυρὸν μὲν, ὅτι ἔγγιστα γενέσιος. τρόφιμον δὲ, ὅτι τοῦ γάλακτος τὸ σαρκῶδές ἐστιν ὑπόλοιπον. καυσῶδες δὲ, ὅτι λιπαρόν. στάσιμον δὲ, ὅτι ὀπῷ, καὶ πιτύῃ ξυνέστηκεν.

E

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ϛ'.

Περὶ τῶν ποτῶν, ὕδατος, οἴνου, ὄξους, ἑψήματος, τρυγός.

ΥΔωρ, ψυκτικόν. οἶνος, θερμὸν καὶ ξηρόν· ἔχει δέ τι καὶ καθαρτικὸν ἀπὸ τῆς ὕλης. τῶν δὲ οἴνων οἱ μέλανες, καὶ αὐστηροὶ, ξηρότεροι, καὶ οὐ διαχωρέουσιν, οὔτε οὐρέονται, οὔτε πτύονται· ξηραίνουσι δὲ, καὶ τὴν θερμασίην ἐμποιοῦσι, τὸ ὑγρὸν ἐκ τοῦ σώματος καταναλίσκοντες. οἱ δὲ μαλακοὶ μέλανες, ὑγρότεροι, καὶ φυσῶσι, καὶ διαχωρέουσι μᾶλλον. οἱ δὲ γλυκέες μέλανες, ὑγρότεροι, θερμαίνουσι δὲ καὶ φυσῶσιν, ὑγρασίην ἐμ- F ποιοῦντες. οἱ δὲ λευκοὶ καὶ αὐστηροὶ, θερμαίνουσι, οὐρέονται δὲ μᾶλλον, ἢ διαχωρέουσιν. οἱ νέοι μᾶλλον τῶν οἴνων διαχωρέουσιν, διότι ἐγγυτέρω τοῦ γλεύκεός εἰσι, καὶ τρόφιμοι· καὶ οἱ ὄζοντες, τῶν ἀόσμων τῆς αὐτῆς ἡλικίης, διότι ἐπιπεπτότεροί εἰσι, καὶ οἱ παχέες τῶν λεπτῶν. οἱ δὲ λεπτοὶ γλυκέες, οὐρέονται μᾶλλον, καὶ διαχωρέουσι, καὶ ὑγραίνουσι τὸ σῶμα,

καὶ τὸ αἷμα ἀσθενὲς ποιέουσιν· αὔξοντες δὲ τὸ ἀντίπαλον τοῦ σώματος αἷμα ἐν τῷ σώματι. γλεῦκος φυσᾷ, καὶ ὑπάγει, καὶ ἐκταράσσεται ζέον ἐν τῇ κοιλίῃ, καὶ διαχωρέει. φυσᾷ μὲν, ὅτι θερμαίνει· ὑπάγει δὲ ἐκ τοῦ σώματος, ὅτι καθαίρει. ταράσσει δὲ, ζέον ἐν τῇ κοιλίῃ, καὶ διαχωρέει. οἱ ὀξινώδεες οἶνοι, ψύχουσι, καὶ ἰσχναίνουσι, καὶ ὑγραίνουσι· ψύχουσι μὲν καὶ ἰσχναίνουσι, κένωσιν τοῦ ὑγροῦ ἀπὸ τοῦ σώματος ποιεύμενοι. ὑγραίνουσι δὲ, ἀπὸ τοῦ ἐσιόντος ὕδατος σὺν τῷ οἴνῳ. ὄξος, ψυκτικὸν, διότι τῆκον τὸ ὑγρὸν ἐν τῷ σώματι καταναλίσκει. ἵστησι δὲ μᾶλλον, ἢ διαχωρέει, διότι οὐ τρόφιμον, καὶ δριμύ. ἕψημα θερμαίνει, καὶ ὑγραίνει, καὶ ὑπάγει. θερμαίνει μὲν, ὅτι οἰνῶδες· ὑγραίνει δὲ, ὅτι τρόφιμον· ὑπάγει δὲ, ὅτι γλυκύ. αἱ τρύγες στεμφυλίτιδες, ὑγραίνουσι, καὶ ὑπάγουσι, καὶ φυσῶσι. διότι, καὶ τὸ γλεῦκος τὸ αὐτὸ ποιέει. μέλι θερμὸν καὶ ξηρὸν, ἄκρητον· σὺν ὕδατι δὲ, ὑγραίνει, καὶ διαχωρέει τοῖσι χολώδεσι, τοῖσι δὲ φλεγματώδεσιν, ἵστησιν. ὁ δὲ γλυκὺς οἶνος, διαχωρέει μᾶλλον τοῖσι φλεγματώδεσιν.

ctant, & sanguinem imbecillum reddunt, quum aduersarium corpori sanguinem augeant. Mustum flatum mouet, & subducit, conturbatque feruens in ventre, aluúmque deiicit. Flatum quidem mouet, quod calefaciat; è corpore autem subducit, quia purgat; conturbat autem quia in ventriculo feruet, & aluo secedit. Vina acida refrigerant, extenuant, & humectant. Refrigerant quidem & extenuant, quòd humidi è corpore vacuationem moliantur; humectant autem, ob aquam vnà cum vino ingredientem. Acetum refrigerat, quòd corporis humidum colliquando absumat; magis autem aluum sistit quàm deiiciat, quia minimè alit, & acre est. Sapa calefacit, humectat, & subducit. Calefacit quidem quia vinosa: humectat verò, quòd nutriat; subducit autem quia dulcis. Fæces vinaceæ humectant, subducunt, & flatum excitant; quòd etiam mustum idem efficiat. Mel calidum & siccum, est syncerum; ex aqua verò humectat, & biliosis aluum deiicit, pituitosis verò sistit. At verò vinum dulce, pituitosis magis per aluum secedit.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ζ'.

Περὶ τῶν ποῶν τε καὶ λαχάνων.

Περὶ δὲ λαχάνων ὧδε ἔχει. σκόροδον θερμὸν, καὶ διαχωρέει, καὶ οὐρέεται, καὶ τοῖσιν ὀφθαλμοῖσιν οὐκ ἀγαθόν. κάθαρσιν γὰρ τοῦ σώματος πολλὴν ποιεύμενον, τὴν ὄψιν ἀπαμβλύνει. διαχωρέει δὲ, καὶ οὐρέεται διὰ τὸ καθαρτικόν. ἑφθὸν ἀσθενέστερον, ἢ ὠμόν. φῦσαν δὲ ἐμποιέει, διὰ τοῦ πνεύματος τὴν ἐπίστασιν. κρόμμυον, τῇ μὲν ὄψει ἀγαθόν· τῷ δὲ σώματι, κακόν. διότι θερμὸν καὶ καυσῶδές ἐστι, καὶ διαχωρέει. τροφὴν μὲν οὐδεμίην δίδωσι τῷ σώματι, οὐδὲ ὠφελίην. θερμαῖνον δὲ ξηραίνει διὰ τὸν ὀπόν. πράσον, θερμαίνει μὲν ἧσσον, οὐρέεται δὲ καὶ διαχωρέει, ἔχει δέ τι καθαρτικόν. ὑγραίνει δὲ, καὶ ὀξυρεγμίην παύει. καλὸν δὲ ὕστατον τῶν ἄλλων βρωμάτων ἐσθίειν αὐτό. ῥάφανις ὑγραίνει, διαχέουσα τὸ φλέγμα, τῇ δριμύτητι. τὰ δὲ φύλλα, ἧσσον. πλὴν πρὸς τοὺς ἀρθριτικοὺς πονηρὸν ἡ ῥίζη. ἐπιπολάζον δὲ καὶ δύσπεπτον. κάρδαμον θερμὸν, καὶ τὴν σάρκα τήκει. ἵστησι δὲ φλέγμα λευκὸν, ὥστε στραγγουρίην ἐμποιέειν. νᾶπυ, θερμὸν, διαχωρητικὸν δὲ· πλὴν δυσουρέεται, καὶ τοῦτο. ἀλλὰ καὶ τὸ εὔζωμον παραπλήσια ποιέει. κορίανον, θερμὸν καὶ στατικὸν, καὶ τὴν ὀξυρεγμίην παύει, καὶ ὑπνωτικὸν, ἐὰν ὕστατον ἐδεσθῇ. θρίδαξ, ψυχρότατον, πρὶν τὸν ὀπὸν ἔχειν, ἀσθένειαν δέ τινα ποιέει ἐν τῷ σώματι. ἄνηθον, θερμὸν καὶ στατικὸν, καὶ πταρμὸν παύει ὀσφραινόμενον. σέλινον, οὐρέεται μᾶλλον, ἢ διαχωρέει, καὶ αἱ ῥίζαι μᾶλλον, ἢ αὐτὸ διαχωρέουσιν. ὤκιμον, ξηρὸν καὶ θερμὸν, καὶ στατικόν. πήγανον, οὐρέεται μᾶλλον, ἢ διαχωρέει, καὶ συστρεπτικόν τι ἔχει, καὶ πρὸς τὰ φάρμακα τὰ βλαβερὰ, ὠφέλιμον προπινόμενον. ἀσπάραγος, ξηρὸν καὶ στατικόν. ἐλελίσφακον, ξηρὸν καὶ στατικόν. στρύχνος, ψύχει καὶ ἐξονειρώσσειν οὐκ ἐᾷ. ἀνδράχνη, ψύχει ἡ ποταμίη· τεταριχευμένη δὲ, θερμαίνει καὶ καθαίρει. καλαμίνθη, θερμαίνει καὶ καθαίρει. μίνθη, θερμαίνει καὶ οὐρέεται, καὶ ἐμέτους ἵστησι· καὶ ἢν πολλάκις ἐσθίῃ τις, τὸν γόνον αὐτοῦ τήκει, ὥστε ῥέειν, καὶ ἐντείνειν κωλύει, καὶ τὸ σῶμα ἀσθενὲς ποιέει. λάπαθον, θερμαῖνον διαχωρέει. ἀνδράφαξις ὑγρὸν, οὐ μέντοι διαχωρέει. βλίτον θερμὸν, οὐ διαχωρητικόν. κράμβη θερμαίνει, καὶ διαχωρέει,

CAPVT VII.

De herbis & oleribus.

DE oleribus autem sic se res habet. Allium calidum vrinam ciet, & aluum mouet, oculis minimè bonum. Quum enim multam corporis purgationem faciat, visum hebetat, aluum autem & vrinam ciet, propter vim purgantem; coctum crudo imbecillius, flatum autem parit, propter spiritus vehementiam. Cæpa visui quidem commoda, corpori verò noxia, quod calida & æstuosa sit, & per aluum secedat. Nullum enim alimentum corpori, neque vtilitatem præbet, calefaciēdo autem exiccat, propter succū. Porrum minùs quidē calefacit, vrinā verò & aluum mouet; habet & quid purgatorium, humectat autē, & ructum acidum sedat, ipsumq; post reliquos cibos comedere prestat. Raphanus humectat, pituitā sua acrimonia diffundendo, folia verò minus, nisi in articularibus morbis. Radix vitiosa est, quòd per summa fluitet, & ægrè concoquatur. Nasturtium calidum est, & carnē liquefacit, pituitam albā sistit, proindeq; stranguriam infert. Sinapi calidum est, & aluum deiicit, sed & hoc vrinæ difficultatē parit. Quin & eadem eruca facit. Coriandrū calidū, aluum sistit, & ructū acidum sedat, somnum conciliat, si postremo loco edatur. Lactuca frigidissima est priusquam succū habeat, imbecillitatē autem quandam corpori infert. Anethum calidū, & aluum sistit, odoratumq; sternutamentū sedat. Apiū vrinā magis quàm aluū mouet, radices etiā magis quam ipsum aluum mouent. Ocimū siccum est, calidū & aluum sistit. Ruta vrinā magis quam aluum mouet, quandā etiam cogēdi vim habet, & præpota aduersus venena valet. Asparagus siccus est, & aluum sistit. Saluia sicca est, & aluum sistit. Solanū refrigerat, & exonirogmos prohibet. Portulaca fluuiatilis refrigerat, & sale condita calefacit, & purgat. Calamintha calefacit, & purgat. Mentha calefacit, & vrinam ciet, vomitionémque sistit; ac si quis eam sæpe comedat, eius genitale semen ita colliquefacit, vt effluat, & arrigere prohibet, corpusq; imbecillū reddit. Rumex calefaciendo aluum mouet. Atriplex humida est, neque tamen aluum deiicit. Blitum calidum, neq; aluum mouet. Brassica calefacit, per aluum secedit,

&

& biliosa educit. Betæ succus quidem aluum deiicit, olus autem ipsum cibo sumptum sistit, radices verò aluum magis mouent. Cucurbita refrigerat, & humectat, aluóque secedit. Rapum æstuosum est; humectat autem & corpus conturbat, non tamen per aluum secedit; verùm dysuriam adfert. Pulegium calefacit & aluum mouet. Origanum calefacit, biliosa tamen subducit. Thymbra eadem quæ origanum efficit. Thymum calidum, aluum & vrinam mouet; & pituitosa educit. Hyssopum calidum, & pituitam ducit. Ex agrestibus autem oleribus, quæ os calefaciunt & odorata sunt, ea calefaciunt, & vrinam potiùs quàm aluum mouent. Quæ verò humidam habent naturam & frigidam, ac fatuam, odoremque grauem, per aluum magis secedunt quàm per vrinam. Quæ acerba & austera, aluum sistunt. Quæ acria & odorata, vrinam prouocant. Quæ acria & sicca sunt in ore, ea omnia siccant; quæ acida, refrigerant. Hi succi vrinam mouent, crethmi, apij, allij cremor, cythisi, fœniculi, porri, adianthi, solani, qui & refrigerat. Scolopendrium, mentha, seseli, caucalides, hypericum, vrticæ, aluum mouent & purgant. Cicer, lens, hordeum, beta, brassica, mercurialis, sambucus, cnicus, hæc omnia aluum potius quàm vrinam mouent.

A καὶ τὰ χλώδεα ἄγει. τεύτλου ὁ μὲν χυλὸς, διαχωρεῖ, τὸ δὲ λάχανον ἐσθιόμενον, ἵστησιν, αἱ δὲ ῥίζαι τῶν τεύτλων, διαχωρητικώτεραι. κολοκύντη, ψύχει, καὶ ὑγραίνει, καὶ διαχωρεῖ. γογγυλὶς, καυσώδης. ὑγραίνει δὲ, καὶ ταράσσει τὸ σῶμα, οὐ μέν τοι διαχωρεῖ, δυσουρέεται δέ. γλήχων, θερμαίνει, καὶ διαχωρεῖ. ὀρίγανον θερμαίνει, ὑπάγει δὲ καὶ τὰ χλώδεα. θύμβρη παραπλήσια τῷ ὀριγάνῳ διαπρήσσεται. θύμον, θερμὸν, διαχωρέει, καὶ οὐρέεται. ἄγει δὲ, καὶ φλεγματώδεα. ὕσσωπον, θερμὸν καὶ φλεγματῶδες. τῶν δὲ ἀγρίων λαχάνων, ὁκόσα τῷ στόματι θερμαντικὰ καὶ εὐώδεα, ταῦτα θερμαίνει καὶ οὐρέεται
B μᾶλλον, ἢ διαχωρέει. ὁκόσα δὲ ὑγρὴν φύσιν ἔχει καὶ ψυχρὴν, καὶ μωρὴν, καὶ ὀσμὰς βαρείας, ὑποχωρέεται μᾶλλον, ἢ οὐρέεται. ὁκόσα δέ ἐστι καὶ στρυφνὰ, καὶ αὐστηρὰ, στάσιμα. ὁκόσα δὲ δριμέα καὶ εὐώδεα, οὐρέεται. ὁκόσα δὲ δριμέα καὶ ξηρὰ ἐν τῷ στόματι, ταῦτα πάντα ξηραίνει. ὁκόσα δὲ ὀξέα, ψυκτικά. οἱ δὲ χυμοὶ, διουρητικοὶ· κρήμνου, σελίνου, σκορόδου ἀποβρέγματα, κυτίσου, μαράθρου, πράσου, ἀδιάντου. στρύχνου, ψύχει. σκολοπένδριον, μίνθη, σέσελι, καυκαλίδες, ὑπερικὸν, κνίδαι, διαχωρητικὰ, καὶ καθαρτικά. ἐρέβινθοι, φακὴ, κριθαὶ, τεῦτλα, κράμβη, λινόζωστις, ἀκτὴ, κνῆκος, ταῦτα πάντα ὑποχωρέεται
C μᾶλλον, ἢ διουρέεται.

CAPVT VIII.

De fructibus diuersis.

AT verò de fructibus autumnalibus, sic se res habet. Fructus grauidi aluum magis mouent. Virides item magis quàm sicci. Horum autem facultas dicta est. Mora calefaciunt & humectant, per aluumque secedunt. Pyra matura calefaciunt, & humectant, & aluum deiiciunt, dura verò sistunt. Pyra syluestria, hyberna, matura aluum mouent eamque purgant, cruda verò sistunt. Mala dulcia ægrè concoquuntur, acida autem & matura, minùs. Cydonia astringunt, neque aluum deijciunt. Malorum autem succi vomitiones sistunt & vrinam promouent, quod & odores ante vomitionem præstant. Mala syluestria aluum sistunt, cocta verò comesta magis aluum deiiciunt. Ad orthopnœam autem, tum eorum succi, tum ipsa quoque epota iuuant. Sorba, mespila, corna, aliique id genus fructus, aluum sistunt, & acerbi sunt. Mali punici dulcis succus, aluum deiicit, verùm æstuosum quiddam habet. Mala punica vinosa minùs æstuosa sunt. Acida verò, magis refrigerant. At omnium nuclei aluum sistunt. Cucumeres crudi, frigidi, ægréque concoquuntur; maturi verò ac pepones, vrinam & aluum deiiciunt, verùm flatus excitant. Vuarum racemi, calidi & humidi, aluum deiiciunt, præcipuè quidem albi. Dulces igitur potenter calefaciunt, quòd multum iam calidi obtineant. Immaturi verò, minùs calefaciunt, potu autem magis purgant. Ficus & vuæ passæ æstuosæ sunt, aluum tamen deiiciunt. Ficus viridis humectat, aluum deiicit, & calefacit. Humectat quidem, quod succo prægnans sit, calefacit verò, propter lac, sed aluum deiicit, propter eiusdem dulcedinem. Primæ ficus vitiosissimæ, quia lacte plenissimæ, optimæ postremæ. Ficus aridæ æstuosæ, aluum tamen deiiciunt. Amygdalæ æstuosæ sunt, & nutriunt his de causis. Æstuosæ quidem, quia pingues, nutriunt autem, quia carnosæ. Et nuces rotundæ his similiter se

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Η'.

Περὶ τῶν διαφόρων καρπῶν.

ΠΕρὶ δὲ ὀπώρης ὧδε ἔχει. τὰ μὲν ἐγκάρπια, διαχωρητικώτερα. τὰ δὲ χλωρὰ, τῶν ξηρῶν. ἡ δὲ δύναμις εἴρηται αὐτέων. μόρα, θερμαίνει, καὶ ὑγραίνει, καὶ διαχωρέει. ἄπιοι πέπειροι, θερμαίνουσι, καὶ ὑγραίνουσι, καὶ διαχωρέουσι· αἱ δὲ σκληραὶ, στάσιμοι. ἀχράδες χειμέριοι, πέπειροι,
D διαχωρέουσι, καὶ τῆς κοιλίης καθαρτικαί· αἱ δὲ ὠμαὶ, στάσιμοι. μῆλα γλυκέα, δύσπεπτα· τὰ δὲ ὀξέα, καὶ πέπονα, ἧσσον. κυδώνια στυπτικὰ, καὶ οὐ διαχωρέουσιν. οἱ δὲ χυλοὶ τῶν μήλων πρὸς τοὺς ἐμέτους στατικοὶ, καὶ οὐρητικοὶ, καὶ ὀδμαὶ περὶ τῶν ἐμέτων. τὰ δὲ ἄγρια μῆλα, στατικά· ἑφθὰ δὲ ἐσθιόμενα, μᾶλλον διαχωρητικά. πρὸς δὲ τὴν ὀρθοπνοίην, οἵ τε χυλοὶ αὐτῶν, καὶ αὐτὰ πινόμενα ὠφελέει. οὖα δὲ, καὶ μέσπιλα, καὶ κράνια, καὶ ὅση ἄλλη τοιαύτη ὀπώρη, στατικὴ, καὶ στρυφνή. καὶ ῥοιῆς γλυκείης ὁ χυλὸς, διαχωρέει·
E καυσῶδες δέ τι ἔχει. αἱ οἰνώδεες τῶν ῥοιῶν, ἧσσον καυσώδεες. αἱ δὲ ὀξεῖαι, ψυκτικώτεραι. οἱ δὲ πυρῆνες πάντων, στάσιμοι. σίκυοι ὠμοὶ ψυχροὶ, καὶ δύσπεπτοι. οἱ δὲ πέπειροι πέπονες, οὐρέονται, καὶ διαχωρέονται, φυσώδεες δέ. βότρυες, θερμοὶ καὶ ὑγροὶ, καὶ διαχωρητικοὶ, μάλιστα οἱ λευκοί. οἱ μὲν οὖν γλυκέες, θερμαίνουσιν ἰσχυρῶς, διότι πολὺ ἤδη τοῦ θερμοῦ ἔχουσιν. οἱ δὲ ὀμφακώδεες, ἧσσον θερμαίνουσι· καθαίρουσι δὲ μᾶλλον, πινόμενοι. σῦκα, καὶ σταφίδες, καυσώδεα. διαχωρητικὰ δέ. σῦκον χλωρὸν, ὑγραίνει, καὶ διαχωρέει, καὶ θερμαίνει. ὑγραίνει μὲν, ὅτι ἔγχυλόν ἐστι· θερμαίνει δὲ,
F διὰ τὸν ὀπόν· διαχωρέει δὲ, διὰ τὸ γλυκὺ τοῦ ὀποῦ. τὰ πρῶτα τῶν σύκων, κάκιστα, ὅτι εἰσὶν ὀπωδέστατα· βέλτιστα δὲ, τὰ ὕστατα. τὰ ξηρὰ σῦκα καυσώδεα· διαχωρητικὰ δέ. αἱ ἀμυγδαλαὶ, καυσώδεες, τρόφιμοι δέ εἰσι διὰ ταῦτα. καυσώδεες μὲν, διὰ τὸ λιπαρόν· τρόφιμοι δὲ, διὰ τὸ σαρκῶδες. καὶ κάρυα τὰ στρογγύλα, παραπλησίως ταύταις

ἔχουσι. τὰ δὲ πλατέα πέπονα, τρόφιμα καὶ διαχωρητικά. A καθαρὰ δὲ ἐόντα, καὶ φῦσαν ἐμποιέουσιν. οἱ δὲ χιτῶνες αὐτέων στάσιμοι. ἄκυλοι, καὶ βάλανοι, καὶ φηγοὶ, στατικὰ ὠμὰ καὶ ὀπτά· ἑφθὰ δὲ, ἧσσον.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Θ'.

Περὶ τῶν ὁποίων τινων σαρκῶν· περὶ τῆς ταριχείας τε, καὶ γενέσεων, καὶ ἐνεργειῶν, καὶ χρόνου, καὶ ἑψήσεως τροφῶν.

Τὰ πίονα τῶν κρεῶν, καυσώδεα· διαχωρητικὰ δὲ κρέα ταριχηρὰ, ἐν οἴνῳ μὲν ὄντα, ξηραίνει καὶ τρέφει. ξηραίνει B μὲν, διὰ τὸν οἶνον· τρέφει δὲ, διὰ τὴν σάρκα. ἐν ὄξει δὲ ταριχευόμενα, θερμαίνει μὲν, ἧσσον δὲ διὰ τὸ ὄξος· τρέφει δὲ ἱκανῶς. ἐν ἁλσὶ δὲ κρέα ταριχηρὰ, τρόφιμα μὲν ἧσσον, διὰ τὸ ἅλες τοῦ ὑγροῦ ἀπεστερημένα, ἰσχναίνει δὲ, καὶ ξηραίνει, καὶ διαχωρέει ἱκανῶς. τὰς δὲ δυνάμιας ἑκάστων ἀφαιρέειν, καὶ προστιθέναι ὧδε χρή. πυρὶ καὶ ὕδατι πάντα ξυνίσταται, καὶ ζῶα, καὶ φυτὰ, καὶ ὑπὸ τουτέων αὔξεται, καὶ ἐς ταῦτα διακρίνεται. τῶν μὲν οὖν ἰσχυρῶν σιτίων, ἕψοντα πολλάκις, καὶ διαψύχοντα, τὴν δύναμιν ἀφαιρέειν, καὶ προστιθέναι πάλιν ὧδε χρή. τῶν δὲ ὑγρῶν πυρῶντα καὶ φώζοντα, τὴν ὑγρασίην C ἐξαιρέεσθαι· τῶν δὲ ξηρῶν, βρέχοντα καὶ νοτίζοντα, τὴν ξηρότητα. τῶν δὲ ἁλμυρῶν, βρέχοντα καὶ ἕψοντα καὶ ὀλίγην. τῶν δὲ πικρῶν καὶ δριμέων, τοῖσι γλυκέσι διακιρνῶντα. τῶν δὲ στρυφνῶν, τοῖσι λιπαροῖσι. καὶ ἐπὶ τῶν ἄλλων πάντων, ἐκ τῶν προειρημένων χρὴ γινώσκειν. ὁκόσα πυρούμενα, ἢ φωζόμενα, στάσιμά ἐστι μᾶλλον τῶν ὠμῶν, διότι τὸ ὑγρὸν ὑπὸ τοῦ πυρὸς ἀφῄρηται, καὶ τὸ πυρῶδες, καὶ τὸ λιπαρόν. ὁκόταν γοῦν ἐς τὴν κοιλίην ἐμπέσῃ, ἕλκει τὸ ὑγρὸν ἐκ τῆς κοιλίης ἐπ' αὐτὰ, συγκλείοντα τὰ στόματα τῶν φλεβίων, ξηραίνοντα καὶ θερμαίνοντα, ὥστε ἴσχει τὰς διεξόδους τοῦ ὑγροῦ. τὰ δὲ ἐκ τῶν ἀνύ- D δρων, καὶ ξηρῶν, καὶ πνιγηρῶν χωρίων, ἅπαντα ξηρότερα καὶ θερμότερα, καὶ ἰσχὺν πλείω παρέχεται ἐς τὸ σῶμα. διότι ἐκ τοῦ ἴσου ὄγκου, βαρύτερα καὶ πυκνότερα, καὶ πολυώοστά ἐστιν, ἢ τὰ ἐκ τῶν ὑγρῶν, καὶ ἀρδομένων, καὶ ψυχρῶν. ταῦτα δὲ ὑγρότερα, καὶ κουφότερα, καὶ ψυχρότερα. οὔκουν δεῖ τὴν δύναμιν μόνον αὐτέων γνῶναι τοῦ τε σίτου, καὶ τοῦ πόματος, καὶ τῶν ζώων, ἀλλὰ καὶ τῆς πατρίδος ὁπόθεν εἰσίν. ὁκόταν γοῦν βούλωνται τροφὴν ἰσχυρὴν τῷ σώματι προσενεγκεῖν, καὶ ἀπὸ τῶν αὐτῶν σίτων, τοῖσιν ἐκ τῶν ἀνύδρων χωρίων, χρηστέον καὶ σίτοισι, καὶ πόμασι, καὶ ζώοισιν. ὁκόταν δὲ κουφοτέρῃ τῇ τροφῇ E καὶ ὑγροτέρῃ, τοῖσιν ἐκ τῶν ἀρδομένων, χρηστέον. τὰ γλυκέα, καὶ τὰ δριμέα, καὶ τὰ ἁλυκὰ, καὶ τὰ πικρὰ, καὶ τὰ αὐστηρὰ, καὶ σαρκώδεα θερμαίνειν πέφυκε. καὶ ὅσα ξηρά ἐστι, καὶ ὅσα ὑγρά. ὁκόσα μὲν οὖν ξηροῦ μέρεος πλεῖον ἔχει ἐν αὐτέοισιν, ταῦτα μὲν ξηραίνει, καὶ θερμαίνει. ὁκόσα δὲ ὑγροῦ μέρεος ἔχει πλέον, ταῦτα πάντα θερμαίνοντα ὑγραίνει, καὶ διαχωρέει μᾶλλον, ἢ τὰ ξηρά. τροφὴν γὰρ μᾶλλον ἐς τὸ σῶμα διδόντα, ἀντίσπασιν ποιέεται ἐν τῇ κοιλίῃ, καὶ ὑγραίνοντα διαχωρέει. ὁκόσα δὲ διαθερμαίνοντα ξηραίνει, ἢ σῖτα, ἢ ποτὰ, οὔτε πτύσιν, οὔτε οὔρησιν, οὔτε διαχώρησιν ποιεῦντα, ξηραίνει τὸ σῶμα, διὰ τάδε. θερ- F μαινόμενον τὸ σῶμα, κενοῦται τοῦ ὑγροῦ· τὸ μὲν ὑπ' αὐτέων τῶν σιτίων, τὸ δὲ εἰς τροφὴν, τῷ τῆς ψυχῆς θερμῷ καταναλίσκεται· τὸ δὲ διὰ τοῦ χρωτὸς ἐξωθέεται, θερμαινόμενον καὶ λεπτυνόμενον. τὰ γλυκέα, καὶ τὰ πίονα, καὶ τὰ λιπαρὰ, πληρωτικά ἐστι, διότι ἐξ ὀλίγου ὄγκου, πολύχοά ἐστι· θερμαινόμενα δὲ

habent. Latæ verò maturæ, nutriunt & aluum deiiciunt. Purgatæ autem etiam flatus pariunt, earum verò tunicæ aluum sistunt. Glandes ilignæ, quercinæ & fagineæ, crudæ & tostæ aluum sistunt, coctæ verò, minùs.

CAPVT IX.

De carnibus quibuscunque; de conditura, natalibus, effectis, tempore, & coctura alimentorum.

Carnes pingues æstuosæ, sed aluum deiiciunt. Carnes vino conditæ, siccant & nutriunt. Siccant quidem propter vinum, nutriunt verò propter carnem. Aceto autem conditæ, calefaciunt certè, propter acetum tamen minùs, sed abundè nutriunt. At sale conditæ, minùs quidem nutriunt, humido à sale spoliatæ, extenuant tamen & siccant, abundéque aluum deiiciunt. Singulorum autem vires ad hunc modum detrahere & adiicere oportet. Ex igne & aqua constant cuncta tum animantia, tum plantæ, & ex his concrescunt, ac in hæc secernuntur, ac resoluuntur; valentium igitur cibariorum vim coquendo & refrigerando, sæpe detrahere, contráque adiicere ad hunc modum oportet. Humidorum quidem, torrendo & assando humiditatem detrahere, siccorum verò macerando & irrigando siccitatem. Salsorum macerando & coquendo salsuginem. Amara & acria, dulcibus, acerba verò pinguibus permiscendo. Ac de reliquis omnibus ex prædictis æstimare oportet. Quæcunque tosta aut assata sunt, crudis magis aluum sistunt, quod humidum igneum & pingue ab igne detractum sit. Quum igitur in ventriculum inciderint, humidum ad se è ventre trahunt, & venarum oscula exsiccando & calefaciendo occludunt, proindéque humoris transitus coarctant. Quæ verò è locis minimè aquosis, siccis & æstuosis proueniunt, ea omnia sicciora & calidiora sunt, & robur plurimum corpori exhibent, eo quòd pari mole & copia grauiora sunt ac densiora, vberiorémque fœtum ferunt, quàm quæ humidis, riguis & frigidis locis nascuntur. Ea autem humidiora, leuiora & frigidiora existunt. Neque igitur solùm ipsius cibi & potus, & animantium ipsarum, sed & patriæ ex qua oriuntur, vim nosse oportet. Quum ergo ex iisdem etiam cibis validum alimentum corpori offerri voles, his quæ ex locis minimè aquosis prodeunt vtendum; tum cibis, tum potionibus, tum animantibus. Quum verò leuius atque humidius, his quæ ex riguis locis nascuntur vtendum. Dulcia, acria, salsa, amara, austera, & carnosa calefacere solent, tum quæ sicca sunt, tum quæ humida. Quæ igitur plus siccæ partis in se habent, ea siccant quidem & calefaciunt. Quæ verò plus humidæ partis, hæc omnia calefaciendo humectant, & magis quàm sicca per aluum secedunt. Nam quum alimentum amplius corpori præbeat, in ventriculum reuulsionem faciunt, & humectando aluum deiiciunt. Quæ verò calefacientia siccant, tum cibi, tum potus, neque sputum, neque vrinam, neque deiectionem cientia, corpus siccant eas ob causas. Incalescens corpus humido vacuatur, partimque ab ipsis cibis; partim etiam à calore animæ in alimentum absumitur; partim verò calefactum & attenuatum, per cutim foras propellitur. Dulcia, pinguia, & oleosa iccirco implent, quia ex modica mole multùm diffundunt. Calefacta verò

&

& diffusa, calore corpus replent, & tranquillum reddunt. Acida autem, acria, austera, acerba, & ex toto collata, & sicca, non implēt; ideo quòd venarū ora tum aperiunt, tum expurgant, & partim quidem siccantia, partim verò mordētia & astringētia horrorem inferunt, & carnis humidum in paruam molem contrahunt, atque ita vacuum multum in corpore oritur. Quum igitur paucis implere, vel multis vacuare voles, hisce vtitor. Recentia omnia plus roboris quàm cætera exhibent, propterea quod vitæ sunt propinquiora. At vetusta autem ac marcida, quòd ad putredinem magis accedant, recentibus aluum magis deiiciunt. Cruda verò alunt, & ructus excitant, quòd quæ igne coqui oporteat, ea ventriculus, his quæ ingeruntur, quum debilior existat, conficere cogatur. At verò opsonia ex intritis præparata ideo sunt æstuosa & humida, quòd pinguia, ignea & calida, & inæquales inter se vires sortita, in eodem resident. Quæ verò muria condiuntur, meliora, & minimè æstuosa.

A καὶ διαχεόμενα, πληροῖ τὸ θερμὸν ἐν τῷ σώματι, καὶ γαληνιάζειν ποιέει. Τὰ δὲ ὀξέα, καὶ δριμέα, καὶ αὐστηρὰ, καὶ στρυφνὰ, καὶ συγκομιστὰ, καὶ ξηρὰ, οὐ πληροῖ, διότι τὰ στόματα τῶν φλεβῶν ἀνέῳξέ τε καὶ διεκάθηρε. καὶ τὰ μὲν ξηραίνοντα, τὰ δὲ δάκνοντα, καὶ στύφοντα φρίξαι καὶ συστῆσαι ἐς ὀλίγον ἐποίησεν ὄγκον, τὸ ὑγρὸν τὸ ἐν τῇ σαρκί. καὶ τὸ κενὸν πουλὺ ἐγένετο ἐν τῷ σώματι. ὁκόταν γοῦν βούλῃ ἀπ' ὀλίγων πληρῶσαι, ἢ ἀπὸ πλειόνων κενῶσαι, τοῖσι τοιούτοισι χρέεσθαι. Τὰ πρόσφατα πάντα, ἰσχὺν πλείονα παρέχεται τῶν ἄλλων, διὰ τόδε· ὅτι ἔγγιον τοῦ ζῶντός ἐστι. Τὰ δὲ ἕωλα καὶ σαπρὰ, διαχωρέει μᾶλλον τῶν B προσφάτων, διότι ἔγγιον τῆς σηπεδόνος ἐστί. Τὰ δὲ ὠμὰ, στροφώδεα, καὶ ἐρευγμώδεά ἐστι, διότι δεῖ τῷ πυρὶ κατεργασθῆναι. Ταῦτα ἡ κοιλίη διαπονήσεται, ἀσθενεστέρα ἐοῦσα τῶν ἐσιόντων. Τὰ δὲ ἐν τοῖσιν ὑποτρίμμασιν ὅσα σκευαζόμενα, καυσώδεα καὶ ὑγρὰ, ὅτι λιπαρὰ καὶ πυρώδεα, καὶ θερμὰ καὶ ἀνομοίους τὰς δυνάμιας ἀλλήλοισιν ἔχοντα, ἐν τῷ αὐτέῳ ἴζει. Τὰ δὲ ἐν ἅλμῃ, βελτίω, καὶ οὐ καυσώδεα.

CAPVT X.

De balneis, vnctione, aëre, sudore, venere, vomitu, somno, labore, quiete, & cibatione; de iis denique vniuersim quæ corpus quomodolibet ingrediuntur.

DE balneis autem ita se res habet. Aqua potabilis humectat & refrigerat, nam corpori humiditatem exhibet. Salsum verò balneum, calefacit & siccat. Quum enim natura calidum sit, humiditatem è corpore trahit. At balnea calida, ieiunum quidem extenuant & refrigerant. Caliditate enim humidum è corpore tollunt, eóque è carne vacuato, corpus refrigeratur. Post cibum autem calefaciunt & humectant, quum ea quæ in corpore supersunt, in maiorem molem diffundant. Frigida verò balnea contrà. Vacuo quidem corpori frigidum *balneum* calorem quendam impertit; at post cibum humiditatem præsentem tollit, & sua frigiditate, siccum quod adest, auget. Balnei abstinentia, consumpta humiditate siccat, eodem sanè modo neglecta vnctio. At verò vnctio calefacit, humectat, & emollit. Sol autem & ignis has ob causas siccant, quòd calida quum sint & sicca, corporis humiditatem trahunt. Vmbra & frigus, moderatè humectant, plus enim dant, quàm accipiunt. Sudores omnes abeuntes & siccant & attenuant, humido è corpore euanescente. Veneris vsus extenuat, humectat, & calefacit. Calefacit quidem ob laborem, & frigiditatis excretionem, attenuat autem ob vacuationem; humectat verò propter id quod ex colliquatione à labore in corpore relictum est. Vomitiones extenuant, propter alimenti euacuationem, neque tamen siccant, si quis postridie recta curatione vtatur, sed propter repletionem & carnis ex labore colliquationem humectant. At si quis hæc postridie in alimentum à calore consumi sinat, sensimque diætæ adiiciat, siccant. Aluum autem coactam vomitio soluit, & plus æquo fluidam sistit; illam quidem humectando, hanc verò siccando. Quum igitur quis aluum celerrimè sistere volet, deuoratum cibum priusquam humescat, & deorsum detrahatur, euomere eum oportet, & acerbis ac austeris cibariis potiùs vti. Vbi autem aluum soluere volet, quamplurimo tempore immorari cibis confert, & acribus ac salsis, & pinguibus, dulcibusque, tum cibariis, tum potionibus

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ι.

C Περὶ λουτρῶν τε καὶ ἀναλείφιος, καὶ ἀέρος, καὶ ἱδρῶτος, καὶ ἀφροδισίων, ἐμέτου τε καὶ ὕπνου, καὶ πόνου, καὶ ἡσυχίας, καὶ σιτίων· καὶ τὸ τέλος περὶ τῶν κατὰ πάντα ἐς τὸ σῶμα ἐμπιπτόντων.

ΠΕρὶ δὲ λουτρῶν, ὧδε ἔχει. ὕδωρ πότιμον ὑγραίνει, καὶ ψύχει, δίδωσι γὰρ τῷ σώματι ὑγρασίην. τὸ δὲ ἁλμυρὸν λουτρὸν, θερμαίνει καὶ ξηραίνει. φύσει γὰρ ἐὸν θερμὸν, ἕλκει ἀπὸ τοῦ σώματος τὸ ὑγρόν. Τὰ δὲ θερμὰ λουτρὰ, νῆστιν μὲν ἰσχναίνει καὶ ψύχει. φέρει γὰρ ἀπὸ τοῦ σώματος τὸ ὑγρὸν τῇ θερμασίῃ. κενουμένης δὲ τῆς σαρκὸς τοῦ ὑγροῦ, ψύχεται τὸ σῶμα. βεβρωκότα δὲ, θερμαίνει καὶ ὑγραίνει, διαχέοντα τὰ ὑπάρχοντα ἐν τῷ σώματι, εἰς πλείονα ὄγκον. ψυχρὰ δὲ λουτρὰ, τοὐναντίον. κενῷ μὲν τῷ σώματι, δίδωσι θερμόν τι ψυχρόν. βεβρωκότι δὲ ἀφαιρέεται ὑγροῦ ἐόντος, καὶ πληροῖ ψυχρὸν ἐὸν τοῦ ὑπάρχοντος ξηροῦ. ἀλουσίη ξηραίνει, καταναλισκομένου τοῦ ὑγροῦ. ὡσαύτως δὲ, καὶ ἡ ἀναλείφη. λίπη δὲ θερμαίνει, καὶ ὑγραίνει, καὶ μαλάσσει. ἥλιος δὲ, καὶ πῦρ, ξηραίνει διὰ τάδε. θερμὰ ἐόντα καὶ ξηρὰ, ἕλκει τοῦ σώματος τὸ ὑγρόν, σκιὰ δὲ, καὶ ψύχεα, τὰ μέτρια ὑγραίνει. δίδωσι γὰρ μᾶλλον, ἢ λαμβάνει. ἱδρῶτες πάντες ἀπιόντες, καὶ ξηραίνουσι, καὶ ἰσχναίνουσιν, ἐκλείποντες τοῦ ὑγροῦ ἐκ τοῦ σώματος. λαγνείη, ἰσχναίνει, καὶ ὑγραίνει, E καὶ θερμαίνει. θερμαίνει μὲν, διὰ τὸν πόνον, καὶ τὴν ἀπόκρισιν τοῦ ψυχροῦ. ἰσχναίνει δὲ, διὰ κένωσιν. ὑγραίνει δὲ, διὰ τὸ ὑπολειπόμενον ἐν τῷ σώματι τῆς συντήξιος ὑπὸ τοῦ πόνου. ἔμετοι, ἰσχναίνουσι διὰ τὴν κένωσιν τῆς τροφῆς. οὐ μέντοι ξηραίνουσιν, ἢν μή τις τῇ ὑστεραίῃ θεραπεύῃ ὀρθῶς, ἀλλ' ὑγραίνουσι διὰ τὴν πλήρωσιν, καὶ διὰ τὴν σύντηξιν τῆς σαρκὸς τὴν ἀπὸ τοῦ πόνου. ἢν δὲ τις ἐάσῃ ταῦτα καταναλωθῆναι, τῇ ὑστεραίῃ δὲ ἐς τὴν τροφὴν τῷ θερμῷ, καὶ τῇ διαίτῃ ἡσύχως προσάγῃ, ξηραίνουσι. κοιλίην δὲ συνεστηκυῖαν, λύει ἔμετος· καὶ διαχωρέουσαν μᾶλλον τοῦ καιροῦ ἵστησι· τὴν μὲν διυγραίνων· τὴν δὲ ξηραίνων. F ὁκόταν μὲν οὖν στῆσαι βούληται τὴν ταχίστην, φαγόντα χρὴ ἐξεμέειν πρὶν ἂν διυγρανθῆναι τὸν σῖτον, καὶ κατασπασθῆναι κάτω· καὶ τοῖσι στρυφνοῖσι, καὶ τοῖσιν αὐστηροῖσι σιτίοισι μᾶλλον χρέεσθαι. ὁκόταν δὲ λῦσαι τὴν κοιλίην βούληται, ἐνδιατρίβειν ἐν τοῖσι σιτίοισιν, ὡς πλεῖστον χρόνον ξυμφέρει, καὶ τοῖσι δριμέσι, καὶ ἁλμυροῖσι, καὶ λιπαροῖσι, καὶ γλυκέσι, καὶ τοῖσι σιτίοισι, καὶ τοῖσι πόμασι

χέεσθαι· ὕπνοι δὲ, νῆστιν μὲν ἰσχναίνουσι, καὶ ψύχουσιν, ἢν μὴ μακροὶ ἔωσι, κενοῦντες τοῦ ὑπάρχοντος ὑγροῦ. ἢν δὲ μᾶλλον, ἐκθερμαίνοντες, συντήκουσι τὴν σάρκα, καὶ διαλύουσι τὸ σῶμα διαχέοντες, καὶ ἀσθενὲς ποιέουσι. βεβρωκότα δὲ, θερμαίνοντες ὑγραίνουσι, τὴν τροφὴν ἐς τὸ σῶμα διαχέοντες. ἀπὸ δὲ τῶν ὀρθρίων περιπάτων ὕπνος, μάλιστα ξηραίνει. ἀγρυπνίη δὲ ἐν μὲν τοῖσι σιτίοισι βλάπτει, οὐκ ἐῶσα τὸ σιτίον τήκεσθαι· ἀσιτοῖσι δὲ, ἰσχναίνει μὲν· βλάπτει δὲ ἧσσον. ῥαθυμίη ὑγραίνει, καὶ ἀσθενὲς τὸ σῶμα ποιέει. ἀτρεμίζουσα γὰρ ἡ ψυχὴ, οὐκ ἀναλίσκει τὸ ὑγρὸν ἐκ τοῦ σώματος. πόνος δὲ ξηραίνει, καὶ τὸ σῶμα ἰσχυρὸν ποιέει. μονοσιτίη ἰσχναίνει, καὶ ξηραίνει, καὶ τὴν κοιλίην ἵστησι, διότι τῷ τῆς ψυχῆς θερμῷ, τὸ ὑγρὸν ἐκ τῆς κοιλίης, καὶ τῆς σαρκὸς καταναλίσκεται. ἄριστον δὲ τἀναντία διαπρήσσεται τῇ μονοσιτίῃ. ὕδωρ πόμα θερμὸν, ἰσχναίνει· ὡσαύτως δὲ καὶ ψυχρόν. τὸ δὲ ὑπερβάλλον ψυχρὸν, καὶ πνεῦμα, καὶ τὸ σιτίον, καὶ τὸ ποτὸν, πήγνυσι τὸ ὑγρὸν τὸ ἐν σώματι, καὶ τὰς κοιλίας ξυνίστησι τῇ πήξει, καὶ ψύξει. κρατέει γὰρ τοῦ τῆς ψυχῆς ὑγροῦ· καὶ τοῦ θερμοῦ δὲ πάλιν αἱ ὑπερβολαὶ, πηγνύουσι καὶ τοσοῦτον, ὡς μὴ διάχυσιν ἔχειν. ὁκόσα δὲ θερμαίνοντα τὸ σῶμα τροφὴν μὴ διδόντα, κενοῖ τοῦ ὑγροῦ τὴν σάρκα, μηδὲ ὑπερβολὴν ποιέοντα, ψύξιν τῷ ἀνθρώπῳ παραδίδωσι. κινουμένου γὰρ τοῦ ὑπάρχοντος ὑγροῦ, πνεύματος ὑπ᾽ αὐτοῦ πληρούμενον ψύχεται.

A vti. Somni ieiunum quidem extenuant & refrigerant si non longi fuerint, eam quæ adest humiditatem vacuantes. Longiores verò calefacientes carnem colliquant, corpúsque diffundēdo resoluunt, & imbecillum reddunt. Post cibum autem calefacientes humectant, alimentum in corpus diffundendo. A matutinis deambulationibus somnus maximè siccat. Vigilia verò post cibos noxia, quũ cibum colliquescere non sinat, ieiunos autem extenuat quidem, at minùs lædit. Ocium humectat & corpus imbecillum reddit. Quiescens enim anima corporis humidum minimè absumit. Labor siccat, corpúsque robustum efficit. Semel die sumB ptus cibus, extenuat & siccat, aluúmque sistit, quoniam animæ calore ventris & carnis humidum absumitur. Prandium verò contraria efficit. Aquæ potus calidus extenuat, eodémq; modo etiam frigidus. At verò plus æquo frigidus tum spiritus, tũ cibus, & potus, humidum in corpore congelant, & congelatione ac frigore aluos sistunt, nam animæ humiditatem superant. Contráque etiam caloris excessus in tantum cogit, vt diffundi nequeat. Quę verò corpus calefaciunt, neque alimentum exhibent, carnem humore vacuant, & quum nihil excedant, frigiditatem homini conciliant. Humiditate enim, quæ adest, agitata, quod ab ipso spiritu reC pletur, refrigeratur.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΑ'.

Περὶ τῶν κατὰ γένος τε, καὶ κατὰ μέρος γυμνασίων.

ΠΕρὶ δὲ τῶν πόνων ἣν τινὰ ἔχει δύναμιν, διηγήσομαι. Εἰσὶ γὰρ οἱ μὲν, κατὰ φύσιν· οἱ δὲ, διὰ βίης. οἱ μὲν οὖν κατὰ φύσιν αὐτῶν, εἰσίν· ὄψιος πόνος, ἀκοῆς, φωνῆς, μερίμνης. ὄψιος μὲν οὖν δύναμις τοιαύτη. προσέχουσα ψυχὴ τῷ ὁρεομένῳ, κινέεται καὶ θερμαίνεται. θερμαινομένη δὲ, ξηραίνεται κενωμένου τοῦ ὑγροῦ. διὰ δὲ τῆς ἀκοῆς ἐσπίπτοντος τοῦ ψόφου, σείεται ἡ ψυχὴ καὶ πονέει. πονέουσα δὲ, θερμαίνεται καὶ ξηραίνεται. ὁκόσα ἐν μερίμνῃ ἀνθρώποισι γίνεται, ἡ ψυχὴ ὑπὸ τουτέων θερμαίνεται καὶ ξηραίνεται, καὶ τὸ ὑγρὸν καταναλίσκουσα, πονέει καὶ λεπτύνει τὰς σάρκας, καὶ κενοῖ τὸν ἄνθρωπον. ὁκόσοι δὲ πόνοι φωνῆς, οἷον λέξις, ἢ ἀνάγνωσις, ἢ ᾠδὴ, πάντες οὗτοι κινέουσι τὴν ψυχήν· κινουμένη δὲ ξηραίνεται καὶ θερμαίνεται, καὶ τὸ ἐν τῷ σώματι ὑγρὸν καταναλίσκει. οἱ δὲ περίπατοι κατὰ φύσιν μέν εἰσι, καὶ οὗτοι μάλιστα τῶν λοιπῶν, ἔχουσι δέ τι βίαιον. δύναμις δὲ αὐτέων ἐστὶ τοιήδε, ὁ ἀπὸ δείπνου περίπατος ξηραίνει τήν τε κοιλίην, καὶ τὸ σῶμα, καὶ τὴν γαστέρα, καὶ οὐκ ἐᾷ πιμελὴν γίνεσθαι διὰ τάδε. κινουμένου τοῦ ἀνθρώπου, θερμαίνεται καὶ τὸ σῶμα, καὶ τὰ σιτία. ἕλκει οὖν τὴν ἰκμάδα ἡ σὰρξ, καὶ οὐκ ἐᾷ πιμελὴν κοιλίην ξυνίστασθαι. τὸ μὲν οὖν σῶμα πληροῦται, ἡ δὲ κοιλίη λεπτύνεται. ξηραίνεται δὲ διὰ τάδε. κινουμένου τοῦ σώματος καὶ θερμαινομένου, τὸ λεπτότατον τῆς τροφῆς καταναλίσκεται. τὸ μὲν, ἀπὸ τοῦ ξυμφύτου θερμοῦ· τὸ δὲ, σὺν τῷ πνεύματι ἀποκρίνεται ἔξω· τὸ δὲ καὶ οὐρέεται. ὑπολείπεται δὲ τὸ ξηρότατον ἀπὸ τῶν σιτίων, ὥστε τὴν κοιλίην ἀποξηραίνεσθαι καὶ τὴν σάρκα. οἱ ὄρθριοι περίπατοι ἰσχναίνουσι, καὶ τὰ περὶ τὴν κεφαλὴν κοῦφά τε καὶ εὐαγέα, καὶ εὐήκοα παρασκευάζουσι, καὶ τὴν κοιλίην λύουσιν· ἰσχναίνουσι μὲν, διότι κινούμενον τὸ σῶμα θερμαίνεται, καὶ τὸ ὑγρὸν λεπτύνεται καὶ καθαίρεται. τὸ μὲν, ὑπὸ τοῦ πνεύματος· τὸ δὲ, μύττεταί τε καὶ χρέμπτεται· τὸ δὲ ἐς τὴν τροφὴν, τῷ τῆς ψυχῆς θερμῷ καταναλίσκεται. τὴν δὲ κοιλίην λύουσι, διότι θερμὴ ἐοῦσα, τοῦ θερ-

CAPVT XI.

De exercitiis, tum in genere, tum in specie.

AT verò de laboribus quam habeant facultatem enarrabo. Sunt enim quidam naturales, quidam violenti. Naturales igitur sunt, visus labor, auditus, vocis, curæ. Ac visus quidem hæc est facultas. Anima in id quod videtur intenta, mouetur & incalescit. Calefacta vero, humido vaD cuato exiccatur. Per auditum autem irrumpente sono, anima concutitur, & laborat, laborans verò calefit & siccatur. Quæcunque in cura hominibus contingunt, ex his anima calefit & siccatur, humidóque absumpto laborat & carnes attenuat, hominémque vacuat. Quicunque sunt vocis labores, velut sermo, aut lectio, aut cantus, ij omnes animam mouent, mota verò siccatur & calefit, humidúmque corporis absumit. At hæ deambulationes etiamsi maximè præ reliquis naturales sint, habent tamen quid violentum. Earum hæc est facultas. A E cœna deambulatio, aluum, corpus & ventrē exiccat, ipsúmque hanc ob causam pinguem fieri non sinit. Quum homo mouetur, tum corpus tum cibi incalescunt. Humiditatem igitur caro attrahit, neque ventrem pinguem constitui sinit. Impletur igitur corpus, venter verò extenuatur. Has autem ob causas exiccatur. Quum mouetur corpus & calefit, quod alimenti tenuissimum est, consumitur partim ab insito calore, partim cum spiritu foràs excernitur, partim etiam per vrinam emittitur, quod verò in cibis est siccissimum, remanet; ita vt cum ventre simul etiam caro siccetur. Deambulationes F matutinæ extenuant, & quæ circa caput sunt partes, leues, agiles & promptas efficiunt, aluúmque soluunt. Extenuant quidem quia quo mouetur corpus, incalescit, & humidum partim quidem à spiritu attenuatur, & purgatur; partim verò emungitur, & excreatur; partim etiam ab animæ calore in alimentum absumitur. Aluum autem soluunt, quod quum calida existat,

spiritu

spiritu frigido ex superioribus partibus irruente, frigido calidum cedit. Leues autem circa caput partes eas ob causas efficiunt. Quum euacuata est aluus, calida existens, è reliquo corpore & capite humidum ad se attrahit. Vacuato autem capite, repurgatur visio, & auditio, & agiles homines reddũtur. At deambulationes post exercitia, corpora pura reddunt & emaciant, neque carnis colliquationem ex labore prouenientem, consistere sinunt, sed eam repurgant. Ex cursibus autem hæc contingunt. Longi quidem & flexi, qui sensim deducuntur, carnem calefacientes concoquere ac diffundere queunt, & ciborum facultatem in carne concoquunt, tardiora tamen & crassiora corpora efficiunt, quàm qui in orbem fiunt. His autem, qui multùm comedunt, commodiores sunt, & hyeme magis quàm æstate. At qui in veste obeuntur cursus, eãdem facultatẽ habent, sed magis calefaciunt, humidioráque corpora & decoloratiora reddunt, quia purus extrinsecus irruens spiritus ea non repurgat, sed in eodẽ spiritu exercẽtur. Siccis igitur & multùm carnosis conferunt quum quis carnem detrahere volet, & senioribus propter corporis frigiditatem. Cursus autem reciproci, & indefiniti equestres, carnem quidem minus diffundunt, sed magis extenuant, quia quum externis animæ partibus hi labores obeantur, humidum ex carne retrahunt, corpúsque attenuant & exiccant. Circulares verò cursus, carnem quidem minimè diffundunt, sed extenuant, carnémque & ventrem maximè aperiunt, quòd cùm citissimo spiritu vtantur, humidum ad se promptissimè attrahunt. Concussiones autem derepente quidem siccant, neque tamẽ accommodæ, neque vtiles sunt. Conuulsiones enim inducunt, propterea quod calefactum corpus cutẽ vehementer tenuat; carnem verò minùs cogunt quàm cursus circulares, eandemq; humore vacuãt. Commotiones & in sublime eleuationes, carnem quidem minimè excalefaciunt, sed corpus & animam commouent, & spiritu vacuant. Lucta & frictio, exterioribus corporis partibus laborẽ magis excitant, carnem autem calefaciunt, firmant, ac augeri faciũt, ob hãc causam. Quæ natura solida sunt, dum fricantur, considunt, caua verò augescunt. Quod itaque in carne densum est, si confricetur, in se cogitur, caua verò augescunt, & quæcunque venas habent. Calefactę enim & exiccatæ carnes, alimentũ ad se per venas trahunt, deinde increscunt. Volutatio in puluere eadẽ, quæ lucta facit, sed propter puluerem magis exiccat, carnemque minus gignit. Lucta summis manibus concitata extenuat, carnésque sursum trahit. Ad corycum decertatio, & manuum gesticulatio, consimilia efficiunt. Spiritus retẽtio meatus per vim cogere, cutem tenuare, & humiditatem ad cutem propellere valet. Quæ in puluere & oleo exercitationes obeuntur, hoc differunt; puluis quidem frigidus, oleum verò est calidum. Oleum hyeme corporis incrementum magis iuuat, quoniam quid auferre è corpore frigus prohibet. Æstate verò caloris exuperantia carnem colliquat, quum & à tempore, & oleo, & labore incalescat. Puluis autem æstate incrementum magis iuuat. Quum enim corpus refrigeret, vltra modum incalescere non finit, hyeme verò, frigus & algorẽ adfert. Morari autem post exercitationes in puluere per æstatem modico tempore, refrigerãdo quidẽ iuuat, multò verò, supra modũ exiccat, & corpora dura ac lignosa reddit. Frictio ex oleo & aqua emollit, neq; vehemẽter incalescere sinit.

A μου πνεύματος ἐσαΐσσοντος ἄνωθεν ὑποχωρέει τὸ θερμὸν τῷ ψυχρῷ. κοῦφα δὲ τὰ περὶ τὴν κεφαλὴν ποιέει, διὰ τάδε. ὅταν κενωθῇ ἡ κοιλίη, ἕλκει ἐς ἑωυτὴν ἐκ τοῦ ἄλλου σώματος, καὶ τῆς κεφαλῆς τὸ ὑγρὸν, θερμὴ ἐοῦσα. κενουμένης δὲ τῆς κεφαλῆς, ἀποκαθαίρεται ἥ τε ὄψις καὶ ἡ ἀκοὴ, καὶ γίνονται εὐαγέες οἱ ἄνθρωποι. οἱ δὲ ἀπὸ τῶν γυμνασίων περίπατοι, καθαρὰ τὰ σώματα παρασκευάζουσι, καὶ ἰσχναίνουσιν, οὐκ ἐῶντες τὴν σύντηξιν τῆς σαρκὸς, τὴν ὑπὸ τοῦ πόνου ξυνίστασθαι, ἀλλ' ἀποκαθαίρουσι. τὰ δὲ ἐκ τῶν δρόμων γίνονται, οἱ μὲν μακροὶ καὶ καμπτοὶ, ἐξ ὀλίγου προσαγόμενοι, θερμαίνοντες τὴν σάρκα, συνεψεῖν

B καὶ διαχέειν δύνανται. καὶ τὴν δύναμιν τῶν σιτίων τὴν ἐν τῇ σαρκὶ καταπέσσουσι. βραδύτερα τε καὶ παχύτερα τὰ σώματα παρασκευάζουσι τῶν τροχῶν. τοῖσι δὲ τὰ πολλὰ ἐσθίουσι, ξυμφορώτεροι, καὶ χειμῶνος μᾶλλον, ἢ θέρεος. οἱ δὲ ἐν ἱματίῳ δρόμοι, τὴν μὲν δύναμιν τὴν αὐτὴν ἔχουσι, μᾶλλον δὲ διαθερμαίνουσι, καὶ ὑγρότερα τὰ σώματα ποιέουσιν, ἀχροώτερα δὲ, διότι οὐκ ἀποκαθαίρει προσαΐσσον τὸ πνεῦμα τὸ εἰλικρινὲς, ἀλλ' ἐν τῷ αὐτῷ γυμνάζεται πνεύματι. συμφέρει οὖν καὶ τοῖσι ξηροῖσι, καὶ τοῖσι πολυσάρκοισιν, ὅστις καθαιρεῖν τὴν σάρκα βούλεται, καὶ τοῖσι πρεσβυτέροισι διὰ ψύξιν τοῦ σώματος. οἱ

C δὲ δίαυλοι καὶ ἄπειροι ἵπποι, τὴν μὲν σάρκα ἧσσον διαχέονται, ἰσχναίνουσι δὲ μᾶλλον, διότι τοῖς ἔξω τῆς ψυχῆς μέρεσιν οἱ πόνοι ὄντες, ἀντισπῶσιν ἐκ τῆς σαρκὸς τὸ ὑγρὸν, καὶ τὸ σῶμα λεπτύνουσι καὶ ξηραίνουσιν. οἱ δὲ τροχοὶ, τὴν μὲν σάρκα ἥκιστα διαχέουσιν· ἰσχναίνουσι δὲ καὶ διαστέλλουσι τὴν σάρκα, καὶ τὴν κοιλίην μάλιστα, διότι ὀξυτάτῳ τῷ πνεύματι χρώμενοι, τάχιστα τὸ ὑγρὸν ἕλκουσιν ἐφ' ἑωυτούς. τὰ δὲ ἀνασείσματα ξηραίνουσι μὲν ἐξαπίνης, οὐκ ἐπιτήδεια δὲ καὶ ἀξύμφορα. σπάσματα γὰρ ἐμποιέεται, διὰ τόδε· διαθερμασμένον τὸ σῶμα, τὸ μὲν δέρμα ἰσχυρῶς λεπτύνει, τὴν δὲ σάρκα ἧσσον συνίστησι τῶν τροχῶν, κενοῖ δὲ

D τὴν σάρκα τοῦ ὑγροῦ. τὰ δὲ ἀνακινήματα, καὶ ἀνακουφίσματα, τὴν μὲν σάρκα ἥκιστα διαθερμαίνουσι· προξυνοῦσι δὲ τὸ σῶμα, καὶ τὴν ψυχὴν, καὶ τοῦ πνεύματος κενοῦσι. πάλη δὲ καὶ τρίψις, τοῖσιν ἔξω τοῦ σώματος παρέχει μᾶλλον τὸν πόνον. θερμαίνει δὲ τὴν σάρκα, καὶ στερεοῖ, καὶ αὔξεσθαι ποιέει διὰ τάδε. τὰ μὲν γὰρ στερεὰ φύσει τριβόμενα, συνίζησι, τὰ δὲ κοῖλα αὔξεται. τῆς γοῦν σαρκὸς, τὸ μὲν πυκνὸν τριβόμενον ξυνίσταται· τὰ δὲ κοῖλα αὔξεται, καὶ ὁκόσα φλέβες εἰσί. θερμαινόμεναι γὰρ αἱ σάρκες, καὶ ξηραινόμεναι, ἕλκουσιν ἐφ' ἑωυτὰς τὴν τροφὴν, διὰ τῶν φλεβῶν, εἶτα αὔξονται. ἀλίνδησις παραπλήσια τῇ πάλῃ διαπρήσ-

E σεται, ξηραίνει δὲ μᾶλλον διὰ τὴν κόνιν, καὶ σαρκοῖ ἧσσον. ἀκροχειρίη ἰσχναίνει, καὶ τὰς σάρκας ἕλκει ἄνω. καὶ κωρυκομαχίη, καὶ χειρονομίη, τὰ παραπλήσια διαπρήσσεται. πνεύματος δὲ κατάσχεσις, τοὺς πόρους διαναγκάσαι, καὶ τὸ δέρμα λεπτῦναι, καὶ τὸ ὑγρὸν ὑπὸ τὸ δέρμα ὤσασθαι δύναται. ἐν κόνει καὶ ἐλαίῳ γυμνάσια, διαφέρει τοσόνδε· κόνις μὲν ψυχρὸν, ἔλαιον δὲ θερμόν. ἐν μὲν τῷ χειμῶνι τὸ ἔλαιον αὐξιμώτερον, διότι τὸ ψῦχος κωλύει φέρεσθαι ἀπὸ τοῦ σώματος. ἐν δὲ τῷ θέρει, ἔλαιον ὑπερβολὴν θερμασίης ποιεύμενον τήκει τὴν σάρκα, ὁκόταν καὶ ὑπὸ τῆς ὥρης θερμαίνηται, καὶ τοῦ ἐλαίου, καὶ τοῦ πόνου. ἡ δὲ κόνις ἐν τῷ θέρει

F αὐξιμώτερον. ψύχουσα γὰρ τὸ σῶμα, οὐκ ἐᾷ εἰς ὑπερβολὴν θερμαίνεσθαι. ἐν δὲ τῷ χειμῶνι, διαψυκτικὸν καὶ κρυμῶδες. διατρίβειν δὲ ἐν τῇ κόνει μετὰ τοὺς πόνους ἐν τῷ θέρει, ὀλίγον μὲν χρόνον, ὠφελέει ψύχουσα· πουλὺν δὲ, ὑπερξηραίνει, καὶ τὰ σώματα σκληρὰ, καὶ ξυλώδεα ἀποδεικνύει. τρίψις ἐλαίῳ σὺν ὕδατι μαλάσσει, καὶ οὐκ ἐᾷ διαθερμαίνεσθαι.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΙΒ΄.

Περὶ τῶν ἐν τοῖς γυμνασίοις ἐγγινομένων, καὶ τῶν κόπων.

ΠΕρὶ δὲ κόπων τῶν ἐν τοῖσι σώμασιν ἐγγινομένων, ὧδε ἔχει. οἱ μὲν ἀγύμναστοι τῶν ἀνθρώπων ἀπὸ παντὸς κοπιῶσι πόνου. οὐδὲν γὰρ τοῦ σώματος διαπεπόνηται πρὸς οὐδένα πόνον. τὰ δὲ γεγυμνασμένα τῶν σωμάτων, ὑπὸ τῶν ἀήθων πόνων κοπιᾷ. τὰ δέ, καὶ ἀπὸ τῶν συνήθων γυμνασίων κοπιᾷ, ὑπερβολῇ χρησάμενα. τὰ μὲν οὖν εἴδεα τῶν κόπων, τοιαῦτά ἐστιν. ἡ δὲ δύναμις αὐτέων ὧδε ἔχει. οἱ μὲν γὰρ ἀγύμναστοι, ὑγρὴν τὴν σάρκα ἔχοντες, ὁκόταν πονῶσι θερμαινομένου τοῦ σώματος, σύντηξιν πολλὴν ἀφιᾶσιν. ὅ,τι μὲν οὖν συνεξιδρώσῃ, ἢ ξὺν τῷ σώματι ἀποκαθαρθῇ, οὐ παρέχει πόνον μᾶλλον ἐν τῷ κενωθέντι τοῦ σώματος παρὰ τὸ ἔθος. ὅ,τι δ' ἂν ἐμμείνῃ τῆς ἀποκρίσιος, τοῦτο παρέχει τὸν πόνον, ἀλλὰ καὶ τῷ δεξαμένῳ τὸ ὑγρόν. οὐ γάρ ἐστι ξύμφορον τῷ σώματι, ἀλλὰ πολέμιον. εἰς μὲν δὴ τὰς σάρκας τῶν σωμάτων, οὐ ξυνίσταται ὁμοίως, εἰς δὲ τὰ σαρκώδεα· ὥστε τουτέοις πόνον παρέχει, ἕως ἂν ἐξέλθῃ. ἅτε δὴ οὐκ ἔχον περίοδον, ἀτρεμίζον θερμαίνεται, αὐτό τε καὶ τὰ προσπίπτοντα. ἢν μὲν οὖν πολὺ γένηται τὸ ἀποκριθέν, ἐκράτησε καὶ τοῦ ὑγιαίνοντος, ὥστε συνεκθερμῆναι ὅλον τὸ σῶμα, καὶ ἐνεποίησε πυρετὸν ἰσχυρόν. θερμανθέντος γὰρ τοῦ αἵματος, καὶ ἐπισπασθέντος, ταχείην ἐποίησε τὴν περίοδον τὰ ἐν τῷ σώματι, καὶ τό τε ἄλλο σῶμα καθαίρεται ὑπὸ τοῦ πνεύματος, καὶ τὸ συνεστηκὸς θερμαινόμενον, λεπτύνεταί τε καὶ συνεξωθέεται ἐκ τῆς σαρκὸς ἔξω ἐπὶ τὸ δέρμα, ὅπερ ἱδρὼς καλέεται θερμός. τούτου δ' ἀποκριθέντος, τό τε αἷμα καθίσταται ἐς τὴν κατὰ φύσιν, σύστασιν· καὶ ὁ πυρετὸς ἀνίησι, καὶ ὁ κόπος παύεται μάλιστα τριταῖος. χρὴ δὲ τὸν τοιοῦτον κόπον, ὧδε θεραπεύειν. πυρίῃσι καὶ λουτροῖσι θερμοῖσι διαλύοντα τὸ ξυνεστηκός. καὶ περιπάτοισι βιαίοισιν, ὡς ἀποκαθαίρωνται, τῇσιν ὀλιγοσιτίῃσι, καὶ ἰσχνασίῃσι, συνιστάναι τῆς σαρκὸς τὴν κένωσιν, καὶ τρίβεσθαι τῷ ἐλαίῳ ἡσυχῇ πουλὺν χρόνον, ὅκως μὴ βιαίως ἀναθερμαίνηται. καὶ τοῖσι χρίσμασι, καὶ τοῖσιν ἱδρωτικοῖσι, καὶ μαλακτικοῖσι χρέεσθαι, καὶ μαλακύνειν ξυμφέρει. τοῖσι δὲ γυμναζομένοισιν ὑπὸ τῶν ἀήθων πόνων, διὰ τάδε γίνεται. ὁκόταν μὴ πεπονήκῃ τὸ σῶμα, ὑγρὴν ἀνάγκη τὴν σάρκα εἶναι πρὸς τοῦτον τὸν τόπον, πρὸς ὃν μὴ εἴθισται πονέειν. ὥσπερ καὶ τῶν γυμνασίων, πρὸς ἕκαστα. τὴν μὲν οὖν σάρκα, ξυντήκεσθαι ἀνάγκη, καὶ ἀποκρίνεσθαι, καὶ συνίστασθαι, ὥσπερ τῷ προτέρῳ. ξυμφέρει δὲ θεραπεύεσθαι ὧδε. τοῖσι μὲν γυμνασίοισι χρῆσθαι τοῖσι συνήθεσιν, ὅκως τὸ ξυνεστηκὸς θερμαινόμενον λεπτύνηται, καὶ ἀποκαθαίρηται, καὶ τὸ ἄλλο σῶμα μὴ ὑγραίνηται, μηδ' ἀγύμναστον γένηται. τοῖσι δὲ λουτροῖσι τοῖσι θερμοῖσι, ξυμφέρει καὶ τοῦτον χρέεσθαι καὶ τῇ τρίψει ὁμοίως, ὡς καὶ τὸν πρόσθεν. τῆς δὲ πυριήσιος οὐδὲν δέεται. οἱ πόνοι γὰρ ἱκανοὶ θερμαίνοντες, λεπτύνειν καὶ ἀποκαθαίρειν τὸ συστάν. οἱ δὲ ἀπὸ τῶν συνήθων γυμνασίων πόνοι, τόνδε τὸν τρόπον γίνονται. ἀπὸ μὲν συμμέτρου πόνου, κόπος οὐ κινέεται. ὁκόταν δὲ πλείων τοῦ καιροῦ πόνος ᾖ, ὑπεξηραίνει τὴν σάρκα. κενωθεῖσα δὲ τοῦ ὑγροῦ, θερμαίνεται, καὶ ἀλγέει, καὶ φρίσσει, καὶ ἐς πυρετὸν καθίσταται μακρότερον, ἢν μή τις

CAPVT XII.

De exercitiorum accidentibus, veluti laßitudinibus.

AT de lassitudinibus, quæ in corporibus nascuntur, ad hunc se res habet modum. Homines quidem inexercitati ab omni labore lassantur. Nulla enim corporis pars ad vllum aliquem laborem exercitata est. Exercitata autem corpora, ab insuetis laboribus lassantur. Quædam verò etiam à consuetis exercitiis lassantur, si his supra modum vtantur. Et ea quidem sunt lassitudinum genera. Earum verò facultas sic habet. Nam non exercitati, humidam carnem habentes, quum laborauerint, calefacto corpore multam colliquationem dimittunt. Quod igitur exudauerit, aut cum corpore repurgatum fuerit, non ampliùs molestiam affert in corporis parte præter consuetudinem vacuata. Quod verò pòst secretionem intus remanet, huic molestiam exhibet, imò & ei parti, quæ humiditatem susceperit, neque enim corpori commodum est, sed infensum, Neque sanè in corporum carnes æquabiliter coit, sed in carnosas partes, ita vt his quidem, donec exeat, molestiam exhibeat. Nempe quum circuitum non habeat & quiescat, tum ipsum, tum ea, quæ irrumpunt, incalescunt. Si igitur copiosum fuerit quod secretum est, id quidem, quod sanum est, superat, ita vt totum corpus concalescat, & vehementem febrem inferat. Sanguine enim calefacto & attracto, ea quæ in corpore insunt, celerem circuitum faciunt, & tum reliquum corpus à spiritu purgatur, tum quod coaluit, incalescens attenuatur, simúlque ex carne in cutem foràs propellitur, idque sudor calidus vocatur. Hoc autem excreto, tum sanguis ad naturalem statum restituitur, tum febris remittit, & lassitudo sedatur, tertio præsertim die. Hanc autem lassitudinem hunc in modum curare oportet, fomentis & balneis calidis id quod coaluit dissoluendo, & violentis deambulationibus expurgando, ciborúmque paucitate & extenuatione carnis vacuationem cogendo, ac oleo leniter, ne violenter recalescat, confricando. Vnguentis etiam tum sudorem elicientibus, tum emollientibus inungere ac emollire confert. His verò qui exercentur, ab insuetis laboribus iccirco lassitudo contingit, quod quum corpus laboribus se non exercuerit, ea parte qua laborare non consueuit, carnem humidam esse necesse est, velut ad singulas exercitationes. Carnem igitur colliquefieri & secerni, ac in sese cogi velut in priore necesse est. Sic autem curari confert. Exercitationibus quidem assuetis vtendum, vt quod compactum est incalescens tenuetur ac depurgetur, neque reliquum corpus humectetur, neque inexercitatum maneat. Vtile est autem & hunc balneis calidis, ac frictione, vt & priorem, vti. Fomentis autem nihil opus est, labores enim calefaciendo, ad id quod coactum est tenuandum & depurgandum sufficiunt. A consuetis autem exercitiis labores hoc modo contingunt. A commoderato quidem labore nulla mouetur lassitudo. Quum verò maior quàm par sit labor fuerit, carnem supra modum exiccat, eáque humore vacuata, incalescit, & dolet, & horret, ac nisi quis rectè curet, ad diuturnam febrem

febrem deuenit. Oportet autem imprimis quidem balneo neque admodum multo, neque nimis calido lauari, deinde à balneo epoto molli vino, in cœna quam plurima & cuiusque generis edulia offerre, & potu aquoso, vino autem molli ac copioso vti. Postea diutius confricari dum venæ oppletæ turgescant. Mox vomat, & post modicam stationem, molliter dormiat. Postea per dies sex sensim ad cibos & labores consuetos ipsi redeundum, & in his ad consuetum tum cibum, tum potum deueniendum. Quæ curatio hancce habet facultatem, vt supra modum resiccatum corpus, citra excessum humectare queat. Si quidem igitur concederetur, laboris exuperantiam nosse quantacunque ea sit, cibi commoderatione mederi id bene haberet. Nunc verò illud quidem fieri non potest, hoc verò facile. Resiccatum namque corpus, à cuiusuis generis ingestis, sibi quod confert assumit, & vnaquæque corporis pars de singulis cibis; repletum verò & humectatum, vacuato per vomitionem ventriculo, rursus id quod exuperat dimittit. Ventriculus autem vacuus existens reuellit. Exuperantem igitur humiditatem caro eructat, commoderatam verò, non nisi per vim, aut labores, aut medicamenta, aut aliud quoddam reuulsionis genus demittit. Hac autem exhortatione sensim vsus placidam corpori diætam constituit.

A ἐκθεραπεύσῃ ὀρθῶς. χρὴ δὲ πρῶτον μὲν αὐτῷ τῷ λουτρῷ μὴ σφόδρα πολλῷ, μηδὲ θερμῷ ἄγαν λούεσθαι. εἶτα πίσας αὐτὸν ἐκ τοῦ λουτροῦ μαλακὸν οἶνον, δειπνεῖν ὡς πλεῖστα καὶ παντοδαπὰ σιτία, καὶ ποτῷ ὑδαρεῖ· οἴνῳ δὲ μαλακῷ χρέεσθαι πολλῷ. εἶτ' ἐντρῖψαι χρόνῳ πλέω, μέχρις ἂν αἱ φλέβες πληρωθεῖσαι ἀρθῶσιν. εἶτα δὴ ἐξεμεέτω, καὶ ἀναστάντα ὀλίγον, καθευδέτω μαλακῶς. εἶτα προσάγειν ἡσυχῇ, τοῖσι σιτίοισι, καὶ τοῖσι πόνοισι τοῖσι συνήθεσιν ἡμέρας ἕξ· ἐν ταύτῃσι δὲ καταστῆσαι ἐς τὸ συνήθες, καὶ σίτου, καὶ ποτοῦ. δύναμιν δὲ ἔχει ἡ θεραπείη, τοιήνδε· ἐξηρασμένον τὸ σῶμα ἐς ὑπερβολὴν, ἐξυγρῆναι δύναται ἄτερ ὑπερβολῆς. ἢν μὲν οὖν ᾖ δυ-
B νατὸν τὴν ὑπερβολὴν τοῦ πόνου γνῶναι ὁκόση τίς ἐστι, τοῦ σίτου τῇ συμμετρίῃ ἀκέσασθαι, καλῶς ἂν εἶχε. τοῦτο νῦν δὲ τὸ μὲν ἀδύνατον, τὸ δὲ ῥᾴδιον. ἐξηρασμένον γὰρ τὸ σῶμα τῶν ἐμπεσόντων παντοδαπῶν, ἀφ' ὧν λαμβάνει τὸ ξυμφέρον αὐτὸ ἐν ἑωυτῷ, ἕκαστον τοῦ σώματος ἑκάστου σίτου· πληρωθὲν δὲ καὶ ὑγρανθὲν κενωθείσης τῆς κοιλίης ὑπὸ τοῦ ἐμέτου, ἀφίησι πάλιν τὴν ὑπερβολήν. ἡ δὲ κοιλίη κενὴ ἐοῦσα ἀντισπᾷ. τὸ μὲν οὖν ὑπερβάλλον ὑγρὸν, ἐξερεύγεται ἡ σάρξ· τὸ δὲ σύμμετρον οὐκ ἀφίησιν, ἢν μὴ διὰ βίης, ἢ πόνων, ἢ φαρμάκων, ἢ ἄλλης τινὸς ἀντισπάσιος. τῇ δὲ προσαγωγῇ χρησάμενος, κατέστησε τῷ σώματι τὴν δίαιταν ἡσυχῇ.





ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ ΠΕΡΙ ΔΙΑΙΤΗΣ ΥΓΙΑΙΝΟΝΤΩΝ ΤΟ ΤΡΙΤΟΝ.

HIPPOCRATIS DE VICTVS RATIONE SANORVM LIBER TERTIVS.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΤΩΝ ΕΝ ΤΩι ΤΡΙΤΩι.

Τὴν τῆς προσφορᾶς τῆς διαίτης μέθοδον ἐκδιδάσκει· ὅτι χαλεπώτατόν ἐστι τὴν τοῖς πόνοις ἀνάλογον δίαιταν συγγράψαι· ἥτις δίαιτα καθ' ἑκάστην τὴν τοῦ ἐνιαυτοῦ ὥραν τοῖς πλουσίοις τε, καὶ τοῖς ἰδιώταις ἐπιτήδειος ἦ· περὶ τῶν πλησμονῶν τε καὶ κόπου, καὶ τῶν σημείων, καὶ τῆς θεραπείας αὐτῶν· περὶ διαρροιῶν, καὶ ἀπεψιῶν, καὶ τῆς ὄψιος ἀχροίας, καὶ ἐρυγμῶν, καὶ ἐμέτου τοῦ κόπρου, καὶ τῶν ἄλλων ὁμοίων.

ARGVMENTVM LIBRI TERTII.

Diætæ applicandæ methodum instituit; Quòd perarduum sit diætam præscribere, laboribus analogam; Quæ diæta singulis anni tempestatibus, tum diuitibus, tum plebi sit idonea; de repletionibus, lassitudine, earúmque signis, & curatione; de diarrhœis, cruditatibus, faciei decoloratione, ructibus, stercoris vomitione, & cæteris similibus.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Α'.

Τὴν τῆς διαίτης ἀνθρωπίνης διανόησιν προτίθησι.



ΕΡΙ διαίτης ἀνθρωπίνης, ὥσπερ μοι καὶ πρότερον εἴρηται, ξυγγράψαι μὲν οὐχ οἷόν τε ἐς ἀκριβείην, ὥστε πρὸς τὸ πλῆθος τοῦ σίτου, τὴν συμμετρίην ποιέεσθαι τῶν πόνων. πολλὰ γὰρ τὰ κωλύοντα. πρῶτον μὲν αἱ φύσιες τῶν ἀνθρώπων, διάφοροι ἐοῦσαι. καὶ γὰρ αἱ ξηραὶ αὐταὶ ἑωυτῶν πρὸς ἑωυτάς, καὶ πρὸς ἄλλα μᾶλλον καὶ ἧσσον, ξηραὶ καὶ ὑγραί· ὡσαύτως καὶ αἱ ἄλλαι πᾶσαι. ἔπειτα καὶ αἱ ἡλικίαι, μὴ τῶν αὐτῶν δεόμεναι. ἔτι δὲ καὶ τῶν χωρίων αἱ θέσιες, καὶ τῶν πνευμάτων αἱ μεταβολαί· τῶν τε ὡρέων αἱ μεταστάσιες, καὶ τοῦ ἐνιαυτοῦ αἱ καταστάσιες. αὐτῶν τε τῶν σίτων, πολλὴ διαφορή. πυροί τε γὰρ πυρῶν, καὶ οἶνος οἴνου, καὶ τἄλλα ὅσα διαιτεόμεθα πάντα διάφορα ἐόντα, ἀποκωλύει δυνατὸν εἶναι ἐς ἀκριβείην A

CAPVT PRIMVM.

Diætæ humanæ considerationem proponit.



E diæta humana, quemadmodum etiam antea à me dictum est, accuratè conscribere quidem nemo potest, ita vt ad ciborum copiam laborum commensuratio ac commoderatio adhibeatur. Multa enim sunt quæ prohibent. Primùm quidem differentes inter se hominum naturæ. Nam & quæ siccæ sunt, ipsæ inter se inuicem, & cum cæteris collatæ, magis & minùs siccæ sunt, & humidæ; ad eundémque modum & cæteræ omnes. Deinde etiam ætates quæ iisdem minimè indigent. Ad hæc verò & regionum positiones; ventorúmque mutationes; & tempestatum transmutationes, annique conditiones. Quin & inter cibos ipsos magna est differentia. Triticum enim à tritico, & vinum à vino differt, reliquáque omnia ex quibus victũ trahimus, quum diuersa existant, impediunt quò minùs quis ea de

re exactè scribere possit. Sed enim inuentæ à me sunt eorum quæ in corpore superant prænotiones, siue labores, cibos, siue cibi, labores superent, & vt singulis mederi oporteat, tum etiam sanis naturis prospicere, vti ne in morbos incidant: nisi quis magna admodum ac sæpe delinquat. Hæc autem medicamentis iam indigent; etsi sunt quædam quæ neque medicamentis iam sanari possunt. Quoad igitur fieri potuit, inuenta sunt à nobis quæ quàm maximè ad rem facerent, exactè verò à nemine.

A ξυγγράψαι. ἀλλὰ γὰρ αἱ προγνώσιες ἐξευρημέναι ἐμοὶ εἰσὶ τῶν ἐπικρατεόντων ἐν τῷ σώματι, ἤν τε οἱ πόνοι κρατέωσι τῶν σιτίων, ἤν τε τὰ σιτία τῶν πόνων, καὶ ὡς χρὴ ἕκαστα ἐξακέεσθαι, προκαταλαμβάνειν τε ὑγιείας τῆς φύσιος, μὴ προσπελάζειν τε τὰς νόσους, εἰ μή τις μεγάλα πάνυ ἐξαμαρτάνοι, καὶ πολλάκις. ταῦτα δὲ φαρμάκων δέεται ἤδη, ἔστι δ' ἅσσα οὐδ' ὑπὸ τῶν φαρμάκων δύναται ὑγιάζεσθαι. ὡς μὲν οὖν δυνατὸν εὑρεθῆναι ἔγγιστα τοῦ ὅρου, ἐμοὶ εὕρηται· τὸ δὲ ἀκριβὲς, οὐδενί.

CAPVT II.

Sanorum diætam quatuor anni tempestatibus accommodatam in genere describit.

PRimùm quidem igitur plerisque hominibus conscribam, ex quibus maximè vtilitatem capiant, qui cibis quibuslibet & laboribus necessariis, coactisque profectionibus vtuntur, tum qui maritimis negotiationibus ad victum parandum repertis occupantur, si plùs iusto incalescant, & magis quàm expediat refrigerentur, reliquáque victus ratione instabili vtantur. His sanè præsens victus ratio conducit. Annum quidem in quatuor partes omnibus ferè notas diuidunt, hyemem, ver, æstatem, & autumnum. Ac hyemem quidem à Vergiliarum occasu, ad Æquinoctium vernum. Ver autem ab Æquinoctio, ad Vergiliarum exortum. Æstatem, à Vergiliarum ortu, ad Arcturi exortum. Autumnum verò ab Arcturo, ad Vergiliarum occasum. Per hyemem igitur, vt anni tempori frigido & constricto te opponas, hac victus ratione vti conuenit. Primùm quidem semel tantum cibus sumendus, nisi quis aluum valdè siccam habeat. Sin minùs, parum prandendum. Cibis autem vtendum siccis, austeris, calefacientibus, ex toto collatis ac meracis. Pane quoque magis, & opsoniis assis potiùs quàm elixis vtendum. Potionibus item nigris, meracioribus, ac paucioribus. Oleribus autem quàm minimùm, præterquam calefacientibus & siccis. Succis etiam, ac sorbitionibus quàm minimum. Laboribus autem plurimis omnibus, cursibusque flexis, sensim accessione facta, & lucta cum oleo, à leuioribus adurgendo. Et deambulationibus quidem post exercitationes celeribus; à cœnâ verò tardis, in loco tepido. Matutinis etiam multis, ex leui initio, vehementer progrediendo, & leniter desinendo. Duro etiam cubili, & nocturnis itineribus vti, tum etiam funambulari, ac canibus venari confert. Hæc enim omnia extenuant & calefaciunt, iisque plurimis vtendum. Quum verò quis lauari velit, si quidem in palæstra laborauerit, frigida lauetur. Quod si alio quopiam labore vsus fuerit, calida magis confert. Vomitionibus autem post cibos cuiusuis generis, humidiores ter in mense vtantur;

 sicciores verò bis. A vomitionibus sensim per tres dies ad consuetum cibum deducendum, & sub id tempus leuioribus & paucioribus laboribus vtendum. A bubula & porcina carne, aut à quibusuis aliis, qui supra modum repletus est, vomat. Quin etiam ab vrentium, & dulcium, & pinguium minimè consuetorum repletione, vomere confert. Post ebrietatem quoque, & ciborum mutationem, locorúmque transmutationem, vomendum. Purum autem se frigori exponere oportet, præterquam à cibis, & exercitiis.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Β'.

B *Τὴν τῶν ὑγιαινόντων δίαιτην ταῖς τοῦ ἐνιαυτοῦ τέσσαρσιν ὥραις ἐπιτήδειον ξυγγράφει κατὰ γένος.*

ΠΡῶτον μὲν οὖν τοῖσι πολλοῖσι τῶν ἀνθρώπων συγγράψω, ἐξ ὧν μάλιστα ἂν ὠφελοῖντο, οἵτινες σιτίοισί τε προστυχοῦσι χρέονται, πόνοισί τε τοῖσιν ἀναγκαίοισιν, ὁδοιπορίῃσί τε τῇσι πρὸς ἀνάγκην, θαλασσουργίῃσί τε τῇσι πρὸς τὴν συλλογὴν εὑρεθείσῃσι τοῦ βίου· θαλπόμενοί τε παρὰ τὸ σύμφορον, ψυχόμενοί τε παρὰ τὸ ὠφέλιμον, τῇ τε ἄλλῃ διαίτῃ ἀκαταστάτῳ χρεόμενοι. τούτοισι δὴ ξυμφέρει ἐκ τῶν ὑπαρχόντων ὧδε διαιτᾶσθαι. C τὸν μὲν ἐνιαυτὸν ἐς τέσσαρα μέρεα διαιρέουσιν. ἅπερ μάλιστα γινώσκουσιν οἱ πολλοὶ, χειμῶνα, ἦρ, θέρος, φθινόπωρον. καὶ χειμῶνα μὲν ἀπὸ πλειάδων δύσιος, ἄχρι ἰσημερίης ἠαρινῆς. ἔαρ δὲ, ἀπὸ ἰσημερίης, μέχρι πλειάδων ἐπιτολῆς. θέρος, ἀπὸ πλειάδων, μέχρις ἀρκτούρου ἐπιτολῆς. φθινόπωρον δὲ, ἀπὸ ἀρκτούρου, μέχρι πλειάδων δύσιος. ἐν μὲν οὖν τῷ χειμῶνι ξυμφέρει πρὸς τὴν ὥρην, ψυχρήν τε καὶ ξυνεστηκυῖαν ὑπεναντιούμενον τοῖσι διαιτήμασιν, ὧδε χρέεσθαι. πρῶτον μὲν μονοσιτίῃσι χρὴ διάγειν, ἢν μὴ πάνυ ξηρὰν τις τὴν κοιλίην ἔχῃ. εἰ δὲ μὴ, μικρὸν ἀριστῆν. D τοῖσι δὲ διαιτήμασι χρέεσθαι, τοῖσι ξηροῖσι, καὶ αὐστηροῖσι, καὶ θερμαντικοῖσι, καὶ συγκομιστοῖσι, καὶ ἀκρήτοισιν. ἀρτοσιτέειν δὲ μᾶλλον, καὶ τοῖσιν ὄψοισι τῶν ὀπτῶν μᾶλλον, ἢ τοῖσιν ἑφθοῖσιν χρέεσθαι. καὶ τοῖσι πόμασι μέλασιν, ἀκρητεστέροισι, καὶ ἐλάσσοσι. λαχάνοισιν δὲ, ὡς ἥκιστα, πλὴν τοῖσι θερμαντικοῖσι καὶ ξηροῖσι· καὶ χυλοῖσι, καὶ ῥοφήμασιν, ὡς ἥκιστα. τοῖσι δὲ πόνοισι πολλοῖσιν ἅπασι, τοῖσί τε δρόμοισι καμπτοῖσιν ἐξ ὀλίγου προσάγοντα, καὶ τῇ πάλῃ ἐν ἐλαίῳ, μακρῇ, ἀπὸ κούφων προσαναγκάζοντα. τοῖσι μὲν περιπάτοισιν ἀπὸ τῶν γυμνασίων, E ὀξέσιν· ἀπὸ δὲ τοῦ δείπνου, βραδέσιν ἐν ἀλέῃ. ὀρθρίοισί τε πολλοῖσιν ἐξ ὀλίγου ἀρχόμενον, προσάγοντα σφοδρόν. ἀποπαύοντά τε ἡσυχῆ, καὶ σκληροκοιτίῃσι, καὶ νυκτοβατίῃσι, καὶ σχοινοβατίῃσι, καὶ κυνοδρομίῃσι χρέεσθαι συμφέρει. πάντα γὰρ ταῦτα, ἰσχναίνει, καὶ θερμαίνει. χρέεσθαί τε πλείω. ὁκόταν δὲ ἐθέλῃ λούεσθαι, ἢν μὲν ἐκπονήσῃ ἐν παλαίστρῃ, ψυχρὸν λουέσθω. ἢν δὲ ἄλλῳ τινὶ πόνῳ χρήσηται, τὸ θερμὸν ξυμφορώτερον. χρέεσθαι δὲ καὶ τοῖσιν ἐμέτοισι, τοὺς μὲν ὑγροτέρους, τρὶς τοῦ μηνὸς· τοὺς δὲ ξηροτέρους, δὶς ἀπὸ σιτίων παντοδαπῶν. ἐκ δὲ τῶν ἐμέτων, προσάγειν ἡσυχῇ πρὸς τὸ εἰθισμένον σιτίον ἐς ἡμέρας τρεῖς. F καὶ τοῖσι πόνοισι χρῆσθαι κουφοτέροισι καὶ ἐλάσσοσι, τοῦτον χρόνον. ἀπὸ δὲ βοείων, καὶ χοιρείων κρεῶν, ἢ τῶν ἄλλων ὅτι ἂν ὑπερβάλλῃ πλησσόμενον, ἐμέειν. καὶ ἀπὸ πυρωδέων, καὶ γλυκέων, καὶ λιπαρῶν ἀηθίστων πλησμονῆς, ἐμέειν συμφέρει. καὶ ἀπὸ μέθης, καὶ σίτων μεταβολῆς, καὶ χωρίων μεταλλαγῆς, ἐμέειν. διδόναι δὲ καὶ τῷ ψύχει, καθαρὸν ἑωυτὸν, πλὴν ἀπὸ τῶν σιτίων, καὶ γυμνασίων,

ἀλλ' ἔν τε τοῖσιν ὀρθρίοισι περιπάτοισιν, ὁκόταν ἄρξηται τὸ σῶμα διαθερμαίνεσθαι, καὶ τοῖσι δρόμοισι, καὶ ἐν τῷ ἄλλῳ χρόνῳ ὑπερβολὴν φυλασσόμενος. ἀγαθὸν γὰρ τῷ σώματι χειμάζεσθαι, ἢ γυμνάζεσθαι ἐν τῇ ὥρῃ. οὐδὲ γὰρ τὰ δένδρα μὴ χειμασθέντα ἐν τῇ ὥρῃ δύναται καρπὸν φέρειν, οὐδ' αὐτὰ ἐῤῥῶσθαι. χρέεσθαι δὲ καὶ τοῖσι πόνοισι πολλοῖσι ταύτην τὴν ὥρην ἐς ὑπερβολὴν, ἢν μὴ οἱ κόποι ἐγγίνωνται. τοῦτο τεκμήριον διδάσκω τοὺς ἰδιώτας. διότι τάδε οὕτως ἔχει, φράσω. τῆς ὥρης οὔσης ψυχρῆς καὶ συνεστηκυίης, παραπλήσια πέπονθε καὶ τὰ ζῶα. βραδέως οὖν ἀνάγκη διαθερμαίνεσθαι τὰ σώματα ὑπὸ τοῦ πόνου, καὶ τοῦ ὑγροῦ μικρόν τι μέρος ἀποκρίνεσθαι τοῦ ὑπάρχοντος. εἶτα τοῦ χρόνου ὅντινα μὲν πονέῃ, ἀποδέδοται ὀλίγος· ὅντινα δὲ ἀναπαύεται, πουλύς. ἡ μὲν γὰρ ἡμέρη βραχείη· ἡ δὲ νὺξ, μακρή. διὰ ταῦτα οὖν οὐκ ἔχει ὑπερβολὴν ὁ χρόνος, καὶ ὁ πόνος. χρὴ οὖν διὰ ταῦτα τὴν ὥρην ταύτην οὕτω διαιτῆσθαι, ἀπὸ πλειάδων δύσιος μέχρις ἡλίου τροπῶν, ἡμέρας τεσσαράκοντα τέσσαρας. περὶ δὲ τὴν τροπὴν, ἐν φυλακῇ ὅτι μάλιστα εἶναι, καὶ ἀπὸ τροπῆς ἡλίου, ἄλλας τοσαύτας ἡμέρας, τῇ αὐτῇ διαίτῃ χρέεσθαι. ἐπὴν δὲ ὥρη ἐπανάγῃ τὸν ζέφυρον, καὶ μαλακωτέρη γίνηται, δεῖ καὶ τῇ διαίτῃ μετὰ τῆς ὥρης ἕπεσθαι ἡμέρας πεντεκαίδεκα, ὅτε ἡ ἀρκτούρου ἐπιβολὴ, καὶ χελιδὼν ἤδη φέρεται. τὸν ἐχόμενον δὲ χρόνον, ποικιλώτερον ἤδη διάγειν μέχρις ἰσημερίης, ἡμέρας τριάκοντα δύο. χρὴ οὖν καὶ τοῖσι διαιτήμασι χρέεσθαι τῇ ὥρῃ διαποικίλλοντα, μαλακωτέροισι καὶ κουφοτέροισι, τοῖσί τε σιτίοισι, καὶ τοῖσι ποτοῖσι, καὶ πόνοισι προσάγοντα ἡσυχῇ πρὸς τὸ ἔαρ. ὁκόταν δὲ ἰσημερίη γίνηται ἤδη μαλακωτέρη, καὶ αἱ ἡμέραι μὲν μακρότεραι, αἱ νύκτες δὲ βραχύτεραι, καὶ ἡ ὥρη θερμή τε, καὶ ξηρὴ καθεστῇ, καὶ ἡ πρόοδος τρόφιμός τε καὶ ἄκρητος. δεῖ οὖν, ὥσπερ τὰ δένδρεα παρασκευάζονται ἐν ταύτῃ τῇ ὥρῃ αὐτοῖσιν ὠφελείην ἐς τὸ θέρος, οὐκ ἔχοντα γνώμην, αὔξησίν τε καὶ σκιήν· οὕτω καὶ τὸν ἄνθρωπον, ἐπεὶ γὰρ γνώμην ἔχει, τῆς σαρκὸς τὴν αὔξησιν δεῖ ὑγιηρὴν αὐτῷ παρασκευάζειν. χρὴ οὖν, ὡς μὴ ἐξαπίνης τὴν δίαιταν μεταβάλλειν, διελεῖν τὸν χρόνον ἐς μέρεα ἓξ, κατὰ ὀκτὼ ἡμέρας. ἐν μὲν οὖν τῇ πρώτῃ μοίρῃ χρὴ τῶν τε πόνων ἀφαιρέειν, καὶ τοῖσι λοιποῖσιν ὀξυτέροισι χρέεσθαι, τοῖσι δὲ σιτίοισι, μαλακωτέροισί τε, καὶ πόμασιν ὑδαρεστέροισι, καὶ λευκοτέροισι, καὶ τῇ πάλῃ σὺν ἐλαίῳ, ἐν τῷ ἡλίῳ χρέεσθαι. ἐν ἑκάστῃ δὲ τῇ ὥρῃ, ἕκαστα τῶν διαιτημάτων μεθιστάναι κατὰ μικρὸν, καὶ τῶν περιπάτων ἀφαιρέειν, τοὺς ἀπὸ τοῦ δείπνου, τοὺς πλείους· τῶν δὲ ὀρθρίων, ἐλάσσους. καὶ τῆς μάζης ἀντὶ τῶν ἄρτων προσίεσθαι, καὶ τῶν λαχάνων τῶν ἑφθῶν προσάγειν, καὶ τὰ ὄψα ἀνισάζειν τὰ ἑφθὰ τοῖσιν ὀπτοῖσι. λουτροῖσί τε χρέεσθαι, καὶ ἐναρίστην μικρὸν, ἀφροδισίοισί τε ἐλάσσοσι, καὶ τοῖσιν ἐμέτοισι τὸ μὲν πρῶτον ἐκ τῶν δύο ποιέεσθαι, εἶτα διὰ πλείονος χρόνου, ὅκως ἂν καταστήσῃ τε τὸ σῶμα σεσαρκωμένον καθαρῇ σαρκὶ, καὶ τὴν δίαιταν μαλακὴν ἐν τουτέῳ τῷ χρόνῳ, μέχρι πλειάδων ἐπιτολῆς. ἐν τούτῳ ἤδη θέρος, καὶ τὴν δίαιταν ἤδη χρὴ πρὸς τοῦτο ποιέεσθαι. χρὴ οὖν ἐπειδὰν πλειὰς ἐπιτείλῃ, τοῖσί τε σιτίοισι μαλακωτέροισι, καὶ ἐλάσσοσι χρέεσθαι· καὶ τῇ μάζῃ πλέον, ἢ τῷ ἄρτῳ, ταύτῃ δὲ προφυρητῇ ἀτριπτοτέρῃ. τοῖσι δὲ πόμασι μαλακοῖσι, λευκοῖσιν, ὑδαρέσιν· ἀρίστῳ δὲ ὀλίγῳ, καὶ ὕπνοισιν ἀπὸ τοῦ ἀρίστου βραχέσι, καὶ πλησμονῇσιν ὡς ἥκιστα. τῶν σιτίων τε καὶ ποτῶν, ἱκανῶς ἐπὶ τῷ σίτῳ χρέεσθαι.

A Sed & in matutinis deambulationibus, quum corpus incalescere cœperit, & in cursibus, reliquóque quouis tempore, exuperantia vitanda est. Hac enim tempestate corpori frigus sentire, quam exerceri magis confert. Neque enim arbores quæ hoc tempore frigora non senserunt, fructum ferre, aut satis valere possunt. Hac quoque tempestate laboribus etiam multis ad exuperantiam vtendum, nisi lassitudines contingant. Istud docebo plebeios argumentum, cúrque hæc ita se habeant aperiam. Quum hoc anni tempus frigidum & constrictum existat, consimilia etiam animalia patiuntur. Corpora igitur lentè ex labore incalescere, & humidi quod inest paruam B quandam portionem excerni necesse est. Deinde labori quidem temporis parum concessum est, quieti verò multum, quum dies quidem breuis sit, nox autem longa. Ideóque neque tempus, neque labor modum excedunt. Eam igitur ob causam hoc anni tempore, ista victus ratio instituenda est, à Vergiliarum occasu ad Solstitium vsque, diebus quadraginta quatuor. At circa solstitium, in custodia quàm maximè esse vtendum; & à solstitio, aliis totidem diebus, eadem victus ratione vti. Vbi autem tempestas fauonium adduxerit, & mollior extiterit, C victus quoque rationem cum tempestate sequi oportet, diebus quindecim, quum Arcturi exortus est, & hirundo aduenit. Sequens verò tempus, variè magis iam transigere oportet, ad Æquinoctium vsque, diebus duobus & triginta. Victus igitur ratione ad anni temporis varietatem molliore ac leuiore vtendum, & cibis, & potibus, & laboribus, sensim ad ver adducendo. Cum autem Æquinoctium iam mollius euaserit, diésque longiores, & noctes breuiores, annique tempestas calida & sicca constiterit; præsens etiam victus probè nutriens ac meracus esto. Quemadmodum igitur arbores, quum ratione careant, hac tempestate cibi comparant ad æstatis commoditatem, tum incrementum, tum vmbram; ita & homo, quum mente sit præditus, carnis incrementum salubre sibi comparare debet. Ne igitur victus ratio derepente immutetur, tempus in sex partes, per octo dies diuidendum. In prima itaque parte de laboribus detrahendum, reliquisque acutioribus vtendum, cibi quoque molliores exhibendi, & potiones aquosiores ac albidiores, & lucta cum oleo in sole vtendum. In singulis autem anni temporibus, vnaquæque E victus ratio paulatim transmutanda, & deambulationes à cœnâ plures detrahendæ, matutinæ verò pauciores. Maza quoque pro pane apponenda, & olera cocta exhibenda, opsoniáque elixa assis adæquanda. Balneis etiam vtendum, paruo prandio, & rebus venereis paucis, vomitiones quoque primùm quidem duobus interpositis diebus, deinde longiore interiecto tempore, faciendæ, quò & corpus ad puram carnem reducas, & victus rationem hoc tempore mollem instituas, ad Vergiliarum exortum. Tunc iam adest æstas, ad quam victus rationem instituere oportet. Quum F itaque Pleias iam exorta est, cibis mollioribus & paucioribus vtendum, deinde plùs maza quàm pane, eáque priùs subacta, & minimè intrita. Potibus autem mollibus, albis, aquosis, prandio modico, & somnis à prandio breuibus, & ciborum ac potionum repletionibus quàm minimis. In cibo potu quantum satis est vtendum.

Interdiu

Interdiu verò quàm minimum bibendum, nisi necessaria aliqua siccitate corpus detineatur. Oleribus coctis vtendum, æstuosis & siccantibus exceptis. Crudis quoque vtendum, calefacientibus & siccantibus exceptis. Ac vomitionibus, nisi siqua repletio insit, minimè vtendum, rebúsque venereis omnium minimè. Balneis verò tepidis vti licet. Poma verò quum pro natura humana valentiora sint, ab his fructibus abstinere præstat. Quòd si quis cum cibis vtatur, minimè deliquerit. Laboribus etiam, & cursibus circularibus exerceri oportet, diaulisque modicis multo tempore, & deambulationibus in vmbra. Lucta verò in puluere, quò minimum incalescat. Nam volutatio in puluere cursibus circularibus præstat. Refrigerant enim corpus humidum vacuando. A cœna minimè deambulandum, sed tantùm standum. Manè verò deambulationibus, vtendum. Soles vitandi & frigora tum matutina, tum vespertina, quæcunque à fluminibus, aut stagnis, aut niuibus spirant. In hac autem victus ratione ad solstitium æstiuum vsque perseuerandum, vti hoc tempore sicca omnia & calida, ac nigra, & meraca, ac panes detrahas, nisi si paulum quid voluptatis gratia exhibeas. Tempore verò sequenti, cibis vtatur mollibus, & humidis, & refrigerantibus & albis. ad Arcturi exortum & Æquinoctium, diebus tribus & nonaginta. Post Æquinoctium autem hoc modo victus rationem instituere oportet, per autumnum ad hyemem accedendo, ita vt frigorum ac teporis mutationes vestitu crasso deuites. Hoc verò tempore priùs in veste motu vtendum, frictionéque, & lucta cum oleo, sensim adiiciendo, & loco tepido deambulandum, calidáque lauandum, & somni diurni detrahendi; cibi etiam assumendi calidiores, minùs humidi, & puri; potus verò nigriores, molles tamen & non aquosi, olera autem minùs. Reliquáque omni victus ratione ita progrediendum, vt ab æstiuis demas, hybernis vtaris, non ad summum, quò quàm proximè ad hybernam victus rationem deuenias, per dies duodequinquaginta, ad Vergiliarum occasum ab Æquinoctio. Atque ista quidem plerisque hominibus suadeo, quibus temerè vitam degere necesse est, neque licet reliquis posthabitis suæ ipsorum sanitatis curam habere. Qui verò ita sunt comparati, sibique in animum induxerunt, neque pecuniarum, neque corporis, neque vllius rei vtilitatem, citra sanitatem æstimandam esse, iis à me inuenta est victus ratio, quæ quoad eius fieri potest maximè ad veritatem accedit. Hanc itaque procedente oratione demonstrabo.

CAPVT III.

Diætæ sanorum errores cognoscere variis repletionum generibus docet. De repletionis primæ signis, atque cura.

Atque ista inuentio mihi quidem inuentori pulchra est; vtilis verò discentibus, à nullo adhuc antea tentata, & quam ad alia omnia plurimi æstimo. Est autem prænotio antè quàm ægrotent, & affectus corporum dignotio, vtrum cibi labores, an cibos labores superent, an moderatè inter se habeant. Quodcunque enim superetur, ex eo morbi contingunt, ex mutua verò inter se

A δι' ἡμέρης δὲ, ὡς ἥκιστα πίνειν, ἢν μὴ ἀναγκαίῃ τινὶ ξηρασίῃ τὸ σῶμα χρήσηται. χρέεσθαι δὲ τοῖσι λαχάνοισι τοῖσιν ἑφθοῖσι, πλὴν τῶν καυσωδέων καὶ ξηρῶν. χρέεσθαι δὲ καὶ τοῖσιν ὠμοῖσι, πλὴν τῶν θερμαντικῶν καὶ ξηρῶν. ἐμέτοισι δὲ, ἢν μή τις πλησμονὴ ἐγγένηται, μὴ χρέεσθαι, τοῖσι δὲ ἀφροδισίοισιν, ὡς ἥκιστα. λουτροῖσι δὲ χλιεροῖσι χρέεσθαι. ἡ δὲ ὀπώρη, ἰσχυρότερον τῆς ἀνθρωπίνης φύσιος, βέλτιον οὖν ὀπωρέων ἀπέχεσθαι. εἰ δὲ χρῷτό τις μετὰ τῶν σιτίων χρεόμενος, ἥκιστ' ἂν ἐξαμαρτάνοι. τοῖσί τε πόνοισι, τοῖσί τε δρόμοισι, χρὴ γυμνάζεσθαι, καὶ διαύλοισιν ὀλίγοισι πολὺν χρόνον, καὶ τοῖσι περιπάτοισιν ἐν σκιῇ. B τῇ τε πάλῃ, ἐν κόνει, ὅκως ἥκιστα ἐκθερμαίνηται. ἡ γὰρ ἀλίνδησις βέλτιον, ἢ οἱ δρόμοι. ψύχουσι γὰρ τὸ σῶμα, κενοῦντες τοῦ ὑγροῦ. ἀπὸ δείπνου τε μὴ περιπατέειν, ἀλλ' ἢ ὅσον ἐξαναστῆναι. πρωῒ δὲ χρέεσθαι τοῖσι περιπάτοισιν. ἡλίους δὲ φυλάσσειν καὶ τὰ ψύχεα, τά τε ἐν πρωῒ, καὶ τὰ ἐν τῇ ἑσπέρῃ, ὁκόσα ποταμοὶ, ἢ λίμναι, ἢ χιόνες ἀποπνέουσι. ταύτῃ δὲ τῇ διαίτῃ προσανεχέτω, μέχρις ἡλίου τροπέων. ὅκως ἐν τουτέῳ τῷ χρόνῳ ἀφαιρήσῃ πάντα ὁκόσα ξηρὰ, καὶ θερμὰ, καὶ μέλανα, καὶ ἄκρητα, καὶ τοὺς ἄρτους, πλὴν εἴ τι μικρὸν ἡδονῆς παρέχειν εἵνεκα. τὸν ἐχόμενον δὲ χρόνον διαιτήσεται τοῖσι μαλακοῖσι, C καὶ ὑγροῖσι, καὶ ψυκτικοῖσι, καὶ λευκοῖσι, μέχρις ἀρκτούρου ἐπιτολῆς, καὶ ἰσημερίης, ἡμέρας ἐνενήκοντα τρεῖς. ἀπὸ δὲ ἰσημερίης, ὧδε χρὴ διαιτῆσθαι, προσάγοντα πρὸς τὸν χειμῶνα ἐν τῷ φθινοπώρῳ, φυλασσόμενον τὰς μεταβολὰς τῶν ψυχέων, καὶ τῆς ἀλέης, ἐσθῆτι παχείῃ. χρέεσθαι δὲ ἐν τουτέῳ τῷ χρόνῳ, ἐν ἱματίῳ προκινήσαντα· τῇ τε τρίψει, καὶ τῇ πάλῃ ἐν ἐλαίῳ ἡσυχῇ προσάγοντα, καὶ τοὺς περιπάτους ποιέεσθαι ἐν ἀλέῃ. θερμολουσίῃ τε χρέεσθαι, καὶ τοὺς ἡμερινοὺς ὕπνους ἀφαιρέειν, καὶ τοῖσι σιτίοισι θερμοτέροισι, καὶ ἧσσον ὑγροῖσι, καὶ καθαροῖσι, καὶ τοῖσι πόμασι μελαντέροισι, μαλακοῖσι δὲ καὶ μὴ ὑδαρέσι, τοῖσί τε λαχάνοισιν ἧσσον. D τῇ τε ἄλλῃ διαίτῃ προσάγειν πάσῃ τῶν θερινῶν ἀφαιρεῦντα, τοῖσι χειμερινοῖσι χρέεσθαι μὴ ἐς ἄκρον. ὅκως καταστήσῃ, ὡς ἔγγιστα τῆς χειμερινῆς διαίτης, ἐν ἡμέρῃσι δυοῖν δεούσαιν, ἢ πεντήκοντα, μέχρι πλειάδων δύσιος ἀπὸ ἰσημερίης. ταῦτα μὲν παραινέω τῷ πλήθει τῶν ἀνθρώπων, ὁκόσοισιν ἐξ ἀνάγκης εἰκῆ τὸν βίον διατελέειν ἐστὶ, μηδὲ ὑπάρχει αὐτέοισι τῶν ἄλλων ἀμελήσαντας τῆς ἑαυτῶν ὑγιείης ἐπιμελέεσθαι. οἷσι δὲ τοῦτο παρεσκεύασται καὶ διέγνωσται, ὅτι οὐδὲν ὄφελός ἐστιν, οὔτε χρημάτων, οὔτε σώματος, οὔτε τῶν ἄλλων οὐδενὸς, ἄτερ τῆς E ὑγιείης, πρὸς τουτέους ἐστί μοι δίαιτα ἐξευρημένη, ὡς ἀνυστὸν πρὸς τὸ ἀληθέστατον τῶν δυνατῶν προσηγμένη. ταύτην μὲν οὖν προϊόντι τῷ λόγῳ δηλώσω.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Γ'.

Τὰ τῶν ὑγιαινόντων ἁμαρτήματα τοῖς διαφόροις τῶν πληρώσεων γένεσι διαγινώσκειν διδάσκει. περὶ τῶν τῆς πρώτης πλησμονῆς τεκμηρίων τε καὶ θεραπείας.

Τόδε δὲ τὸ ἐξεύρημα, καλὸν μὲν ἐμοὶ τῷ εὑρόντι, ὠφέλιμον δὲ τοῖσι μαθοῦσιν. οὐδεὶς δὲ κω τῶν προτέρων, οὐδὲ F ἐπεχείρησε ξυνθεῖναι, ὃ πρὸς ἅπαντα τὰ ἄλλα πολλοῦ κρίνω εἶναι ἄξιον. ἔστι προδιάγνωσις μὲν πρὸ τοῦ κάμνειν, διάγνωσις δὲ τῶν σωμάτων, τί πέπονθε. πότερον τὸ σιτίον κρατέει τοὺς πόνους, ἢ οἱ πόνοι τὰ σιτία. ἢ μετρίως ἔχει πρὸς ἄλληλα. ἀπὸ μὲν γὰρ τοῦ κρατέεσθαι ὁκότερον οὖν, νοῦσοι ἐγγίνονται. ἀπὸ δὲ τοῦ ἰσάζειν

πρὸς ἄλληλα, ὑγιείη πάρεστιν. ἐπὶ ταῦτα δὴ τὰ εἴδεα ἐπέξειμι, καὶ δείξω ὁκοῖα γίνεται τοῖσιν ἀνθρώποισιν ὑγιαίνειν δοκέουσι, καὶ ἐσθίουσί τε ἡδέως, πονέειν τε δυναμένοισι, καὶ σώματος καὶ χρώματος ἱκανῶς ἔχουσιν. αἱ ῥῖνες ἄτερ προφάσιος φανερῆς, ἐμπλήσσονται ἀπὸ τοῦ δείπνου. καὶ δοκέουσι μὲν πλήρεες εἶναι, μύσσονται δὲ οὐδέν. ὁκόταν δὲ περιπατεῖν ἄρξωνται τοῦ ὄρθρου, καὶ γυμνάζεσθαι, τότε μύσσονται καὶ πτύουσι. καὶ προϊόντος τοῦ χρόνου, καὶ τὰ βλέφαρα βαρέα ἴσχουσι. καὶ τὸ μέτωπον ξυσμὴ λαμβάνει. τῶν τε σιτίων ἀπέχονται. καὶ πίνειν ἧσσον δύνανται, ἀχροίη τε τουτέοισιν ἢ χροιὴ γίνεται. καὶ ἢ κατάρροοι κινέονται, ἢ πυρετοὶ φρικώδεες, καθ᾽ ὅ,τι ἂν τύχῃ τοῦ χρόνου ἡ πλησμονὴ κινηθεῖσα. ὅ,τι δ᾽ ἂν τύχῃ ποιήσας κατὰ τοῦτον τὸν καιρὸν, τοῦτο αἰτιῆται οὐκ αἴτιον ἐόν. τουτέῳ γὰρ κρατεῦνται τὰ σιτία ὑπὸ τῶν πόνων, κατὰ μικρὸν ξυλλεγομένη ἡ πλησμονὴ, ἐς νοῦσον ἤγαγεν. ἀλλ᾽ οὐ χρὴ περιΐεσθαι μέχρι τουτέου, ἀλλ᾽ ὁκόταν γνῷ τὰ πρῶτα τῶν τεκμηρίων, εἰδέναι ὅτι κρατέει τὰ σιτία τοὺς πόνους, κατὰ μικρὸν ξυλλεγόμενα, πλησμονή ἐστι. μύξαι γὰρ καὶ σίελα, πλησμονῆς ἐστι κρίσις. ἀτρεμίζοντος μὲν δὴ τοῦ σώματος, φράσσουσι τοὺς πόρους τοῦ πνεύματος, πολλῆς ἐνεούσης τῆς πλησμονῆς. θερμαινόμενον δὲ ὑπὸ τοῦ πόνου, ἀποκρίνεται λεπτυνόμενον. χρὴ δὲ τὸν τοιοῦτον ἐκθεραπευθῆναι ὧδε. διαπονήσαντα ἐν τοῖσι γυμνασίοισι τοῖσιν εἰθισμένοισιν ἀκόπως, θερμῷ λουσάμενον, σιτίσαι παντοδαποῖσι, καὶ ποιῆσαι ἐμέσαι. ἐκ δὲ τοῦ ἐμέτου, κλύσαι τὸ στόμα καὶ τὴν φάρυγγα οἴνῳ αὐστηρῷ, ὅκως ἂν συστρυφνῇ τὰ στόματα τῶν φλεβῶν, καὶ μηδὲν ἐπικατασπασθῇ, ὁκοῖα γίνεται ἀπὸ ἐμέτων. εἶτα ἀναστὰς, περιπατησάτω ἐν ἀλέῃ ὀλίγα. ἐς δὲ τὴν ὑστεραίην, τοῖσι μὲν περιπάτοισι χρέεσθω. τοῖσι δὲ γυμνασίοισιν, ἐλάσσοσι καὶ κουφοτέροισιν, ἢ πρόσθεν. καὶ ἀνάριστος διαγέτω ἢν θέρος ᾖ. ἢν δὲ μὴ θέρος ᾖ, μικρὸν ἐπιφαγέτω. καὶ τοῦ δείπνου ἀφελεῖν τὸ ἥμισυ, οὗ ἤθελε δειπνεῖν. τῇ δὲ τρίτῃ τοὺς μὲν πόνους ἀποδότω τοὺς εἰθισμένους πάντας, καὶ τοὺς περιπάτους. τοῖσι δὲ σιτίοισι προσαγέτω ἡσυχῇ, ὅκως τῇ πέμπτῃ ἀπὸ τοῦ ἐμέτου κομίσηται τὸ σιτίον τὸ εἰθισμένον. κἢν μὲν ἀπὸ τουτέου ἱκανῶς ἔχῃ, θεραπευέσθω τὰ ἐπίλοιπα τοῖσι μὲν σιτίοισιν, ἐλάσσοσι. τοῖσι δὲ πόνοισι, πλείοσιν. ἢν δὲ μὴ καθιστήκῃ τὰ τεκμήρια τῆς πλησμονῆς, διαλιπὼν δύο ἡμέρας ἀφ᾽ ἧς ἐκομίσατο τὰ σιτία, ἐμεσάτω πάλιν, καὶ προσαγέτω κατὰ τὰ αὐτά. ἢν δὲ μὴ καὶ ἐκ τρίτου, μέχρις ἂν ἀπαλλαγῇ τῆς πλησμονῆς.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Δ'.

Περὶ διαγνώσεώς τε καὶ θεραπείας τῆς δευτέρας, καὶ τρίτης, καὶ τετάρτης πλησμονῆς.

Εἰσὶ δέ τινες τῶν ἀνθρώπων, οἵτινες ὁκόταν κρατέωνται οἱ πόνοι ἀπὸ τῶν σιτίων, τοιαῦτα πάσχουσιν. ἀρχομένης μὲν τῆς πλησμονῆς, ὕπνοι μακροὶ καὶ ἡδέες αὐτέοισιν ἐπιγίνονται. καὶ ἐπὶ τῆς ἡμέρης ἐπικοιμῶνται. ὁ δὲ ὕπνος γίνεται τῆς σαρκὸς ὑγρανθείσης, καὶ χεῖται τὸ αἷμα, καὶ γαληνίζει διαχεόμενον τὸ πνεῦμα. ὁκόταν δὲ μὴ δέχηται ἔτι τὸ σῶμα τὴν πλησμονὴν, ἀπόκρισιν ἤδη ἀφίησιν ἔσω ὑπὸ βίης τῆς περιόδου, ἥτις ὑπεναντιουμένη τῇ τροφῇ, τῇ ἀπὸ τῶν σιτίων, ταράσσει τὴν ψυχήν. οὐκ ἔτι κατὰ τοῦτον τὸν χρόνον ἡδεῖς οἱ ὕπνοι, ἀλλ᾽ ἀνάγκη ταράσσεσθαι τὸν ἄνθρωπον, καὶ δοκέει μάχεσθαι. ὁκοῖα γὰρ ἂν πάσχῃ τὸ σῶμα, τοιαῦτα ὁρῇ ἡ ψυχὴ, κρυπτομένης τῆς ὄψιος. ὁκόταν οὖν ἐς τοῦτο ἥκῃ ὁ ἄνθρωπος, ἐγγὺς ἤδη τοῦ κάμνειν ἐστίν. ὅ,τι δὲ ἕξει τὸ νόσημα, μάλα δῆλον. ὁκοῖα γὰρ

A æquabilitate, sanitas adest. Ad has sanè species aggrediar, & aperiam quænam iis contingant, qui sibi sani esse videntur, & iucundè comedunt, ac laborare queunt, ac tum corporis tum coloris habent satis. Nares à cœnâ citra causam manifestam implentur, etsi plenæ esse videntur, nihil tamen emungunt. Quum verò manè deambulare & exerceri cœperint, tunc emungunt & spuunt, procedentéque tempore palpebras etiam graues habent, frontem pruritus occupat, cibis abstinent, ac bibere minùs possunt, & color his fit decolor, & aut catarrhi, aut febres horrificæ excitantur quocumque tempore repletionem
B commoueri contigerit. Eo autem tempore quicquid forte fecerit, in id culpam ac causam reiicit, quum minimè causa sit. In hoc enim sensim collecta repletio morbum inuexit, quòd cibi labores superent. Verùm non oportet eò vsque differre, sed quum prima signa nouerit, scire, quòd quum cibi labores superant, paulatim collecta repletio existit. Mucus enim & saliua repletionis sunt indices, quæ quiescente quidem corpore, spiritus meatus opplent quum multa insit repletio, quod verò labore incalescit, extenuatum excernitur. Hunc autem ita curare oportet. Exer-
C citatum consuetis exercitiis citra lassitudinem, calidáque lotum, cibis omnis generis explere, ac vomitionem ciere *decet*. A vomitu verò os & fauces vino austero colluat, quò venarum oscula constringantur, nihílque conuellatur, velut ex vomitionibus contingere solet. Deinde vbi surrexerit, loco tepido modicè deambulet. Postridie verò deambulationibus quidem vtendum; exercitationibus tamen paucioribus & leuioribus quàm anteà; & si æstas fuerit, impransus degat; si verò æstas non sit, & de cœnâ quam sumere solebat, dimidum detrahat. Tertio autem die labo-
D res quidem consuetos omnes & deambulationes obeat, sed ad cibos sensim adducatur, vti quinto die post vomitionem consuetus cibus assumatur. Quòd si inde satis bene habuerit, de cætero paucioribus quidem cibis, laboribus verò pluribus curetur. Si verò plenitudinis signa minimè quieuerint, duobus ab eo quà cibos consuetos assumpsit, intermissis diebus, rursus vomat, & ad eosdem cibos sensim deducatur. Sin minus, etiam tertio idem repete, quoad plenitudine liberetur.

CAPVT IV.

E *De repletionis secundæ, tertiæ, & quartæ dignotione & curatione.*

AT quidam sunt homines, qui vbi labores à cibis superantur, talia patiuntur. Incipiente quidem repletione, somni longi & suaues ipsis obueniunt, & interdiu etiam dormiunt. Fit autem somnus humectata carne, & funditur sanguis, spiritus diffusus tranquillitatem habet. Quum verò corpus plenitudinem ampliùs capere non potest, circuitus violentia secretionem intrò iam remittit, quæ alimento à cibis prouenienti occurrens,
F animam perturbat. Quo tempore non ampliùs suaues sunt somni, sed hominem perturbari necesse est, ac pugnas mouere videtur. Qualiacunque enim patitur corpus, talia videt anima abdita visione. Quum igitur eò deuenerit homo, prope iam est vt ægrotet. Quod autem morbum habiturus sit, admodum est manifestum. Qualis enim

secretio

secretio venerit, & quamcunque partem superauerit, eam morbo afficiet. Verùm non oportet imprudentem id differre, sed quum prima signa cognouerit, curationem aggredi; & huc sanè veluti priorem curare, longiori autem tempore, & exquisita inediâ opus habet. Sunt autem etiam talia plenitudinis signa. Quibusdam totum quidem corpus dolet; quibusdam verò corporis pars quædam, quæcunque ea fuerit. Dolor verò est vti lassitudo & lassitudine teneri sibi videntur; otióque & repletione curantur, quoad in febrem incidant. Ac nondum id adhuc cognoscunt, sed balneis, ac cibis vtentes, morbum ad peripneumoniam deducunt, & in extremum periculum deueniunt. Verùm antequam in hos morbos incidant, consilio prospiciendum, & ad hũc modum curandum; præcipuè quidem mollibus fomentis hominem fouendo; sin minùs, multa calida lauando, & corpus quàm maximè dissoluendo, & post exhibitos cibos, primùm quidem acres ac plurimos, deinde salsos, probè vomitum ciendo. Postea exurgat, modicóque tempore loco tepido deambulet, deinde dormiat. Manè verò deambulationibus paulatim adiectione facta vtendum, exercitationibúsque leuioribus, & ciborum oblationibus, velut antea. Extenuatione autem plurima, & deambulationibus indiget. Si verò non adhibita prouidentia, in febrem inciderit, per dies tres præter aquam nil offerendum. Interea igitur si sedetur, bene habet, sin minus, prisanæ succo curandus est, & vel quarto, vel septimo die decedet, si sudauerit. Bonum verò est sub crises illitionibus sudorem mouentibus vti, ad sudorem enim prouocant. At quidam etiam ex plenitudine hæc perpetiuntur. Caput iis dolet & grauatur, palpebræque ipsis à cœnâ concidunt, & inter dormiendum turbantur, calórque inesse videtur, & aluus interdum sistitur. Quum autem venere vsus est, leuior statim sibi videtur, at postea magis grauatur. In his caput plenitudinem ad se attrahens, tum aluum supprimit, tum ipsum grauatur. Pericula autem imminent, ne quo plenitudo eruperit, id ipsum corrumpat. Sed hac ratione prouidendum. Si celerem curationem facere velit, veratro purgandus est, deinde cibi leues & molles, ad dies decem offerendi, iique aluum deiicientes, quò aluus inferior, deorsum reuellendo caput superet. Cursibus tardis & matutinis, ac deambulationibus conuenientibus, vtendum; luctáque ex oleo & prandio, somnóque à prandio non longo, à cœnâ verò tantùm exurgere satis est. Et partim quidem balnea, partim verò vnctionibus vtendum, balneis autem tepidis, à coitu autem abstinendum. Hæc quidem expeditior est curatio. Quòd si medicamentorum potiones sumere nolit, multa calida lotus, à cibis dulcibus & salsis vomat; à vomitu verò vt exurgat satis est. Matutinæ autem deambulationes, & exercitationes præscriptæ, ad dies sex, sensim augendæ. Die verò septimo addita repletione, ex similibus cibis vomitus mouendus est, & ad eundem modum *sensim* adiectio facienda. His autem ad quatuor hebdomadas vtendum. Tanto enim maximè tempore restituitur. Deinde cibi exhibendi quò corpus reficiatur, & diæta ad consuetum morem paulatim reducenda.

A ἂν ἔλθῃ ἀπόκρισις, καὶ ὅπου ἂν κρατήσῃ, τοῦτο ἐνόσησεν. ἀλλ' οὐ χρὴ προΐεσθαι τὸν ἀφραινέοντα, ἀλλ' ὁκόταν ἐπιγνῷ τὰ τεκμήρια, τῶν πρώτων τῆς θεραπείης ἔχεσθαι, καὶ δὴ τοῦτον, ὥσπερ τὸν πρότερον ἐκθεραπευθῆναι. πλείονος δὲ χρόνου, καὶ λιμοκτονίης δέεται. ἔστι δὲ καὶ τοιάδε τὰ τεκμήρια πλησμονῆς. ἀλγέει τὸ σῶμα οἷς μὲν ἅπαν, οἷς δὲ μέρος τι τοῦ σώματος, ὅ, τι ἂν τύχῃ. τὸ δὲ ἄλγος ἐστὶν, ὁκοῖον κόπος, καὶ δοκέουσι κοπιῆν. ῥαθυμίῃσί τε καὶ πλησμονῇσι θεραπεύονται μέχρις ἂν ἐς πυρετὸν ἀφικνῶνται. καὶ οὐδέπω οὐδὲ τοῦτο γινώσκουσιν, ἀλλὰ λουτροῖσί τε, καὶ σιτίοισι χρησάμενοι, ἐς περιπλευμονίην κατέστησαν τὸ νούσημα. καὶ ἐς κίνδυνον τὸν ἔσχατον ἀφικνέονται. ἀλλὰ

B χρὴ προμηθέεσθαι πρὶν ἂν ἐς τὰς νούσους ἀφικνέωνται, καὶ θεραπεύεσθαι τῷδε τῷ τρόπῳ. μάλιστα μὲν πυριηθέντα μαλακῇσι πυρίῃσι τὸν ἄνθρωπον. εἰ δὲ μὴ, λουσάμενον πολλῷ καὶ θερμῷ, διαλύσαντα τὸ σῶμα, ὡς μάλιστα, χρησάμενον τοῖσι σιτίοισι, πρῶτον μὲν τοῖσι δριμέσι καὶ πλείστοισιν. εἶτα τοῖσιν ἁλυκοῖσιν, ἐξεμέσαι εὖ. καὶ ἐξαναστάντα περιπατῆσαι ὀλίγον χρόνον ἐν ἀλέῃ. ἔπειτα καταδαρθεῖν. πρωῒ δὲ τοῖσι περιπάτοισιν ἐξ ὀλίγου προσάγοντα χρέεσθαι, καὶ τοῖσι γυμνασίοισι κούφοισι, καὶ τῇσι προσαγωγῇσι, καθάπερ καὶ τὸ

C πρότερον. ἰσχνασίης δὲ τοῦτο πλείστης δέεται, καὶ περιπάτων. ἢν δὲ μὴ προνοηθεὶς ἐς πυρετὸν ἀφίκηται, προσφέρειν μηδὲν ἄλλο, ἀλλ' ἢ ὕδωρ ἡμερέων τριῶν. ἢν μὲν οὖν ἐν ταύτῃ παύσηται, καλῶς ἔχει. εἰ δὲ μὴ, πτισάνης χυλῷ θεραπευέσθω, καὶ ἢ τεταρταῖος, ἢ ἑβδομαῖος ἐκστήσεται, εἰ ἐξιδρώσει. ἀγαθὸν δὲ τοῖσι χρίσμασι χρέεσθαι τοῖσιν ἱδρωτικοῖσιν, ὑπὸ τὰς κρίσιας· ἐξαναγκάζουσι γάρ. πάσχουσι δέ τινες, καὶ τοιάδε ἀπὸ πλησμονῆς. τὴν κεφαλὴν ἀλγέει, καὶ βαρύνεται. καὶ τὰ βλέφαρα πίπτει αὐτέοισιν ἀπὸ τοῦ δείπνου. ἔν τε τοῖς ὕπνοις ταράσσονται, καὶ δοκέει θέρμη ἐνεῖναι, ἥ τε κοιλίη ἐφίσταται ἐνίοτε.

D ὁκόταν δὲ ἀφροδισιάσῃ, δοκέει κουφότερος εἶναι ἐς τὸ παραυτίκα. ἐξ ὑστέρου δὲ μᾶλλον βαρύνεται. τούτοισιν ἡ κεφαλὴ τὴν πλησμονὴν ἀντισπῶσα, τήν τε κοιλίην ἐφίστησι, καὶ αὐτὴ βαρύνεται. κίνδυνοι δὲ ὑπόκεινται, ὅκη ἂν ῥαγῇ ἡ πλησμονὴ τοῦτο διαφθείρει, ἀλλὰ χρὴ προμηθέεσθαι ὧδε. ἢν βούληται τὴν θεραπείην ταχείην ποιέεσθαι ἐλλεβόρῳ καθαρθῆναι. εἶτα προσάγειν τοῖσι σιτίοισι κούφοισι καὶ μαλακοῖσιν, ἡμέρας δέκα. τοῖσι δὲ σιτίοισι διαχωρητικοῖσιν, ὅκως κρατήσῃ ἡ κάτω κοιλίη, τὴν κεφαλὴν κάτω ἀντισπάσασα. καὶ τοῖσι δρόμοισι βραδέσι, καὶ τοῖσιν ὀρθρίοισι, καὶ τοῖσι περιπάτοισιν ἱκνουμένοισι. τῇ τε ἐν ἐλαίῳ

E πάλῃ, ἀρίστῳ τε χρέεσθαι, καὶ ὕπνῳ ἀπὸ τοῦ ἀρίστου οὐ μακρῷ. ἀπὸ τοῦ δείπνου δὲ, ὅκοσον ἐξαναστῆναι ἱκανόν. καὶ τὸ μὲν λούεσθαι, τὸ δὲ χρίεσθαι· λούεσθαι δὲ χλιερῷ, λαγνείης δὲ ἀπέχεσθαι. αὕτη μὲν ἡ ταχυτέρη θεραπείη. εἰ δὲ μὴ βούλοιτο φαρμακοποτέειν, λουσάμενον πολλῷ, ἐμέσαι ἐκ σιτίων γλυκέων καὶ ἁλυκῶν. ἐξ ἐμέτου δὲ, ὅσον ἐξαναστῆναι. πρωῒ δὲ, τοῖσι περιπάτοισι προσάγειν. καὶ τοῖσι γυμνασίοισι τοῖσι προγεγραμμένοισιν, ἐς ἡμέρας ἕξ. τῇ δὲ ἑβδόμῃ, πλησμονὴν προσθέντα, ἔμετον ποιήσασθαι, ἀπὸ τῶν ὁμοίων σιτίων. καὶ προσάγειν κατὰ τὸ αὐτό. χρέεσθαι δὲ τούτοισιν, ἐπὶ τέσσαρας ἑβδομά-

F δας. μάλιστα γὰρ ἐν τοσούτῳ χρόνῳ καθίσταται. εἶτα προσάγειν ὅκως τὸ σῶμα κομίσηται. καθιστάναι δὲ τὴν δίαιταν ἐς τὸ σύνηθες κατὰ μικρόν.

A

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ε'.

Περὶ τῆς διαγνώσιος, καὶ θεραπείας τῆς πέμπτης τε, καὶ τῆς ἕκτης, καὶ τῆς ἑβδόμης πλησμονῆς.

Γίνεται δὲ καὶ τοιάδε ἀπὸ πλησμονῆς. ὁκόσοισι μὲν ἡ κοιλίη καταπέσσει τὸ σιτίον, αἱ δὲ σάρκες μὴ δέχονται, ἐμμένουσα ἡ τροφὴ, φῦσαν ἐμποιέει· ὁκόταν δὲ ἀριστήσῃ, καθίσταται. ὑπὸ γὰρ τοῦ ἰσχυροτέρου, τὸ κουφότερον ἐξελαύνεται, καὶ δοκέουσιν ἀπηλλάχθαι. τὸ δὲ πολὺ πλέον, ἐς τὴν ὑστεραίην παραγίνεται. ὁκόταν δὲ καθ' ἡμέρην ἑκάστην αὐξανόμενον ἰσχυρὸν γένηται, ἐκράτησε τὸ ὑπάρχον τῶν ἐπεισενεχθέντων, καὶ ἐξεθέρμηνε, καὶ ἐτάραξεν ἅπαν τὸ σῶμα, καὶ ἐποίησε διαῤῥοίην. τοῦτο γὰρ ὀνομάζεται, ἕως ἂν αὐτὴ μούνη σαπεῖσα ἡ τροφὴ ὑποχωρέῃ. ὁκόταν δὲ θερμαινομένου τοῦ σώματος, κάθαρσις δριμεῖα γένηται, τό τε ἔντερον ξύεται, καὶ ἑλκοῦται, καὶ διαχωρέεται αἱματώδεα, τοῦτο δὲ δυσεντερίη καλέεται, νοῦσος χαλεπή τε, καὶ ἐπικίνδυνος. ἀλλὰ χρὴ προμηθέεσθαι, καὶ τὸ ἄριστον ἀφαιρέεσθαι, καὶ τοῦ δείπνου τὸ τρίτον μέρος, τοῖσι δὲ δρόμοισι πλείοσι, καὶ τῇσι πάλῃσι, καὶ τοῖσι περιπάτοισι χρέεσθαι, ἀπό τε τῶν γυμνασίων καὶ ὄρθρου. ὁκόταν δέκα γένωνται, προσθεῖναι τοῦ σίτου τὸ ἥμισυ τοῦ ἀφαιρεθέντος, καὶ ἔμετον ποιήσασθαι, καὶ προσαγαγεῖν ἐς ἡμέρας τέσσαρας. ὁκόταν δὲ ἄλλη δεκὰς γένηται, τόν τε σῖτον τὸν λοιπὸν προσθέσθαι, καὶ ἔμετον ποιήσασθαι. καὶ προσάγων πρὸς τὸν σῖτον, ὑγιέα ποιήσεις ἐν τούτῳ τῷ χρόνῳ. τοῖσι δὲ πόνοισι θαῤῥέειν τὸν τοιοῦτον πιέζων. γίνεται δὲ καὶ τοιάδε πλησμονή. ἐς τὴν ὑστεραίην τὸν σῖτον ἐρυγγάνεται ὠμὸν, ἄτερ ὀξυρεγμίης, ἢν δὲ ἡ κοιλίη διαχωρέῃ, ἐλάσσω μὲν, ἢ πρὸς τὰ σιτία, ὅμως δὲ ἱκανῶς· πόνος δὲ οὐδεὶς ἐγγίνεται. τουτέοισιν ἡ κοιλίη ψυχρὴ ἐοῦσα, οὐ δύναται καταπέσσειν τὰ σιτία ἐν τῇ νυκτί. ὁκόταν γοῦν κινηθῇ, ἐρυγγάνεται τὸν σῖτον ὠμόν. δεῖ οὖν τούτῳ παρασκευάσαι τῇ κοιλίῃ θερμασίην, ἀπό τε τῆς διαίτης, ἀπό τε τῶν πόνων. καὶ πρῶτον μὲν οὖν χρὴ ἄρτῳ συγκομιστῷ χρέεσθαι ζυμίτῃ, διαθρύπτοντα δὲ εἰς οἶνον μέλανα, ἢ ζωμὸν ὑείων κρεῶν· τοῖσι δὲ ἰχθύσιν ἑφθοῖσιν ἐν ἅλμῃ δριμείῃ· χρέεσθαι μὲν καὶ τοῖσι σαρκώδεσιν, οἷον ἀκροκωλίοισί τε διέφθοισι, τοῖσιν ὑείοισιν πλείοσιν, καὶ τοῖσιν ὑείοισιν ἑφθοῖσι· τοῖσί τε χοιρείοισι μὴ πολλοῖσι, καὶ σκυλάκων, καὶ ἐρίφων. λαχάνοισι δὲ, πράσοισί τε, καὶ σκορόδοισιν ἑφθοῖσι, καὶ ὠμοῖσι, βλίτῳ τε ἑφθῷ, καὶ κολοκύντῃ· πόμασί τε ἀκρητεστέροισιν· ὕπνοισί τε μακροῖσιν, ἀναριστῆσαι τὴν πρώτην, ὕπνοισί τε ἀπὸ τῶν γυμνασίων, τοῖσί τε δρόμοισι καμπτοῖσιν ἐξ ὀλίγου, προσάγειν τε πάλην μαλακὴν ἐν ἐλαίῳ. λουτροῖσί τε ὀλίγοισι, χρίσμασι πλείοσι, τοῖσί τε περιπάτοισι πλείοσιν ἀπὸ δείπνου δὲ ὀλίγοισι. καὶ τὸ σῦκον μετὰ τῶν σιτίων ἀγαθὸν, ἄκρητόν τε ἐπ' αὐτέῳ. ἐκ δὲ ταύτης τῆς θεραπείης καθίσταται τοῖσι μὲν θᾶσσον, τοῖσι δὲ βραδύτερον. ἄλλοι δέ τινες τοιάδε πάσχουσιν, ἀχροοῦσι τὴν ὄψιν, καὶ ὁκόταν φάγωσιν, ἐρυγγάνουσιν ὀλίγον ὕστερον ὀξέα, καὶ ἐς τὰς ῥῖνας ἀνέρπει τὸ ὀξύ. τούτοισι τὰ σώματα οὐ καθαρά ἐστιν, ὑπὸ γὰρ τοῦ πόνου πλέον τὸ συντηκόμενον τῆς σαρκὸς, ἢ τὸ ἀποκαθαιρόμενον ὑπὸ τῆς περιόδου. ἐμμένον δὴ τοῦτο, ἐναντιοῦται τῇ τροφῇ, καὶ βιάζεται, καὶ ἀποξύνει. ἡ μὲν οὖν τροφὴ ἐρυγγάνεται. αὐτὸ δὲ ὑπὸ τοῦ δέρματος ἐξωθέεται, καὶ τῷ ἀνθρώπῳ ἀχροίαν ἐμποιέει, καὶ νόσους ὑδρωποειδέας ἀποκυΐσκει. ἀλλὰ χρὴ προμηθέεσθαι ὧδε. ἡ μὲν οὖν ταχυτέρη θεραπείη, ἐλλέβορον

CAPVT V.

Repletionis quintæ, sextæ, atque septimæ dignotio & curatio.

HÆc quoque ex plenitudine contingunt. Quibus ventriculus cibum quidem concoquit, carnes verò minimè recipiunt, alimentum intus manens flatum infert, vbi autem pransi fuerint, subsidet. Leuius enim à valentiore expellitur, & sibi liberari videntur; sed postridie multò copiosius adest. Quum autem in dies singulos increscens
B valentius fiat, id quod adest quæ superingeruntur superat, corpúsque calefacit & perturbat, & diarrhœam infert. Hoc enim ita nominatur, quoad alimentum solùm computrescens per aluum secedit. At vbi calefacto corpore acris purgatio fit, tunc & intestinum raditur ac exulceratur, cruentáque per aluum demittuntur, hoc dysenteria vocatur, tum grauis, tum periculosus morbus. Verùm prouidere oportet, prandiúmque detrahere, & cœnæ tertiam partem, cursibus autem pluribus & luctis vti, & deambulationibus tum ab exercitationibus, tum manè. Quum verò dies decem præ-
C terierint, cibi detracti dimidium apponere, & vomitum ciere, atque ad dies quatuor cibum sensim offerre. Vbi verò alij decem dies aduenerint, tum reliquum cibum adiicere, tum vomitum facere. Et sensim ad cibum adducendo, intra hoc tempus sanitati restitues. Laboribus autem hic audacter vrgendus est. Accidit verò quoque eiusmodi plenitudo. Postridie cibum crudum, citra ructum acidum eructat. Quod si venter deiicit, pauciora quidem quàm pro ciborum ratione, satis multa tamen; dolor verò nullus adest. His quum ventriculus frigidus existat, cibos per noctem con-
D coquere nequit. Motione igitur accedente, cibum crudum eructat. Huic itaque, tum victus ratione, tum laboribus ventriculo calorem conciliare oportet. Ac primùm quidem pane confusaneo fermentato, in vino nigro, aut suillæ carnis iusculo intrito vtendum; piscibus verò in acri muria decoctis. Carnosis etiam vtendum, velut trunculis suillis percoctis pluribus; & carnibus suillis coctis; porcinis verò non multis & catulorum, & hœdorum carnibus. Oleribus autem, porro, & allio cocto & crudo, blitóque cocto, & cucurbita; tum potionibus meracioribus; tum somnis longis, citra prandium primis diebus,
E tum etiam somnis post exercitationes; cursibus etiam flexis paulatim increscentibus; Lucta item mollis ex oleo sensim adiicienda. Balneis quoque paucis, inunctionibus pluribus, deambulationibus etiam matutinis pluribus; à cœna verò modicis vtendum. Bona est etiam ficus cum cibis *sumpta*, & post merum. Ex hac quidem curatione, his quidem citiùs, illis verò tardiùs plenitudo curatur. Aliis autem quibusdam ista contingunt. Faciem decolorem habent, & vbi comederint, paulò post acida eructant, & acor sursum nares petit. His corpora impura sunt, quum plus ex carne à labore
F colliquetur, quàm ex circuitu repurgetur. Quod sanè intus remanens, alimento contrarium est, eique vim infert, & acidum reddit. Alimentum igitur eructatur; ipsum verò sub cutem propellitur, hominique decolorationem procreat, morbósque hydropiformes parit. Verùm ita prouidere oportet. Celerior igitur curatio est, epoto veratro

ad

ad cibos deducere, quemadmodum à me ſcriptum eſt. Tutior verò per victus rationem hoc modo. Primùm quidem lotum calida, vomitum ciere; deinde ſeptem à vomitu diebus, ad conſuetum cibum adducere oportet. Decimo verò poſt vomitum die, rurſus vomat, & eodem modo cibos aſſumat; idque tertio ſimiliter faciat. Et curſibus vtatur circularibus quidem paucis ac concitatis, & in motionibus, & frictione ac in exercitatione mora longa, & volutatione in puluere. Deambulationibus quoque vtatur multis poſt exercitationes, quin etiam poſt cœnam, matutinis autem vtatur plurimis in puluere. Quum autem lauari volet, calida lauetur, & impranſus totum hoc tempus tranſigat. Et ſi quidem vno menſe reſtituitur, de cætero conuenientibus curetur. Quòd ſi quid reliquum fuerit, priore curatione vtatur.

CAPVT VI.

Repletio octaua, nona, decima.

SVnt autem nonnulli quibus poſtridie ructus acidi contingunt, his in nocte ſecretio fit ex plenitudine. Quum igitur ex ſomno corpus motum fuerit crebriore ſpiritu vſum, vnà cum ſpiritu calidum & acidum foràs propellit; indéque, niſi quis prouidentia vtatur, morbi oboriuntur. His autem confert, velut ſuperiori curationem adhibere; ſed hi pluribus laboribus vti debent. Nonnullis etiam iſta contingunt. In corporibus denſa carne præditis, quum cibi concaleſiunt & diffunduntur, tum à primo ſomno, tum à cibis carne incaleſcente, per ſomnum à carne multæ humiditatis ſecretio fit; deinde caro quum denſa exiſtat, alimentum non ſuſcipit. Quod verò à carne ſecretum eſt, alimento contrarium, ac foràs vi propulſum, hominem ſuffocat & calefacit, quoad euomuerit, ex quo leuior euadit. Dolor autem nullus manifeſtus in corpore, ſed decoloratio ipſi ineſt. Procedente verò tempore, & dolores, & morbi oboriuntur. Iis autem qui exercitationibus non aſſueti etiam conſimilia patiuntur, derepente laborauerunt, & violentam multámque carnis colliquationem fecerunt. His hæc adhibenda curatio eſt. Cibi pars tertia detrahenda. Vtendum autem cibis acribus, ſiccis, auſteris, odoratis, & vrinam ducentibus. Curſibus verò, flexis quidem plurimis in veſte; exutis autem veſtibus, ad metam recurrentibus ac circularibus, frictione item & lucta modica. Lucta per ſummas manus quàm corycus commodior eſt. Deambulationibus quoque multis poſt exercitationes *vtendum*, iiſque matutinis, & à cœna vocis exercitatio admodum vtilis eſt, quum enim humidi vacuationem faciat, carnem rarefacit. Confert quoque ſine prandio degere. Cibis vtendum per dies decem, deinde dimidium ſubtracti cibi adiiciendum per dies ſex, & vomitus procurandus, poſt ſingulas vomitiones, ad quatuor dies cibus paulatim adiiciendus. Diebus verò decem à vomitu præteritis, totum ſubtractum cibum recipiat, & ad labores ac deambulationes animum conuertat, & ſanus euadet. Eiuſmodi autem natura copioſiore labore quàm cibo indiget. Altera plenitudo. Quidam etiam talia perpetiuntur; cibus per aluum ipſis ſecedit liquidus, incoctus, qualis in lienteria, nullumque dolorem affert. Hoc autem præcipuè patiuntur alui humidæ & frigidæ,

A πίσαντα προσάγειν, ὥσπερ γέγραπταί μοι. ἡ δὲ ἀσφαλεστέρη ὑπὸ τῆς διαίτης ὧδε. πρῶτον μὲν λουσάμενον θερμῷ, ἔμετον ποιήσασθαι. εἶτα προσάγειν ἡμέρας ἀπὸ τοῦ ἐμέτου ἑπτὰ, τὸ σιτίον τὸ εἰθισμένον. δεκάτῃ δὲ ἡμέρῃ ἀπὸ τοῦ ἐμέτου, αὖθις ἐμεέτω, καὶ προσαγέτω κατὰ τὸ αὐτὸ, καὶ τὸ τρίτον ὡσαύτως ποιησάτω. καὶ δρόμοις τοῖσι μὲν τροχοῖσιν ὀλίγοισι, καὶ ὀξέσι, καὶ ἐν κινήμασι, καὶ ἐν τρίψει, καὶ ἐνδιατριβῇ πολλῇ χρήσθω ἐν τῷ γυμνασίῳ, καὶ ἀλινδήσει· χρεέσθω τοῖσι περιπάτοισι πολλοῖσιν ἀπὸ τῶν γυμνασίων, ἀλλὰ μὴν καὶ ἀπὸ τοῦ δείπνου, πλείστοισι δὲ τοῖσιν ὀρθρίοισιν ἐκκεκονιωμένοισι χρεέσθω.
B ὁκόταν δὲ λούεσθαι θέλῃ, θερμῷ λουέσθω. ἀνάριστος δὲ διατελεέτω τοῦτον τὸν χρόνον. καὶ ἢν μὲν ἐν μηνὶ καθιστῶνται, θεραπευέσθω τὸ λοιπὸν τοῖσι προσήκουσιν. ἢν δέ τι ὑπόλοιπον ᾖ, χρεέσθω τῇ θεραπείῃ.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ϛ'.

Η ὀγδόη τε, καὶ ἐνάτη, καὶ δεκάτη πλησμονή.

ΕΙσὶ δέ τινες οἷσιν ἐς τὴν ὑστεραίην ὀξυρεγμίαι γίνονται, τούτοισιν ἐν τῇ νυκτὶ ἡ ἀπόκρισις ὑπὸ τῆς πλησμονῆς
C γίνεται. ὁκόταν οὖν κινηθῇ ἐκ τοῦ ὕπνου τὸ σῶμα, πυκνοτέρῳ τῷ πνεύματι χρησάμενον, βιάζεται ἔξω σὺν τῷ πνεύματι, θερμόν τε καὶ ὀξὺ, καὶ ἐκ τούτου νόσοι γίνονται, ἢν μή που προμηθείῃ χρέηται. ξυμφέρει δὲ καὶ τούτοισιν, ὡς καὶ τῷ προτέρῳ, τὴν θεραπείην ποιήσασθαι. τοῖσι δὲ πόνοισι πλείοσι χρὴ τούτους χρεέσθαι. γίνεται δέ τισι, καὶ τοιάδε. ἐν τοῖσι πυκνοσάρκοισι τῶν σωμάτων, ὅταν τὰ σιτία διαθερμαίνηται, καὶ διαχέηται, καὶ ἀπὸ πρώτου ὕπνου θερμαινομένης τῆς σαρκὸς, ὑπό τε τῶν σιτίων διὰ τὸν ὕπνον ἀπόκρισις γίνεται ἀπὸ τῆς σαρκὸς πολλὴ ὑγρασίη. εἶτα τὴν μὲν τροφὴν ἡ σὰρξ
D οὐ δέχεται, πυκνὴ ἐοῦσα. τὸ δὲ ἀπὸ τῆς σαρκὸς ἀποκριθὲν, ἐναντιούμενον τῇ τροφῇ καὶ βιαζόμενον ἔξω, πνίγει τὸν ἄνθρωπον, καὶ θερμαίνει, μέχρις ἂν ἐξεμέσῃ, ἔπειτα κουφότερος ἐγένετο. πόνος δὲ οὐδεὶς ἐν τῷ σώματι φανερὸς, ἀχροίη δὲ αὐτῷ ἔνεστι. προϊόντος δὲ τοῦ χρόνου, πόνοι τε γίνονται καὶ νόσοι. πάσχουσι δὲ τούτοισι παραπλήσια, καὶ ὁκόσοι ἀγύμναστοι ἐόντες, ἐξαπίνης πονήσαντες, σύντηξιν τῆς σαρκὸς βιαίαν καὶ πολλὴν ἐποίησαν. χρὴ δὲ τοὺς τοιούτους, ὧδε θεραπεύειν. ἀφελεῖν τῶν σίτων τὸ τρίτον μέρος. τοῖσι δὲ σίτοισι χρεέσθαι τοῖσι δριμέσι, καὶ ξηροῖσι, καὶ αὐστηροῖσι, καὶ εὐώδεσι, καὶ οὐρητικοῖσι. τοῖσι δὲ δρόμοις, τοῖσι
E μὲν πλείστοισι καμπτοῖσιν, ἐν ἱματίῳ· γυμνοῖσι δὲ τοῖσι διαύλοισι, καὶ τοῖσι τροχοῖσι· τρίψεσι δὲ καὶ πάλῃ ὀλίγῃ. ἀκροχειρισμοῖσιν, ἀκροχείριξι, πλὴν κωρυκομαχίη, ξυμφορώτερον. τοῖσι δὲ περιπάτοισιν ἀπὸ τῶν γυμνασίων, πολλοῖσι, καὶ τοῖσι δι' ὄρθρου, καὶ ἀπὸ δείπνου δὲ ὁ τῆς φωνῆς πόνος, μάλα ἐπιτήδειος· κένωσιν γὰρ τοῦ ὑγροῦ ποιούμενος, ἀραιοῖ τὴν σάρκα. ξυμφέρει δὲ ἀνάριστον διάγειν. χρεέσθαι δὲ τοῖσι σιτίοισιν ἐν ἡμέρῃσι δέκα. εἶτα προσθέσθαι τὸ ἥμισυ τοῦ ἀφαιρεθέντος ἐς ἡμέρας ἕξ, καὶ ἔμετον ποιήσασθαι, ἑκάστου ἐμέτου προσάγειν ἐς ἡμέρας τέσσαρας τὸ σιτίον. ὅταν δὲ ἡμέραι δέκα γένωνται
F ἀπὸ τοῦ ἐμέτου, κομισάσθω τὸ ἀφαιρεθὲν σιτίον ἅπαν. τοῖσι δὲ πόνοισι, καὶ τοῖσι περιπάτοισι προσεχέτω, καὶ ὑγιὴς ἔσται. ἡ δὲ τοιαύτη φύσις, πόνου πλείονος δέεται, ἢ σίτου. ἑτέρη πλησμονή. πάσχουσι δέ τινες, καὶ τοιάδε. διαχωρέει τὸ σιτίον αὐτέοισι ὑγρὸν, ἄπεπτον οἷον ἐκ λειεντερίης, καὶ πόνον οὐδένα παρέχει. πάσχουσι δὲ τοῦτο μάλιστα αἱ κοιλίαι, ὅσαι ὑγραὶ καὶ ψυχραί εἰσιν,

διὰ μὲν τὴν ψυχρότητα οὐ συνέπεψε, διὰ δὲ τὴν ὑγρότητα διαχωρεῖ. τὸ δὲ σῶμα τήκεται, τροφὴν οὐ λαμβάνον τὴν προσήκουσαν. αἵ τε κοιλίαι διαφθείρονται, ἐς νόσους τε ἐμπίπτουσιν. ἀλλὰ χρὴ προμηθέεσθαι. ξυμφέρει δὲ τούτῳ, τῶν μὲν σιτίων ἀφελεῖν τὸ τρίτον μέρος. ἔστω δὲ τὰ σιτία, ἄρτοι ἄζυμοι, συγκομιστοὶ, κλιβανῖται, ἢ ἐγκρυφίαι, θερμοὶ, ἐς οἶνον αὐστηρὸν ἐμβαπτόμενοι. καὶ τῶν ἰχθύων τὰ νωτιαῖα, καὶ οὐραῖα. τὰ δὲ κεφάλαια, καὶ ὑπογάστρια ἐᾶν, ὡς ὑγρότερα. καὶ τοὺς μὲν ἑφθοὺς, ἐν ἅλμῃ ἐσθίειν. τοὺς δὲ ὀπτοὺς, ἐν ὄξει. καὶ τοῖσι κρέασι τεταριχευμένοισιν, ἐν ἁλσὶ καὶ ὄξει, καὶ τοῖσι κυνείοισιν ὀπτοῖσι, καὶ ἀπὸ φάττης, καὶ τῶν λοιπῶν τοιούτων ὀρνίθων, ὀπτοῖσι καὶ ἑφθοῖσι. λαχάνοισι δὲ, ὡς ἥκιστα. οἴνῳ μέλανι, καὶ τοῖσι περιπάτοισιν, ἀπὸ δὲ τοῦ δείπνου, καὶ τοῖσιν ὀρθρίοισιν, ἐκ τοῦ περιπάτου κοιμᾶσθαι. δρόμοισι δὲ καμπτοῖσιν ἐκ προσαγωγῆς. ἔστω δὲ καὶ τρῖψις πολλὴ, καὶ πάλη βραδείη, καὶ ἐν τῷ ἐλαίῳ, καὶ ἐν τῇ κόνει, ὅκως διαθερμαινομένη ἡ σὰρξ, ἀποξηραίνηταί τε, καὶ τὸ ὑγρὸν ἐκ τῆς κοιλίης ἀντισπᾷ. ἀλείφεσθαι δὲ ξυμφέρει μᾶλλον, ἢ λούεσθαι. ἀνάριστος δὲ διαγέτω. ὅταν δὲ γένωνται ἡμέραι ἑπτὰ, προσθέσθω τὸ ἥμισυ τοῦ σίτου, καὶ προσαγέσθω εἰς τέσσαρας ἡμέρας τὸν σῖτον. τῇ δὲ ἄλλῃ ἑβδόμῃ, κομισάσθω ἅπαν τὸ σιτίον. καὶ ἔμετον πάλιν ποιησάμενος, προσαγέσθω κατὰ ταῦτα.

A quæ propter frigiditatem quidem minimè concoquunt, ac propter humiditatem deiiciunt. Corpus proinde contabescit, quum alimentum conueniẽs non assumat, alui que corrumpuntur, & in morbos incidunt. Verùm prospiciendum est. Huic quidem confert ciborum tertiam partem subtrahere. Sint autem cibi, panes non fermentati, confusanei, clibano cocti aut subcinericij, calidi vino austero intincti; & piscium partes ex dorso & cauda, partes verò capitis & ventris inferioris, tanquam humidiores *sinendæ*. Et cocti quidem pisces cum muria edendi, assati verò cum aceto. Carnibus etiam sale & aceto conditis vtendum, & catulinis assatis,
B palumbis autem ac reliquis huiusmodi volucribus assatis & elixis, oleribus etiam quàm minimùm. Vino quoque nigro & deambulationibus, sed à cœna, ac matutinis, & à deambulatione dormiendum. Cursibus autem inflexis vtatur, sensim accessione facta. Sit & frictio multa, & lucta tarda, tum in oleo, tum in puluere; vti concalescens caro resiccetur, & ex ventriculo humiditatem retrahat. Inungi autem magis quàm lauari conducit; imprãsus verò degat. Vbi autem dies septẽ præterierint, dimidium cibi adiiciatur, & ad dies quatuor cibus sensim exhibeatur. Præteritis verò aliis septem
C diebus, totum cibum recipiat, & vomitione rursus facta, ad eadem sensim reducatur.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ϛʹ.

Περὶ τῆς πλησμονῆς ἑνδεκάτης τε καὶ δωδεκάτης, καὶ τρισκαιδεκάτης.

Ἄλλοισι δέ τισι γίνεται τοιάδε. τὸ διαχώρημα ἄπεπτον διαχωρέει, καὶ τὸ σῶμα τήκεται τῶν σίτων οὐκ ἐπαυρισκόμενον. οὗτοι δὲ προϊόντος τοῦ χρόνου ἐμπίπτουσιν ἐς τὰς νόσους. τούτοισιν αἱ κοιλίαι ψυχραὶ καὶ ξηραί. ὁκόταν γοῦν μήτε σιτίοισι προσήκουσι χρέωνται, μήτε γυμνασίοισι, πάσχουσι ταῦτα. ξυμφέρει δὲ τῷ τοιούτῳ ἄρτοισί τε καθαροῖσιν ἰπνίτῃσι χρέεσθαι, καὶ τοῖσιν ἰχθύσιν ἑφθοῖσιν ἐν ὑποτρίμμασι, καὶ κρέασιν ἑφθοῖσιν ὑείοισι, καὶ τοῖσιν ἀκροκωλίοισι διέφθοισι, καὶ τοῖσι πλείστοισιν ὀπτοῖσι, καὶ τῶν δριμέων, καὶ τῶν γλυκέων, τοῖσιν ὑγραίνουσι, καὶ τοῖσιν ἁλμυροῖσιν. οἴνοισι δὲ μέλασι, μαλακοῖσι. καὶ τῶν βοτρύων, καὶ τῶν σύκων ἐμφορεῖσθαι, ἔν τε τοῖσι σιτίοισι. χρὴ δὲ καὶ ἀριστῆν μικρὸν, τοῖσι δὲ γυμνασίοισι πλείοσι χρέεσθαι, δρόμοισι καμπτοῖσιν ἐκ προσαγωγῆς. ὑστάτοισι δὲ τροχοῖσι, καὶ μετὰ τὸν δρόμον, πάλῃ σὺν ἐλαίῳ. περιπάτοισι δὲ μὴ πολλοῖσιν ἀπὸ τῶν γυμνασίων. ἀπὸ δὲ ὕπνου, ὅσον ἐξαναστῆναι. ὀρθρίοισι δὲ πλείοσι περιπάτοισι χρῆσθαι. λουέσθω δὲ θερμῷ, χρέεσθω δὲ πόνοισι καὶ χρίσμασιν. ὕπνον δὲ πλείονα διδότω, καὶ μαλακευνείτω. χρὴ δὲ καὶ ἀφροδισιάσαι τι. τῶν δὲ σίτων ἀφελεῖν τὸ τέταρτον μέρος, ἐν ἡμέρῃσι δέκα, καὶ προσάγειν αὐτὸν πρὸς τὰ σιτία. εἰσὶ δέ τινες, οἷσι τὸ διαχώρημα ὑγρὸν διαχωρέει καὶ σεσηπός. τοῖσι δὲ ἄλλως ὑγιαίνουσι, καὶ γυμνάζουσι, οὐδὲ πόνον παρέχει. οἱ δέ τινες ἀποκλείονται τῶν προσηκόντων, προϊόντος δὲ τοῦ χρόνου, τὰς σάρκας ἐπισπᾶται τῇ θερμασίῃ ἡ κοιλίη, καὶ πόνον δὴ παρέχει, καὶ τῶν σιτίων ἀποκλείονται, ἥ τε κοιλίη ἐξελκοῦται, στῆσαι δὲ χαλεπὸν ἤδη γίνεται αὐτήν. ἀλλὰ χρὴ πρότερον προμηθέεσθαι γνόντα τὴν κοιλίην θερμὴν, καὶ ὑγρὴν παρὰ τὸ προσῆκον, πόνων τε ὑπερβολὴν ἀξυμφόρων γεγενημένην. τῇ οὖν διαίτῃ χρὴ ψῦξαι καὶ ξηρᾶναι, καὶ πρῶτον μὲν τὰ ἡμίσεα γυμνάσια

CAPVT VII.

De repletione vndecima, duodecima, decimatertia.

ALiis autem quibusdam hæc contingunt; alui recrementum incoctum per aluum secedit, corpúsque contabescit, quum cibis minimè fruatur. Hi verò procedente tempore in morbos dela-
D buntur. His ventres, frigidi & sicci existunt. Proinde quum neque conuenientibus cibis, neq; exercitationibus vtãtur, talia perpetiuntur. Sic autẽ affecto panibus puris, furnaceis vti cõducit, & piscibus coctis cum intritis, carnibúsq; suillis coctis, & *animaliũ* extremitatibus percoctis, plurimisq; assis, & ex acribus ac dulcibus, his quæ humectãt, & salsuginosis. Vinis quoque nigris & mollibus; & vuis ac ficubus inter reliquos cibos abundè vti confert. Modicum verò prandere oportet, & pluribus exercitationibus vti, cursibúsq; inflexis, sensim accessione facta, circularibus autẽ postremis, & post
E cursum lucta ex oleo; deambulationibus verò post exercitationes non multis, à cœnâ verò satis est exurgere. Matutinis autem deambulationibus plurimis vtendũ. Calida lauetur, laboribusq; & inunctionibus vtatur; somno lõgiori indulgeat, & molliter cubet. At venere aliquãtulum vtendum, & cibi quarta pars subtrahenda diebusque decẽ ad cibos paulatim reducendus. Sunt verò nonnulli, quibus alui recrementum liquidum & putrefactũ per aluum secedit, iisque cùm aliàs exerceãtur, res nullam molestiam exhibet. Quibus verò conuenientia exercitia desunt, procedente tẽpore venter ob ca-
F liditatem carnes attrahit, sanéq; dolorem exhibet, cibos fastidiunt, venter exulceratur, ipsúmque iam sistere molestum est. Prius autem prouidere oportet, vbi cognoueris ventrem plus quàm expediat calidum & humidum, laborúmque minimè conuenientium exuperantiam factam esse. Victus igitur ratione refrigerare & siccare oportet, & primùm quidem exercitationes dimidia ex parte detrahere,

detrahere, ciborúmque tertiam partem. Maza ante subacta, intrita vtatur, & piscibus siccissimis, & neque pinguibus, neque salsis. Carnibus verò volucrium vtatur assis, palumbis quidem & columbæ elixis, perdicum verò & gallorum assatis, sine condimento. Leporinis autem in aqua coctis, & ferinis omnibus. Oleribus verò quæ refrigerant, velut beta cocta, aceto condita. Vino etiam nigro, austero. Exerceatur quoque cursibus circularibus celeribus. Sed neque multa frictio adhibeatur, sed modica, neque etiam lucta. Lucta summis manibus, & manuum ad rythmum agitatio, & ad corycum decertatio, ac volutatio in puluere commoda, sed non multa. Deambulationibus post exercitationes vtatur, pro laborum ratione accommodatis, & à cœna, ad ciborum rationem, pluribus, & matutinis, pro habitus ratione, moderatis. Lauet autem tepida, & quietem agat. Hac victus ratione per decem dies vsus, cibi dimidium, & laboris tertiam partem adiiciat; & post cibos siccos & acerbos assumptos, vomitus cieat, neque cibo immoretur, sed quàm citissimè vomat. Post vomitum verò, ad quatuor dies cibus & labor partitus sensim exhibeatur. Quum autem dies decem præterierint, reliquus cibus adiiciatur, & vini potio consueta, sed labores parciores. Ac vomitione facta, paulatim ad consuetam victus rationem, velut scriptum est, deducatur. Semel verò tantum cibum capere per hoc tempus confert, quoad malum conquieuerit. Aliis autem quibusdam siccum quodammodo & exustum est alui recrementum; osque siccum & progressu temporis amarum euadit, aluus sistitur, vrináque. Quum enim intestinum humiditatem non habeat, stercus ambiens intumescit, viásque obstruit, & dolorem parit, calor prehendit, & quicquid biberit aut comederit, euomit; tandem etiam stercus vomit. Quò quum hic peruenerit, non viuet. Verùm antè prouidere oportet eum qui hominem siccitate & calore euinci agnouerit. Hunc igitur victus ratione vti oportet, & maza priùs subacta, respersa, & pane ex tritico sitanio, furfurum succo fermentato. Oleribus quoque coctis vti, præterquam acribus & siccis; piscibus etiam leuissimis coctis, pisciumque & locustarum capitibus, mitulis, erinaceis, & cancris, & conchyliorum succis, iisque liquidissimis. Carnibus verò suillis, & animalium trunculis anterioribus coctis, hœdorum etiam & agnorum ac catulorum elixis. Piscibus sanè fluuialibus & in stagnis degentibus coctis. Vino molli, aquoso. Laboribus autem non multis, neque celeribus, sed quietis. Deambulationibus autem matutinis vtatur, quæ pro corporis habitu satis sint, & post exercitij labores moderatis; à cœnâ verò minimè deambulet. Balneis quoque vtatur & somnis mollibus, & prandio, somnóque à prandio non lõgo; fructibus etiam humectantibus cum cibis vtatur, & cicere viridi siccóque in aqua macerato. De prioribus autem laboribus dimidio à principio subtrahatur, & post dulces, pingues, salsos, multósque cibos vomitum faciat, plurimóque tempore in cibis immoretur, adusque vomitum. Deinde per tres dies ad cibum redeat, neque impransus maneat. Quum verò dies decem præterierint, labores plures sensim adiiciat; & si quidem plenitudo ac ventriculi à cibo offensio adsit, vomat, sin minùs, sic reliquo tempore in ista curatione perseueret.

A ἀφελεῖν, καὶ τῶν σιτίων τὸ τρίτον μέρος. χρήσθω δὲ μάζῃ προφυρητῇ τριπτῇ, καὶ τοῖσιν ἰχθύσι, τοῖσι ξηροτάτοισιν ἑφθοῖσι, καὶ μήτε λιπαροῖσι, μήτε ἁλμυροῖσι. χρήσθω δὲ ὀπτοῖσι κρέασι, τοῖσιν ὀρνιθίοισιν· ἑφθοῖσι μὲν, φάττης, περιστερῆς· ὀπτοῖσι δὲ, περδίκων καὶ ἀλεκτρυόνων, ἀνηδύντοισι. λαγωοῖσι δὲ, ἑφθοῖσιν ἐν ὕδατι, καὶ τοῖσιν ἀγρίοισιν ἅπασι. λαχάνοισι δὲ ὅσα ψυκτικὰ, οἷον τοῖσι τεύτλοισι καθεφθοῖσιν, ὀξηροῖσι. οἴνῳ δὲ μέλανι, αὐστηρῷ. γυμνασίοισι δὲ, τρόχοισιν ὀξέσιν. ἀλλὰ τρίψις μὴ πολλὴ προσαγέσθω, ἀλλ' ὀλίγη, μηδὲ πάλη· ἀκροχείρισις, καὶ χειρονομίη, καὶ κωρυκομαχίη, καὶ ἀλίνδησις ἐπιτηδεία, ἀλλὰ μὴ πολλή. B τοῖσι δὲ περιπάτοισι, καὶ ἀπὸ τοῦ γυμνασίου χρήσθω ἱκανοῖσι κατὰ τὸν πόνον. καὶ ἀπὸ τοῦ δείπνου, πλείοσι κατὰ τὰ σιτία. καὶ πρωῒ, ξυμμέτρως πρὸς τὴν ἕξιν. λουέσθω δὲ χλιερῷ, καὶ ἀτρεμεέτω. οὕτω διαιτηθεὶς ἡμέρας δέκα προσθέσθω τοῦ τε σιτίου τὸ ἥμισυ, καὶ τῶν πόνων τὸ τρίτον μέρος· καὶ ἔμετον ποιησάσθω, ἀπὸ σιτίων ξηρῶν καὶ στρυφνῶν, καὶ μὴ διατριβέτω ἐν τῷ σίτῳ, ἀλλὰ τὴν ταχίστην ἐμείτω. ἐκ δὲ τοῦ ἐμέτου, προσαγέσθω εἰς ἡμέρας τέσσαρας τὸ σιτίον, καὶ τὸν πόνον μείζω. ὅταν δὲ ἡ δεκὰς τῶν ἡμερέων γένηται, προσθέσθω τὸ σῖτον λοιπὸν, καὶ τὸν οἶνον τὸ πότιμον, πλὴν τῶν πόνων ἐνδεέστερον. C καὶ ἔμετον ποιησάμενος, προσαγέτω, καθάπερ γέγραπται· μονοσιτέειν δὲ τοῦτον τὸν χρόνον ξυμφέρει μέχρις ἂν καταστήσῃ. ἄλλοισι δέ τισι, ξηρόν τι καὶ διακεκαυμένον τὸ διαχώρημα γίνεται, καὶ τὸ στόμα ξηρὸν, προϊόντος δὲ τοῦ χρόνου, καὶ πικρὸν γίνεται· καὶ ἡ κοιλίη ἵσταται, καὶ ἡ οὔρησις. ὅταν γὰρ μὴ ἔχῃ τὸ ἔντερον ὑγρασίην περὶ τὸν ἀπόπατον περιοιδέει, ἀποφράσσει τὰς διεξόδους, ὀδύνην τε παρέχει, καὶ θέρμη λαμβάνει, καὶ ὅ,τι ἂν πίῃ, ἢ φάγῃ, ἐξεμέει· τελευτῶν δὲ, καὶ κόπρον ἐμέει. οὗτος οὐ βιώσιμος, ὅταν ἐς τοῦτο ἔλθῃ. ἀλλὰ χρὴ πρότερον προμηθέεσθαι, γινώσκοντα ὅτι ξηρῇ τῇ θέρμῃ κρατέεται ὁ ἄνθρωπος. D διαιτῆσθαι οὖν χρὴ αὐτὸν τῇ τε μάζῃ προφυρητῇ, ῥαντῇ, καὶ ἄρτῳ σιτανίων πυρῶν, τῷ χυλῷ τῶν πιτύρων ἐζυμωμένῳ· λαχάνοισί τε χρῆσθαι, πλὴν τῶν δριμέων, καὶ ξηρῶν, καὶ ἑφθοῖσι· καὶ τῶν ἰχθύων τοῖσι κουφοτάτοισιν ἑφθοῖσι, καὶ τοῖσι κεφαλαίοισι· τῶν δὲ ἰχθύων, καὶ καράβων, μυσὶ, καὶ ἐχίνοισι, καὶ τοῖσι καρκίνοισι, καὶ τῶν κογχυλίων, τοῖσι χυλοῖσι, καὶ αὐτοῖσιν ὑγροτάτοισι. κρέασι δὲ τοῖσιν ὑείοισιν ἀκροκωλίοισιν ἐμπροσθίοισιν ἑφθοῖσιν, καὶ ἐρίφων, καὶ ἀρνῶν, καὶ σκυλάκων ἑφθοῖσιν. ἰχθύων δὴ τοῖσι ποταμίοισι, καὶ λιμναίοισιν ἑφθοῖσιν. οἴνῳ μαλακῷ, ὑδαρεῖ. τοῖσι δὲ πόνοισι μὴ πολλοῖσι, μηδὲ ταχέσιν, E ἀλλ' ἡσύχοισι πᾶσι. τοῖσι δὲ περιπάτοισι πρωῒ μὲν χρήσθω, πρὸς τὴν ἕξιν ἱκανοῖσι, καὶ ἀπὸ γυμνασίου πόνων ξυμμέτροισιν· ἀπὸ δείπνου δὲ, μὴ περιπατείτω. λουτροῖσι δὲ χρήσθω, καὶ ὕπνοισι μαλακοῖσι, καὶ ἀρίστῳ· ὕπνῳ τε μετὰ τὸ ἄριστον, οὐ μακρῷ· ὀπώρῃ τε τῇ ὑγραινούσῃ, μετὰ τῶν σιτίων χρήσθω. καὶ τοῖσιν ἐρεβίνθοισι τοῖσι χλωροῖσι, καὶ ξηροῖσι, βρέξας ἐν ὕδατι. ἀφελέσθω δὲ τῶν πόνων τῶν πρόσθεν τοὺς ἡμίσεας, καὶ οὗτος ἐξ ἀρχῆς, καὶ ἔμετον ποιησάσθω ἀπὸ γλυκέων, καὶ λιπαρῶν, καὶ ἁλμυρῶν, καὶ πλειόνων· ἐνδιατριβέτω δὲ τέως πλεῖστον χρόνον ἐν τοῖσι σιτίοισι πρὸς τοὺς ἐμέτους. εἶτα F προσαγέτω τὸ σιτίον εἰς ἡμέρας τρεῖς, καὶ μὴ μενέτω ἀνάριστος. ὁκόταν δὲ ἡμέραι δέκα γένωνται τῶν πόνων, προσαγέτω πλείονα· κἢν μὲν οὖν ἡ πλησμονὴ ἐνῇ, καὶ ἀπὸ σιτίου ἡ τῆς κοιλίης πλημμέλεια, ἐμεσάτω· ἢν δὲ μὴ, οὕτω θεραπευέσθω τὸν ἐπίλοιπον χρόνον.

A

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Η'.

Ἐκδιδάσκει μέθοδον τοῦ γινώσκειν τε, καὶ θεραπεύειν τὰ τῶν κενώσεων εἴδη δύο.

Γίνεται δὲ καὶ τοιάδε. φρῖκαι ἀπὸ τῶν περιπάτων ἐγγίνονται τῶν τοῦ ὄρθρου, καὶ τὴν κεφαλὴν βαρύνεται. τούτῳ πλείονες οἱ περίπατοι τῆς ξυμμετρίας. κενούμενον γὰρ τὸ σῶμα, καὶ ἡ κεφαλὴ τοῦ ὑγροῦ, φρίσσει καὶ βαρύνεται· προϊόντος δὲ τοῦ χρόνου ἐς πυρετὸν ἀφικνέεται φρικώδεα. ἀλλ' οὐ χρὴ περιΐεσθαι ἐς τοῦτο, ἀλλ' ἐκθεραπεύεσθαι πρότερον ὧδε. ὅταν γίνηται τάχιστα τῶν τεκμηρίων τινά· χρισάμενον, καὶ ἀνατριψάμενον ὀλίγα, τὸ ἄριστον ποιήσασθαι, πλέον τοῦ εἰθισμένου. καὶ πιεῖν ἱκανὸν οἶνον μαλακὸν, εἶτα ὕπνῳ χρήσασθαι ἀπὸ τοῦ ἀρίστου ἱκανῶς. ἐς τὴν ἑσπέρην δὲ κουφοῖσι χρησάμενοι γυμνασίοισι, θερμῷ τε λουσάμενον, δειπνῆσαι τὸ εἰθισμένον. περιπάτοισι δὲ μὴ χρῆσθαι ἀπὸ δείπνου. διατρίβειν δὲ χρόνον. τῇ δὲ ὑστεραίῃ ἀπολουέσθω ἐν τῷ ὕδατι, ἐν ὕπνοισί τε μαλακοῖσι διαγέσθω. ἡμέρῃσι δὲ πέντε, ἐς τὸ σύνηθες προσαγέσθω κατὰ μικρόν. Εἰσὶ δέ τινες οἳ φρίσσουσιν ἐκ τῶν γυμνασίων. καὶ ἐπειδὰν ἐκδύνηται μέχρις ἂν διαγωνίσηται. ὅταν δὲ ψύχηται, πάλιν φρίσσει. βρυγμός τε τὸ σῶμα ἔχει, ὑπνώσσει τε· ὅταν δὲ ἐξέγρηται, χασμᾶται πολλάκις. ἐκ δὲ τοῦ δείπνου τὰ βλέφαρα βαρέα αὐτοῦ, προϊόντος δὲ τοῦ χρόνου, καὶ πυρετοὶ ἐπιγίνονται φαῦλοι. φυλάσσεσθαι οὖν χρὴ, μὴ περιΐεσθαι ἐς τοῦτο, ἀλλὰ θεραπεύεσθαι πρότερον ὧδε· πρῶτον μὲν τῶν γυμνασίων ἀφελέσθω πάντων τὰ ἡμίσεα. τοῖσι δὲ σιτίοισιν ἅπασι χρήσθω ὑγροτέροισί τε καὶ ψυχροτέροισι, καὶ τοῖσι πόμασι μαλακωτέροισι καὶ ὑδαρεστέροισιν. ὅταν δὲ παρέλθωσιν ἡμέραι πέντε, τῶν πόνων προσθέσθω τὸ τρίτον μέρος τῶν ἀφαιρεθέντων. τοῖσι δὲ σιτίοισι χρήσθω τοῖσιν αὐτοῖσι, πέμπτῃ δὲ ἡμέρῃ ἄλλῃ, τοὺς ἡμίσεας τῶν λοιπῶν πόνων προσθέσθω. αὖθις δὲ πεμπταίῃ, μετὰ τοῦτο ἀπόδος τοὺς πόνους πάντας, καὶ κουφοτέρους τε καὶ ἐλάσσονας, ὡς μὴ πάλιν ὑπερβολὴ γίνηται. τοῖσι γὰρ πάσχουσι ταῦτα τὰ τεκμήρια, οἱ πόνοι κρέσσους εἰσὶ τῶν σιτίων. ἀνισάζειν οὖν χρή. ἔνιοι δὲ, οὐ ταῦτα πάσχουσιν, ἀλλὰ τὰ μὲν, τὰ δ' οὔ. πάντων δὲ τουτέων τῶν τεκμηρίων, οἱ πόνοι κρατέουσι τῶν σίτων, καὶ ἡ θεραπείη ἡ αὐτή. ξυμφέρει δὲ τούτοισι, θερμολουτέειν, καὶ μαλακῶς εὐνάζεσθαι· μεθυσθῆναι δὲ ἅπαξ, ἢ δὶς, πλὴν, ἀλλὰ μὴ ἐς ὑπερβολήν. ἀφροδισιάσαι τε ὅταν ἐπιγίνηται, ῥαθυμῆσαι πρὸς τοὺς πόνους· περιπάτοις δὲ μὴ ποιῆσαι ὅλως.

CAPVT VIII.

Duas inanitionum species cognoscere, & curare docet.

Contingunt autem etiam ista. Horrores à matutinis deambulationibus proueniunt, & caput grauatur. Huic deambulationes modum excedunt. Corpus enim & caput humore vacuatum, horret & grauatur; procedente verò tempore, in febrem horrificam incidit. Verùm ad hoc deueniendum non est, sed priùs ita curandum. B Quum statim signa aliqua fuerint, vnctus, ac frictus modicè, plùs solito prandeat, & vinum molle quod satis sit, bibat, deinde à prandio abundè dormiat. Sub vesperam verò, post leuibus exercitiis vsus, & calida lotus, more solito cœnet. A cœna deambulationibus non vtatur, sed aliquanto tempore immoretur. Postridie verò in aqua lauetur, & in mollibus somnis vitam traducat. Et per dies quinque sensim is ad consueta deducatur. Sunt autem nonnulli qui post exercitationes horrent, ac vbi quis exuitur, donec prælium conserat, quum verò refrigeratur, rursus horret, & dentium fremitus corpus occupat, somnóque grauatur; quum- C que expergiscitur, sæpius oscitat. A cœna verò ei palpebræ ingrauescunt, progressúque temporis malignæ febres succedunt. Cauere igitur oportet, ne huc vsque res progrediatur, sed prius ita curare. Imprimis quidem exercitationum omnium dimidium detrahatur. Cibis verò omnibus humidioribus & frigidioribus vtatur, potibúsque mollioribus ac dilutioribus. Vbi autem dies quinque præterierint, detractorum laborum tertia pars adiiciatur; cibis verò iisdem vtatur. Post alios autem quinque dies, reliquorum laborum dimidium adiiciatur. Rursúsque alio quinto post die, D labores omnes sed leuiores pauciorésque restituito, vt ne iterum exuperantia contingat. Iis enim qui signis huiusmodi conflictantur, labores cibos excedunt. Æquales igitur reddere oportet. Ac quibusdam hæc non contingunt, sed partim quædam, partim verò minimè. In omnibus autem istis signis, labores cibos superant, curatióque eadem est. His autem calida lauare, & molliter cubare conducit, semélque atque iterum inebriari, sed non supra modum. Quòd si post hæc rerum venerearum vsus accesserit, à laboribus quiescendum, à deambulationibus verò prorsus abstinendum.

ΠΕΡΙ ΥΔΑΤΩΝ

ΕΚ ΓΑΛΗΝΟΥ, ΟΡΙΒΑΣΙΟΥ, ΡΟΥΦΟΥ, ΔΙΟΚΛΟΥΣ, ΚΑΙ ΑΘΗΝΑΙΟΥ.

Ἐκ τοῦ ιδ΄. κεφαλαίου τοῦ πρώτου πρὸς Εὐνάπιον Ὀρειβασίου.

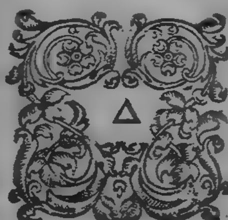
DE AQVIS

EX GALENO, ORIBASIO, RVFFO, DIOCLE, ATHENAEO.

Ex Libri primi Oribasij ad Eunap. cap. 14.



Oportet autem aquarum tum probitatis tum prauitatis expertos esse; nam aquæ ad omnem victus rationem quàm cætera propè omnia plures habent vsus. Ergo sciendum est optimam aquam esse, quæ & gustu, & odoratu, omnis prorsus qualitatis expers deprehenditur. Statim verò & hæc bibentibus iucundissima est, & aspectui pura est, quum verò hypochondria celeriter permeat, nulla præstantior quærenda est. Nam quæ in hypochondriis diu morantur, ventrémque feriunt, inflant, ac grauant, licet prædicta bona adsint, tamen semiuitiatæ existimandæ sunt, siquidem eiusmodi aquæ neque citò calescunt, neque frigescunt; quin & quæ in ipsis elixantur, tardissimè ac deteriùs coquuntur. Satius igitur est eiusmodi aquam experientia iudicare. Qui vero vult ipsas ex indiciis discernere, ex dicendis iudicet. Quæ enim ad Septentrionem spectant, solémque auersum habent, illæ cùm tardiùs permeant ac ægrè concoquuntur, tum etiam tardè calefiunt & refrigerantur. Quæ verò ad Orientem sitæ sunt ac per meatum quendam aut terram colatæ celerrimè & calefiunt & refrigerantur, eas optimas esse sperandum est. Bonæ etiam sunt quæ æstate quidem frigidiores, hyeme verò calidiores existunt. Nonnulli etiam pondere ipsas probant, ac quæ leues sunt, eas meliores arbitrantur; sed equidē si ad prædicta cætera indicia id accedat, laudandum est; solum verò, non satis idoneum bonarum aquarum argumentum. Pluuiales verò, vt ait Hippocrates, leuissimæ, dulcissimæ, tenuissimæ, limpidissimæque sunt, propterea quod sol quod tenuissimum leuissimúmque est, trahit, idque non ex aliis aquis solùm, sed ex ipso etiam mari ipsísque etiam humanis corporibus. Quocirca aquæ pluuiæ citissimè omnium putrescunt, vt quæ variis pluribúsque constent qualitatibus. Sed nemo autem et aquam facilè putrescentem, esse pessimā, mutationis enim facilitas virtuti potius quàm vitio tribuitur; quare vbi habueris optimarum aquarum notas, quamuis facilè putrescāt, hæc optima censenda est. Quum verò iam mutari cœperit, bibentibus raucitates, tusses, vocis grauitates affert. Harum autem aquarum pluuia-



A ΔΕΙ δὲ καὶ τῆς τῶν ὑδάτων ἀρετῆς τε καὶ κακίας ἐμπείρους εἶναι· πολύχρηστα γὰρ τὰ ὕδατα σχεδὸν ἁπάντων μᾶλλόν ἐστιν εἰς ἅπασαν δίαιταν. εἰδέναι χρὴ τοίνυν τὸ ἄριστον ὕδωρ ἀποιότατον εἶναι, καὶ κατὰ γεῦσιν, καὶ κατ' ὀσμήν. εὐθὺς δὲ τοῦτο, καὶ ἥδιστον ὑπάρχει τοῖς πίνουσι, καὶ ὀφθῆναι καθαρόν· ὅταν δὲ καὶ ὑποχωρῇ τῶν ὑποχονδρίων ταχέως, μηδὲν ζητεῖν ἕτερον ἄμεινον. τὰ γὰρ ἐν ὑποχονδρίοις χρονίζοντα, καὶ τὴν γαστέρα πλήττοντα, καὶ ἐμφυσῶντα, καὶ βαροῦντα, B τῶν προειρημένων ἀγαθῶν ὄντων, ἡμιμόχθηρα νομιστέον· οὔτε δὲ θερμαίνεται ταχέως, οὔτε ψύχεται τὰ τοιαῦτα τῶν ὑδάτων. ἀλλὰ καὶ ἐν αὐτοῖς ἑψήμενα, βραδύτατα καὶ κάκιον ἕψεται. βέλτιον μὲν οὖν τῇ πείρᾳ κρίνειν τὸ βέλτιον ὕδωρ· ὁ δὲ βουλόμενος καὶ διὰ γνωρισμάτων διαγινώσκειν, τοῖς ῥηθησομένοις κρινέτω. τὰ μὲν γὰρ πρὸς ἄρκτους ἐστραμμένα, καὶ τὸν ἥλιον ἀπεστραμμένα, βραδύπορά τέ ἐστι, καὶ θερμαίνεται, καὶ ψύχεται βραδέως. τὰ δὲ πρὸς τὰς ἀνατολάς, καὶ διὰ πόρου τινός, ἢ γῆς ἠθούμενα τάχιστα θερμαίνεται καὶ ψύχεται, ταῦτ' ἐλπίζειν εἶναι κάλλιστα. καλὰ C δὲ καὶ ὅσα θέρους μὲν ψυχρότερα, χειμῶνος δὲ θερμότερα. τινὲς δὲ καὶ τῷ σταθμῷ δοκιμάζουσι, τὰ κοῦφα νομίζοντες ἀμείνω. τοῦτο δεῖ μὲν εἰ πρὸς τοῖς ἄλλοις ὑπάρχει τοῖς εἰρημένοις, ἐπαινεῖν· μόνον δέ, οὐκ ἐξαρκεῖ τεκμήριον εἶναι τῶν ἀγαθῶν. κουφότατα δέ, ὥς φησιν Ἱπποκράτης, τὰ δὲ ὄμβρια, καὶ γλυκύτατα, καὶ λεπτότατα, καὶ λαμπρότατα, διότι ὑπὸ τοῦ ἡλίου τὸ λεπτότατον ἕλκεται, καὶ κουφότατον· ἀνάγει δὲ οὐκ ἐκ μόνων τῶν ἄλλων ὑδάτων, ἀλλὰ καὶ ἀπὸ τῆς θαλάττης, καὶ τῶν σωμάτων αὐτῶν. διὸ καὶ εὐσηπτότατά ἐστι πάντων, ὡς ἂν ὑπὸ D διαφόρων, καὶ πλειόνων ποιοτήτων συνιστάμενα· μή τις δ' ὑπολάβοι κάκιστον εἶναι τὸ εὔσηπτον ὕδωρ· τὸ γὰρ εὐαλλοίωτον πρὸς ἀρετῆς μᾶλλόν ἐστιν ἢ κακίας. ὥσθ' ὅταν ἔχῃ τὰ γνωρίσματα τῶν ἀρίστων ὑδάτων, καὶ εὔσηπτον ὑπάρχει, κάλλιστον ὑποληπτέον αὐτό. τρέπεσθαι μὲν ἀρχόμενον, τοῖς πίνουσιν αἴτιον βραγχῶν τε, καὶ βηχῶν, καὶ βαρυφωνίας καθίσταται. τούτων δὲ τῶν ὀμβρίων ὑδάτων τὰ

θερμὸν τοῦ λελαπτώδους ἄμεινόν ἐστι, καὶ τὸ βροντιαῖον· τὰ δ' ἀπὸ κρυστάλλου, καὶ χιόνος πονηρότατα· κατὰ γὰρ τὴν πῆξιν τοῦ ὕδατος, πᾶν τὸ λεπτομερέστερον ἐκθλίβεται. κακῶς δ' αὖ ἔχοντά τε καὶ ἰλυώδη, καὶ δυσώδη, καὶ ποιότητας ἀτόπους ἔχοντα, ταῖς ἑψήσεσιν ἐπὶ τὸ βέλτιον τρέπονται, οὕτω πίνειν κεραννυμένας οἴνῳ· τὰ μὲν στρυφνά, τῷ γλυκυτέρῳ· τὰ δ' ἄλλα, τῷ στρυφνοτέρῳ. τὰ δὲ καὶ διηθεῖν συμφέρει, τὰ ἰλυώδη, καὶ ἀσφαλτώδη, τὰ δ' ἁλυκά, καὶ ἀλφίτοις ἠθεῖν· τὰ δὲ λίαν ψυχρὰ μετὰ τροφὴν πίνειν, καὶ μηδὲ ἀθρόως, μηδὲ χανδόν, μηδ' ἄνοινα. τινὲς δ' ἐξευρήκασι βρωτά, καὶ ποτὰ πρὸς τὰς τῶν ὑδάτων κακίας ἰάματα, καὶ οἱ μὲν ἐρεβίνθων ἀφεψήματα προπίνουσι, καὶ αὐτοὺς ἐσθίουσιν· οἱ δὲ καυκαλίδας ὡσαύτως μετά τινος ἰχθύος ἑφθάς, καὶ μάραθρα ὁμοίως· οἱ δὲ τὰ τεῦτλα, καὶ κολοκυνθίδας προεσθίουσι μεθ' ἅλμης οἴνῳ κεκραμένῳ.

A lium æstiua præstantior est; quæque ex tonitruo fit, quàm quæ ex nimbis est demissa; quæ verò ex glacie ac niue *fiunt*, pessimæ sunt, in aquæ enim concretione tenuis pars omnis exprimitur. Quæ autẽ malæ sunt, & palustres, & fœtidæ, & absurdis qualitatibus præditæ, elixationibus ad melius reducendæ, sic bibendæ sunt vino temperatæ; acerbæ quidem, dulciori; aliæ verò, acerbiori. Confert autem & palustres, & bituminosas percolare, sed salsæ polentis colentur; & quæ vehementer frigidæ sunt, post cibum bibendæ, sed neque confertim, neque affatim, neque sine vino. Nonnulli cibos ac potus remedia aduersus aquarum vitia inuenerunt; ac alij quidem cicerum decoctum præbibunt, ipsisque vescuntur; alij caucalidas pariter cum pisce aliquo elixas, simili quoque modo fœniculum, alij betas & cucurbitas cum muria vinóque diluto præmandunt.

CAPVT PRIMVM.

Libri quinti Collectionum medicinalium ad Iulianum Imperatorem. De Aquis ex Galeno.

AQua quæ optima est, omni prorsus carere debet qualitate non ad gustum tantum, sed etiã ad olfactum. Fuerit autem, & hæc ipsa tum iucundissima bibenti, tum exquisitè pura. Si verò etiam celeriter ab hypochondriis descenderit, non est, quòd præstantiorem aliam perquiras. Ita vt quæ puræ quidem sunt, & splendidæ, & dum bibũtur non iucundæ, diutius tamẽ in hypochondriis morantur, vel vẽtrem ferientes, vel inflantes, vel grauantes, semipraue censendæ sint. Enimuerò multæ etiam tales sunt de quibus præcipuè mihi videtur scripsisse discrimẽ ab optimis aquis Hippocrates, vbi inquit, Aqua quæ citò calefit ac refrigeratur, leuissima est. Neque enim in cœnosis, vel maleolentibus, vel quid medicamentosum gustu præ se ferẽtibus, eiuscemodi dignotio ex vsu est, vt quæ manifestè omnibus appareant; sed in quibus nihil quidẽ eiuscemodi insit, verùm alia quædã ob praui aëris admixtionem vitiositas circa aquam sit; vel etiam aliquod aliud insit vitium ipsi aquæ connatum, quod latentem habeat causam; in his enim memorata hæc dignotio optimum est indicandi instrumentum; neq; enim celeriter aut calefiũt, aut refrigerantur eiuscemodi aquę. Alia quoque huic similis est dignotio per ea quæ in ipsa elixantur, vel olera; vel legumina, vel fructus, vel radices, vel carnes; celerrimè enim in optimis aquis, tardissimè in prauis elixantur. Hásque tam prauas aquas veteres quidam ἀτέραμνα & ἀτεράμονα, id est indomitas, ægréq; coctibiles, seu crudas appellarũt; quo pacto & ipsa enim legumina, quę difficulter elixantur. Tutissimum ergo est experimento talem aquam iudicare. Quòd si quis etiam ex iudiciis eius facultatẽ pręnosse velit, quarũ fontes ex saxis scaturientes, ad septentrionem erumpunt, Solémque aduersum habent, has omnes ægrè coctibiles, tardísque transitus esse iudicandũ est; statim etiam ipsis accidit, vt tardè tum calefiant, tũ refrigerentur. Sicuti contra, Quarum fontes ad orientem erumpunt, ac per meatum quendã, ac terrã puram percolantur, celerriméque tum calefiunt, tum refrigerantur, has præstãtissimas esse sperandũ est. Aquę verò pluuiales (vt inquit Hippocrates) sunt leuissimæ, dulcissimæ, limpidissimę, ac tenuissimę. Nam Sol leuissimam aquæ partem tenuissimámq; attollit, sursúmq; rapit; attollit autem non ab aliis aquis tantùm, sed & à mari omnibusq; aliis corporibus: vnde celerrimè omnium putrescunt. Maximè enim ea corpora quæ vnam in seipsis habent qualitatem, difficiliùs putrefiũt, quàm quæ multas obtinent: quando non ob aliã causam corpori adsit, vt vel difficulter, vel facilè putrescat. Sanè animum attendere oportet, ne quispiam aquam quæ
B celerrimè putrescit, deterrimam esse opinetur; eadem enim etiam præstãtissima esse poterit, vbi omnia optimarum aquarũ indicia superiore sermone tradita habuerit. Nam quod facilè secundum qualitatem alteretur, id in bonitatem potiùs, quàm vitiositatem aquę referendum est; signum autẽ bonitatis pluuialis aquæ est, quod à solari caliditate concoquantur; nam à cætera omnia quæ elixantur, seipsis dulciora euadunt. Quum verò putrescere cœperit, penitus absurda est; qui enim aquam adhuc putrescentem bibunt, raucitatibus, tussibus, vocúmq; grauitatibus, corripiuntur. Ex ipsis autẽ pluuialibus aquis, quæ æstate fit, quam horeã, id est horariam, seu temporariam Hippocrates vocat, nimbali
C præstantior est. Melior etiam est nimbali tonitrualis. Quæ verò ex glacie, vel niue liquescenti fiunt, deterrimæ sunt; nam in iis, quæ à frigore congelantur, quicquid in ipsis continebatur, quod tenuissimarum esset partium, id totum exprimitur. Sanè prętiterit, quæ fęculentæ sunt, & maleolẽtes aquæ, & quæcunq; absurdas habẽt qualitates, eas priùs elixatione alteratas offerre. Et in alium etiam vsum aquam præcalefaciẽtes refrigeramus, quamuis neque gustum, neque olfactum prauum habeat, exquisitéque sit pura, quando ipsam diutius in ventriculo commorari, nocumentúmq; aliquod inferre experti fuerimus. Nam caliditas aquam quæ elixatur, totam æqualiter fundẽdo, eam aptam ad secretionem reddit. Dum enim refrigeratur, terrestres
D quidem partes innata grauitate descendentes, ad vasculi fundum peruenient, aqua verò his supernatabit, qua sensim in aliud vas transfusa, citra noxam vti poterimus. Post elixationem verò quando aquam frigidissimam reddere voluerimus, niuem quidẽ si habeamus, aquæ priùs calefactæ extrinsecus ipsam circũponimus; niue verò si careamus, ex puteis, vel aquęductibus, refrigerationem ipsi comparamus, ipsam nimirũ prius calefacientes, vt alteratu facilis reddatur. Nam quicquid antè calefactum est, promptiùs in seipsum totum, alterationem, quæ à vicinis corporibus fit, suscipit. Quum verò vasculũ in puteos demiserimus, vel aquæductibus subiecerimus, necessariò operculũ ipsi faciemus; ac vndique ipsum exquisitè stipabimus, vasculum sanè non implentes, sed vacuum id aliqua ex parte facientes, vt nimirum aër qui inter operculum & aquam in vasculo positam medius est, priùs refrigeatus,

geratus, ita contactu propinquam aquam refrigeret. Vbi autem nihil eiuscemodi adest, vt in Ægypto, vasculum suspendentes, detectum id quò aërem suscipiat relinquimus. Quoniam vero nec incidentis, nec calidi quicquam habet aqua, iure optimo tardè meat, ægrè concoquitur, ægrè itidem subducitur omnis aqua, quamuis alioqui optima sit. Moratur enim multo tempore in ventriculo, fluctuationes ipsi ferè semper inferens, sique ventriculus biliosus fuerit, simul & ipsa aqua corrumpitur, quumque vix à ventriculo in ieiunum transierit, haud facilè distribuitur. Quapropter nec ad mouendam vrinam, nec ad educendum sputum natura apta est. Neque tamen sitim sedat, etiam si diutissimè in ventriculo moretur, quandoquidem in totam profunditatem non immergitur, nec ariditatem irrorat. Quòd autem non nutriat, sed vehiculum dumtaxat nutrimenti sit, dudum ab Hippocrate, aliisque præstantissimis medicis dictum fuit; quare nec vitalem virtutem potest roborare. Et hæ sunt causæ, cur Hippocrates relicta aqua, ad melicratum, oxymeli, & vinum, in ægrotantibus peruenerit. Ac quantum quidem ad hæc, nunquam ea quis vteretur, plerique tamen in aliis falsi, ad aquam confugiunt, in qua danda magnopere non potest aberrari, quum nec vires etiam magnas ipsa habeat. Prauus autem fit vsus oxymelitis, vini, & melicrati, tum ob confertas mutationes, & tum ob acraton hoc est intemperatam, meracámque, seu impermixtam mixtionem à medicis magna ex parte factam. Nam veluti manus quædam, quæ ad distributionem aquam rapiat, minimum omninò vini immiscendum est, quo nimirum aqua syncera esse desinat, sic sanè oxymeli illud quod aquosum est laudo. Posset etiam quis eo melicrato, quod aquosum est, citra periculum vti; nam quod impermixtum est, nisi prius aluum subducat, maximè nocuum euadit, ac præsertim in picrocholis, & iis qui magna habent viscera; in quibus sanè corporibus aqua etiam ipsa nocua est, quando in bilem versa fuerit, diutiùs in hypochondriis morata; præter enim hæc omnia, quæ habet mala, adhuc etiam quum sit stercoris expers, nullam alui subductionem facit. Quòd verò hæc ipsa, quum in accessionum initiis bibitur, lædat, omnibus sanè notum est. Quando ergo in potu vtilis erit aqua? quando sola potione pro diæta laborans vtitur, ptisanæ cremorem nondum assumens. Tunc ergo in medio aliorum potuum aquam quis in tempore offerat, præcipuéque quando laborans siticulosus sit, nam inundationem, græcè πλημμυρίδα, quandam hoc est humiditatis multitudinem, ab ipsa fieri asserit Hippocrates; quare inter melicratum, & oxymeli parum aquæ dat, quippe quæ ad expuendorum humiditatem conferat. Quin & vbi vinum maximè nocuum sit, tunc & aquam dat: nocuum autem est, quum vel delirat laborans, vel caput vehementer dolet. Suam igitur propriam naturam humidam, ac frigidam habet aqua; ascititiam autem acquirens caliditatem, calefacit quidem ac humectat propinquas sibi res. At non similiter ambo hæc facere natura apta est, verùm humectat quidem summè, siue tepida, siue temperata, siue etiam calidior existat, calefacit autem non summè, nisi quæ extremè ferueat. Exploretur autem hic sermo in temperata natura. Si enim huic naturæ aquam temperatè calidam offeras, siue lauando, siue perfundendo quamcunque velis partem, hanc ipsam humidiorem, ac calidiorem demonstrabis in ipso perfusionis tempore. Si verò posthac quieueris, vt qui frigida corpus, nec coëgeris, nec densaueris, paulò post frigidiorem ipsam se ipsa factam comperies, caliditate innata immoderatiùs perspirata. Non tamen, quem-

A admodum frigidius deinceps, ita etiam siccius demonstrat corpus calidæ aquæ vsus: quamuis certè & hoc fieri videretur, tum ob meatuum raritatem, tum ob corporis mollitudinem, tum denique ob substantiæ fusionem. Necesse est enim vt largior in huiuscemodi affectionibus fiat euaporatio, vapor autem humor est attenuatus. Verùm non sic se habet rei veritas. Nam quæ in vasis, ac aliis vacuis regionibus continentur humiditates, vniuersæ vacuantur; corpora verò ipsa vasorum, ac vniuersum carnosum genus, humidius se ipso fit, & hanc solam facultatem, vt videtur, nunquam deponit aqua. Neque enim cum feruens B comburit, corpora quæ vsta sunt, sicca euadunt, vt quæ ab igne assata sunt, neque etiam quum summè frigida facta, toto die vel etiam longiori tempore super aliquam partem perfunditur, eam sicciorem reddit, sed hæc quidem accidunt, propterea quòd humiditas, quæ in vasis aliisque regionibus continetur, vacuata est; innatæ autem, ac solidæ ipsæ partes, hoc est τὰ πεφυκότα nulla in re se ipsis sicciores fiunt.

CAPVT II.

De Aquæ frigidæ, & Oxymelitis in ægrotantibus exhibitione.

C QVoniam omnis affectio corporis, quæ præter naturam est, à sibi ipsi contrariis curari est ostensa, patet febrem quoque ipsam à frigida extinctam omninò iri, quando ipsa sola fuerit, sine vlla affectione, quæ à frigida lædatur. Nam si cum febre, alia sit affectio, quam frigida lædit, licet quæ ex hac ipsa affectione orta est febris, à frigda confestim extincta fuerit, alia tamen deinde grauior febris accendetur, aucta ea affectione, quam frigidæ potio læserat. Læduntur autem à frigida affectiones, tum quæ sunt partium phlegmone laborantium, tum quæ sunt D succorum incoctorum, quorum nota, ac indicium est ipsa vrinarum cruditas. Si igitur vrinæ concoctæ sint, simúlque nulla pars principalis phlegmone vexetur, hæc satis erunt, vt ad frigidam dandam nos impellant. Quòd si æstatis tempore vehementia febris aliquando vrgeat, laboránsque iuuenis sit, ac frigidæ potioni assuetus; si vnà cum aspectu, ac consistentia vrinarum sedimentum laudabile videas, frigidam dando, non peccaueris, quamuis aliqua particula phlegmone vexetur: sed malueris hoc in loco, febris quidem vehementiam quamprimùm sedari, reliquias autem phlegmones pluribus diebus E indigere; scirrhosiores enim, solutúque difficiliores vt ipsæ euadant, necesse est. Si igitur non admodum adurentes sint febres frigidam dando in partibus phlegmone laborantibus, magnopere à coniectura aberrabis. Nam quæ vehementer flammeæ sunt febres, phlegmonen erysipelatosam quoquomodo esse significant, ideoque frigida etiam hanc iuuat, sicuti in exterioribus conspicitur. In iis ergo, qui incipientes habent phlegmones in iecore, ventriculo, aliisque eiuscemodi partibus, exquisitiori determinatione est opus; magnopere enim hi omnes læduntur, licet in tempore assumpserint, si aliquantum potus ipse quantitate excedat. Quoniam autem principia earum F phlegmonarum, quæ sine ictu, aut vulnere consistunt, vel ob imbecillitatem partium, vel ob aliquam igneã caliditatem fiunt; eas quidem, quæ ob imbecillitatem fiunt, semper frigida lædet, eas verò quæ ob igneam quandam caliditatem, ea ipsa moderatè exhibita iuuabit, periculum enim est in largiori potu dando, ne pars ad contrarium excessum transeat.

Adhuc verò tales affectiones frigida potio iuuabit, si dum sani erant, ea ipsa vti solebant. Considerandi igitur sunt, qui in thorace, ventriculo, iecore, ceruice, ac toto capite sunt validi morbi. Nam artus (quæ cola græcè hoc est membra longa dicuntur) haud magnopere fortasse lædentur; lædentur etenim aliquantulum per quasdam affectiones, quas deinceps dicam. Quòd verò horum eadem futura sit noxa, quanta prædictarum partium validè affectarum sit, ne id quidem idiota assereret. Si igitur erysipelatosa, vel herpistica, hoc est serpiginosa quædam affectio in hypocondrio sit, vel erysipelatosa phlegmone, vel aliqua alia affectio summè calida ex intemperie nimirum sine succis genita, tunc frigidæ potio iuuabit; Sicuti eadem maximè lædet, vbi abscessus, vel œdema, vel scirrhus, vel vlcus, vel intemperies frigida affuerit. Quoniam autem de artubus dicere sum pollicitus, sciendum est, quòd quæ in his sunt phlegmonæ neruosarum partium, à quibus alioqui spasmorum imminet periculum, à frigidæ potione maximè læduntur. Si autem in carnosa artuum parte phlegmone gignatur, bibere etiam frigidam homo poterit. Et si extrinsecus membro phlegmone vexato obtulerit, lædetur quidem, non tamen insigniter, nec omninò manifestè, præsertim si frigidæ potioni fuerit assuetus. Quum igitur febris fuerit sola sine vlla alia affectione, quæ à frigida lædi possit, tantum frigidæ dandum est, quantum laborans ipse anhelitu non iterato haurire poterit. Oxymeli autem æstatis tempore frigidum datur, vt laborantis sitim non exacuat; quapropter etiam antequam concoctus sit morbus, oxymeli frigidum dare audemus æstatis tempore, aquam certè iam eiusmodi affectione ad saturitatem non daturi; nam tum phlegmonen densabit, si ob eam febricitent; tum succos seruabit incoctos, si ob hos ægrotent. At oxymelitis tunc parum damus, tanquam tepidum prius sit in ventriculo euasurum, quàm eius frigiditas vsque ad costam distribuatur. Quòd si exiguum quid distributum etiam fuerit, illud ab ipso oxymelite corrigetur, vt quod incidendi facultatem habeat.

CAPVT III.

Ex libris Ruff. de Aquis. Est in secundo libro de Diæta, seu potibus.

AQuæ, quæ resides sunt (voco autem eas, quæ sunt ex puteis) quum minimè sint agitatæ, neque valdè tenues sunt; sicque intrò inierint, minùs madefaciunt, ac dissoluunt cibos, minùs item concoquunt, nec benè etiam per vrinam redduntur præ crassitie, & quia frigidæ sunt. Fiunt autem potabiliores, tum crebro haustu, ac si effluerent, tum expurgatione puteorum. Quæ verò fluunt, multò sunt tenuiores, atque ad madefaciendum præstantiores, ad concoctionem item, & ad vrinæ redditionem. Quæ verò sunt ex stagno, omnes pessimæ sunt; nam & odorem absurdum habent, sicuti putrefactæ, & æstate quidem calidæ fiunt, hyeme autem frigidæ: quod maximum signum prauitatis aquarum statuo. Æstate igitur ventres perturbant; tardè etiam in vesicam transeunt, sæpius item dysenterias, ac lienterias homini inferunt, à quibus res tandem in aquam intercutem cedit. Hyeme verò quum frigidæ sint, ventres quidem non admodum perturbant; rupturas autem, pleuritides, & tusses faciunt; quin & ad lienem repunt, postea in aquam intercutem desinunt; ex liene autem & pedes vlcerantur, & ea ipsa vlcera celerem curationem non admittunt. Solæ autem, quæ in Ægypto sunt paludes, ex omnibus quas nouerim, sunt salubres, quod & hyeme aqua non putrescat, neque enim supercalesit; & autumno Nilus paludes replendo, antiquam aquam extrudat, & aliam recentem in eius locum reponat. De aquis autem pluuialibus hæc cognosco. Aquæ pluuiales leues sunt, tenues, puræ, gustantique dulces, & si quid in ipsis elixare volueris, celerrimè id elixatur; sique ipsas calefacias, celerrimè calefiunt, vinóque perexiguo temperantur; quare bonæ sunt ad concoctionem; bonæ ad vrinarum secretionem; bonæ iecori, lieni, renibus, pulmoni, ac neruis; quum enim facultatem valdè refrigerantem non habeant, meritò hisce partibus fiunt benigniores. Vernales ergo, ac hyemales opportunissimæ, ac optimæ sunt, quas sanè ego præcipuè laudo. Autumnales autem & æstiuales fuerint quidem aliis præstantiores, sed non omnes omnibus; nam facultatibus quidem eas, quæ in terra sunt, antecellunt, quàm verò sint vernalibus hyemalibúsque inferiores, dici sanè non potest, nam terra siccius vaporat æstate, & autumno, & aër multas habet terræ sordes, quas pluuiæ purgant. Tales igitur sicciores, nitrosioresque vt sint necesse est, atque ad abstergendum per intestináque descendendum idoneæ; minimè tamen sunt accommodatæ renibus, pulmoni, & arteriæ; quin & plus vini tales aquas ferre necesse est, quò earum nitrositas vincatur. Differunt autem non parum etiam aquæ penes flatus ventósve aquilonares, & australes. In aquilonaribus enim dulcior quidem pluit aqua, verùm frigidior, in australibus autem minùs quidem dulcis, calida autem magis. Et in vniuersum tempora, quæ imbribus pluuiisve abundant, dulciorem; quæ eisdem carent siccæque sunt, nitrosiorem aquam præbent. Quæcunque autem à niue, & glacie fluunt aquæ, vniuersæ duræ quidem sunt, frigiditatéque excedunt, dulces tamen sunt gustanti; aqua autem quæ dura, frigidáque sit, neque ad concoctionem, neque ad vrinæ redditionem commoda est, quin & neruis, pectori costisque, mala est, nam & spasmos tetanosque infert, ruptionésque in thorace facit, vt etiam nonnulli subcruenta expuant, ac suppurentur. Fontanæ autem aquæ, quæ ad orientem vergunt, vniuersæ humiditate, tenuitate, odoris bonitate, quodque tum moderate humectent, tum moderatè calefaciant, cæteris excellunt. Quæ ad septentriones, dulces quidem sunt, sed immoderatiùs refrigerant. Quæ ad occidentem, violentæ sunt in refrigerando, violentæ item & duritie, vnde raucitatem, laterum morbos, ac spasmos inducunt. Quæ ad meridiem, salsiores calidioresque sunt, miniméque vt per vrinam reddantur idoneæ; ad secessiones autem per intestina, præstantiores sunt. Atqui licet aquas, quæ sunt in meridie, non laudem, Nilum tamen ita laudo, vt paucis admodum fluuiis in bonitate aquæ comparandus videatur, nam & ventrem subducit, mulieribúsque purgationes citat, & in puerperio bibitur. Pleræque verò meridionales aquæ resides sunt, quibus duplex est noxa, altera à regione, altera quòd non effluat. Pro terræ verò natura sic de aquis dignoscere oportet. Nam terrarum alia est plana, seu campestris, alia colles, & montes. Campestris ad aquarum effluxiones deterior est, multique hoc in loco putei fossiles, fontésque resides sunt. Colles, & montes sunt præstantiores, nam & puriores aquas, tenuiores, & meliori præditas odore, dulcedinéque suauiores præbent. Rursus camporum nonnullis salsugo, & nitrum insidet æstate & autumno, nonnullis nihil, verùm terram hanc, dulcem appellant, hîc ergo & aqua est præstantior, potabiliórque, illic salsa,

ac nitrosa. Ex montibus itidem alij terrei alij petrosi; ac terrei aquas habent præstantiores, quo ad mollitiem, & quia minus sint frigidæ; petrosi, quo ad duritiem, & frigiditatem aquas habent deteriores, puriores tamen cæteris, sedimentóque vacantes. Maxima autem, ac notabilissima in aquis est differentia, tum ex metallis, tum ex herbis illic natis. Ac metalla quidem, tum ad aliam habitationem, tum ad aquæ potionem nocua sunt. Herbæ verò nonnunquam quidem admodum lædunt aquam, nonnunquam autem ipsam adiuuant, vt sium, calamintha, & adiantum: hæ enim plurimæ in riuis, seu canalibus nascuntur, ac laudabilem quidem aquam lædunt; prauam verò alioqui iuuant, quum quoddam ab eis veluti medicamentum ipsi aquæ commisceatur. Euadunt autem præstantiores, vt per vrinam reddantur, eiuscemodi aquæ. Non minima ergo habenda est consideratio, an etiam à terra, vel aliunde aliquod aquis vitium adueniat, quòd non satis sit fontes hîc quidem præstantiorem aquam, ac potabiliorem, illic verò salsam, ac nitrosam præbere, nisi etiam quæ ad riuos attinent, similia existant. Quæ igitur maxima sunt, in hoc sermone dicta sunt: dicantur autem & alia signa bonitatis aquarum. Quæcunque aquæ hyeme quidem calidæ sunt, æstate vero frigidæ, quoquo modo videntur esse optimæ. Quæ verò simili modo in calore, & frigore, quo tempora se habent, pessimæ. Nam æstate in terræ superficiem calor aduentat, hyeme in profundum immergitur: ob ídque mihi videntur fontes, quicunque à profundissimis partibus fluunt, & quæcunque antra caua, omnia per hyemem calidissima esse, per æstatem frigidissima; ideoque omnia, quæ in superficie sunt, vnà cum temporibus commutatur, quocunque modo ea ipsa tempora in calore, vel frigore se habeant. Mirabile autem est, quod alicubi aqua hyeme euanescit, æstate apparet, quamuis contrarium iure esse deberet. Verùm etiam huiusce rei causam calor ipse habet, vt qui profundas aquas secum conuehat, nam & hæ calorem ipsum sentiunt. Quicunque enim fontes profundi sunt, parúmque admodum ab externis imbribus suscipiunt, hyeme quidem ac per vehementissima frigora minimos, æstate vero maximos comperies. Quare & quod in Delo est stagnum; hæc ipsa eisdem de causis patitur, puteíque, qui in Pythopoli sunt. Vna ergo hæc ipsa est bonarum ac prauarum aquarum cognitio, si hyeme calidæ, æstate frigidæ sint. Secunda vero, si in ore gustantis nihil notabile habeant. Ita vero nec multo vino pro temperando indigebunt, omníque vino conuenient. Esto autem & pura illa, quæ præstantior sit, nec alioqui colore infecta, nec fæcem, subsidentiámque habens. Statim vero quæ pura est pondere etiam est leuis, nam quæ pondere leuis est, terræ semper impermixta est; quæ vero est grauis, terræ ratione plus grauat. Sunt & hæc non minimè consideranda, vt si cito ipsa calefiat ac refrigeretur; nam eiusmodi aquæ cæteris sunt præstantiores. Et quomodo ad concoctiones, quomodo item ad secessionem se habeant; nam quæ citiùs concoquunt, sunt præstantiores, & quæ secedunt, si per vesicam secedant, sunt præstantiores; deterior autem est aquæ per intestina secessio. Quarum vero in nostra arte non est opera perdiscere, ea ab incolis percontari debemus; nequaquam autem facilè sciri possunt, quæ præter rationem eueniunt. Ne diutiùs morer, Aqua in Leontinis est, ex qua si quis biberit, moritur; Huiuscemodi alia in Phæneo Arcadiæ conspicitur, quam Stygos hydor appellant. Huiusmodi item alia in Thracia, & stagnum illud, quod apud Sauromatas est, quod nec auis transuolare potest. Et aliud etiam apud Medos est, cui ichorem nigrum supernatare dicunt, qui vbi igni admotus fuerit, accenditur, hoc medicamento Medeam tradunt Creontis filiam perdidisse. Est etiam Susis aqua, quæ si bibatur, dentes excutit. Sybaris autem fluuius homines infœcundos reddit. Quæ vero in Æthiopia est aqua rubra appellata, furorem inducit. Quæ in Ægypto est, bibentium capita depilat. Horum sanè nihil sciri potest, cur qui illis inconsideratè iam vsi fuerunt multi quidem mortem obierint, multi vero aliud quid inconueniens perpessi fuerint. Sunt & aliæ multæ aquarum facultates, quæ non secundum cummunem naturam se habent. Nam quæ Lycestis est aqua, bibentes ad temulentiam adigit. Quæ in Clitolio Arcadiæ est, in ea si quis se lauerit, odorem vini amplius sustinere non poterit. Aqua Arethusæ in Chalcide, mulieres quidem iuuat; cætera vero animalia, si ex ea biberint, pedum doloribus afficiuntur. Cydnus pedum dolores sedare creditur, quamuis frigiditate excellat. Qui vero habitat vbi praua est aqua, excogitare debet, vt ipsam potabiliorem efficiat. Optimum igitur erit, vt ipsa in fictilibus vasis elixetur; ac vbi noctu refrigerata fuerit, rursúsque calefacta bibatur. Si vero exercitui bonam aquam ex praua præparare fuerit opus, foueas ex ordine ab altissimis locis ad decliuia fodere, per illásque aquam ducere oportet, terra dulci ac pingui, quæ conficiendis fictilibus sit idonea, in foueas iniectas: semper enim hoc modo aquæ vitiositas in foueis remanebit.

CAPVT IV.

Aquæ correctio ex libris Dioclis.

AQuam imbecillimam efficies, si tertiam partem decoquas, & ouorum alba similiter incoquas; iniicere autem in hæc ipsa oportet glebam argillæ aridæ, quousque maceretur; sit autem mensura semisextarius in amphoram. Vbi autem decoxeris, bibatur; ita etiam odorem ab aqua extrahes, si calefactam manu ad ventum perfundas, & in vase immenso insoles, atque in multa vasa paulatim diffundas.

CAPVT V.

Aquæ purgatio ex libris Athenæi.

AQua defæcatur partim vasis stillacidiis (quæ stacta à Græcis appellantur) partim colis (quæ ab eisdem hylisteres vocantur) quæ nonnunquam quidem simplicia, nonnunquam vero duplicia, vel triplicia fiunt, vt purissima aqua per hæc ipsa excipiatur. Quin & foueæ, tum iuxta mare, tum iuxta stagna fiunt: illic quidē, quum aquam potabilem à mari secernere volumus; hîc vero, vt si conturbatum fuerit stagnum, hirudinésque in se, vel aliqua etiam alia vitia habuerit, purissima maximéque innoxia aqua per terram transudans, in fossas colligatur. Vbi vero multa aquæ quantitas haurienda sit, vt in exercitibus, latera foueæ lapidibus vel lignis in orbem circundant, atque vbi pauimentum eodem modo instrauerint, puras conseruare aquas nituntur. Porro aquæ, quæ defæcantur, tenuiores, purioresque fiunt, ob ídque etiam frigidiores; pleræque vero, licet fuerint defæcatæ, vires tamen à sordidis corporibus perceptas adhuc conseruant.

ΓΑΛΗΝΟΥ ΠΕΡΙ ΟΙΝΩΝ.

GALENI DE VINIS.

ΠΕΡΙ ΟΙΝΟΥ ΔΥΝΑΜΕΩΣ ΕΚ ΤΟΥ ΠΡΩΤΟΥ τοῦ Ὀρειβασίου πρὸς Εὐνάπιον βιβλίου, κεφαλ. ιβ΄.

DE VINI FACVLTATE EX LIBRI PRIMI Oribasij ad Eunapium, Cap. 12.

ΧΡΗ δὲ γινώσκειν τοὺς προφροντικότας τῆς ὑγείας, καὶ περὶ οἴνου δυνάμεως, καὶ ἀφροδισίων ὁμοίως. ὁ τοίνυν οἶνος ἀναζωπυρεῖ μὲν τὸ ἐν ἡμῖν θερμὸν, καὶ διὰ τοῦτο αἱ πέψεις ἀμείνους, καὶ τὸ αἷμα χρηστὸν, τήν τε τροφὴν διάγει πανταχοῦ πόριμος ἐών. διὸ καὶ τοὺς ἐκ νόσων ἰσχνωθέντας εὐτρόφους ἀπεργάζεται· ποιεῖ γὰρ καὶ ὀρεκτικοὺς τροφῶν, καὶ τὸ μὲν φλέγμα λεπτύνει, τὴν δὲ χολὴν δι' οὔρων ἐκκαθαίρει, καὶ τῇ ψυχῇ δὲ εὐφροσύνην καὶ ἡδονὴν ἐμποιεῖ, καὶ ῥώμην παρέχει. τούτων μὲν οὖν τῶν ἀγαθῶν ὁ μέτριος πινόμενος αἴτιος γίνεται, τῶν δ' ἐναντίων ὁ ἄμετρος. διὰ τοῦτο οἱ μεθυσθέντες παρίενταί τε καὶ παρανοοῦσι, καὶ καταφορικοὶ γίνονται. διαφυλάττειν χρὴ τὴν εἰς τοσοῦτον ἀμετρίαν τῆς τοῦ οἴνου πόσεως· διὰ χρόνου δὲ πλείονος ἐπιεικῶς συμφέρει πίνειν, τήν τε γὰρ δι' οὔρων κάθαρσιν, καὶ δαψιλῆ κίνησιν, καὶ ἱδρῶτας παρέχει. κάλλιον δὲ ἐπὶ τούτοις καὶ ἐμεῖν μελίκρατος προσλαβόντας, ὡς μηδὲ μικρὸν ὑπ' αὐτοῦ βλαβῆναι. κωθωνιζόμενος δέ τις, τῆς μὲν ἄλλης τροφῆς μὴ ἄγαν ἐμπιπλάσθω. πίνων δὲ ἐν τῷ μεταξὺ, κράμβην ἑφθὴν ἐσθιέτω, καὶ τῶν πεμμάτων, καὶ τῶν ἀμυγδάλων μᾶλλον γευσάσθω. ταῦτα γὰρ καὶ τὰς κραιπάλας κουφίζει, καὶ τοῖς ἐμοῦσιν οὐδαμῶς ἐστι λυπηρά. Κάλλιστον δὲ καὶ τοῦ ἀψινθίου τὸ ἀπόβρεγμα πρὸ τῶν ποτῶν λαμβάνειν, πάνυ γάρ ἐστιν ἀκραιπάλωτον. εἰ δὲ καὶ δάκνοιντό τινες ὑπὸ τοῦ οἴνου, ψυχρὸν ὕδωρ ἐπιρροφεῖν, τῇ δ' ὑστεραίᾳ, πάλιν τοῦ ἀψινθίου πίνειν· περιπάτοις τε καὶ ἀνατρίψεσι, καὶ λουτρῷ, καὶ ἐλάττονι τροφῇ χρησάμενον ἀνακομισθῆναι.

A QVI sanitatis curam gerunt, eos vini rerúmque venerearum facultatem nosse oportet. Vinum igitur recreat ac suscitat calorem nostrum, atque ideo concoctiones meliores fiunt, & sanguis probus gignitur, alimentum quoque in omnem corporis partem diducit quum meabilis sit. Quocirca eos qui ex morbis attenuati sunt, plenos reddit, nam ipsis alimentorum appetentiam excitat; & quidem pituitam attenuat, bilem verò per vrinas expurgat, iucunditatéque ac alacritate perfundit animum, & robur addit. B Vinum ergo moderatè sumptum est horum bonorum causa; immoderatè verò, contrariorum. Itaque ebrij languidi sunt, delirant, ac somnolenti fiunt; quamobrem immoderatus vini potus fugiendus est, longo autem tempore leuiter bibere conuenit; nam & per vrinas purgationem, copiosam motionem ac sudores elicit. Sed his peractis præstabit vomere mulsa assumpta; ita vt ne parum quidem noxæ ab ipso contrahatur. Si verò quis liberalius potet, ne se aliis alimentis plurimum impleat, C atque inter bibendum brassica cocta vescatur, bellariáque ac potius amygdalas gustet; hæc enim & crapulas leuant, & vomentibus nihil afferunt incommodi. Optimum autem est absinthij dilutum ante potum sumere; id enim crapulæ obsistit maximè. Si qui verò morsum à vino percipiant, aquam frigidam sorbeant, & postero die iterum absinthium bibant, vténsque deambulationibus, frictionibus, balneo, & pauciore alimento reficiatur.



GALENI DE VINIS.

CAPVT SEXTVM LIBRI QVINTI COLLECTIONVM Medicinalium Oribasij ad Iulianum Imperatorem.



VINVM Aquosum nominant homines id, quod colore, & consistentia aquæ assimilatur; transparens enim ac splendens est, & purum, ac consistentia tenue apparet; tibique dum gustaueris, nullam fortem habere qualitatem videbitur; dúmque temperatur, multæ aquæ haud sustinet mixtionem, vnde ab antiquis oligophoron, id est pauciferum, vocatum est. Haud omninò autem vinum hoc ab astrictione est semotum, at eam exolutam penitus habet; si enim ipsum aquæ comparaueris, manifestè ex ea cōparatione gustu persenties, id exiguam quandā astrictionē assumpsisse. Est & viribus aquæ simile, nec caput imbecillū nec neruos imbecillos tangens, quoniam nec manifestè calefacit. Videtur etiā nullam aliam conspicuam qualitatem possidere, non austeritatem, non acerbitatem, non dulcedinem, non acrimoniam. Idoneum autem, est hoc vinum ad eorum, quæ in pulmone continentur, eductionem, virtutem nimirum roborans, & humores humectans ac incidens moderatè. Idem & febricitantibus minori cum periculo datur quàm alia vina; nam huic vni ex omnibus vinis inest, vt aquæ & vini malitias effugiat. Præterquam autem quòd nunquam caput lædat hoc vinum, sæpius etiam iuuat, leues eos dolores qui ab humoribus in ventriculo contentis excitantur, sedans. Inuenies autem aliquando quosdam ob aquæ potionem capite dolentes, præcipuéque quum ipsa praua fuerit, quæ dum corrumpitur, naturale robur ventriculi exoluit; quo iam imbecillo reddito, ichores biliosi ex ventriculi orificio in eius spatium confluere consueuerunt, sicut iis qui ieiunarunt accidit; à quorum malitia, & læsione prædictum vinum hominem liberat, primum quidem ac statim epicraseos, id est contemperamenti ratione; postmodum autem, eo quòd roboratus venter, deorsum quæ sibi noxia sunt, pellit. Iis autem qui admodum calido sunt temperamento, aquæ potio magis, quàm vini confert. Quòd si quandoque vino indigent, dandum ipsis est quod tenue sit moderatéque austerum. Vina aquosa quum vrinas cieant, paucissimum corpori præbent alimentum; eáque sola ex vinis tutò etiam recentia bibuntur, quemadmodum Gaurianum nominatum, & aliqua ex Sabinis. In vnaquaque autem natione talia vina gignuntur, in Italia imbecillum Sabinum, quod etiam febrientibus dant; in Asia Titacazenum, & Tibenum. At si eorum signa audieris, facilius in vnaquaque natione talia vina inuenies. Apud nos citò potabilia euadunt Tibenum, & Arsynium, & præter hæc Titacazenum. Dulce vinum, nec tenue exquisitè, nec splendidum, sed plus minùs à prædi-

A ctis recedere, neutrum verò habere comperies. Calefacit autem vinum dulce, crassúmque consistentia est. Ac particulares eius vires, quas dum portatur, præ se fert, has duas qualitates consequuntur; nam color ex sua ratione nullam vel in iuuando, vel in lædendo vim obtinet. Quàm crassum autem consistentia est hoc vinum, tam etiam tardè meat, ita vt non solùm aliquam ex obstructis partibus obstructione non liberet, verùm etiam obstructionem adaugeat. Ob idque iecori affecto maximè nocuum est, præcipuéque quando phlegmone aliqua, vel scirrhus in ipso
B sit. Moderatius autem lædit, quando à crassis obstructum fuerit humoribus viscus id; vel quando imbecillitate afficitur, sicut in affectionibus quæ propriè hepaticæ vocantur. Post iecur lien à dulcibus vinis læditur; non tamen pulmo, quando crassum humorem in bronchiis habet; dulce enim vinum in acutis morbis ad expuitionem confert, quum iam peripneumonia & pleuritis concocta fuerit, nec iam phlegmone vexentur partes. Quo autem magis à vehementi caliditate distant vina dulcia, eo minus capitis grauitatem mentísque læsionem faciunt: at facilius quàm alia
C vina deiiciuntur, magnáque reddunt viscera. Non sunt autem picrocholis idonea, materia enim sunt omnia vina dulcia flauæ bili. Nec solum quia multa caliditas tales humores amaros reddit, vina dulcia febricitantibus non conueniunt, sed etiam quia quum crassa sint, neque ad vrinam transeunt, nec secum vnà biliosos humores educunt, nec euacuant. Vnum autem duntaxat bonum hoc ipsis inest, quod ventrem leniant, quare ipsa præbibunt; nam si hoc non fecerint, omni sanè modo lædunt. Præter alia enim sunt siticulosa, hac ipsa re iudicantia, quod facilè bilescant. Sunt & talia vina flatulenta. Inferioribus
D tamen intestinis haud sunt nocua, quod flatus ab ipsis genitus tardè meet, moretúrque in hypocondriis quousque perfectè concoctus ac tenuatus fuerit. Dulce simul & austerum est vinum quod in Cilicia est (Abates appellant) contrariis constans qualitatibus: quare prauum existit, quippe quod nec distribuatur, nec descendat, sed diu in ventre permaneat, ipsúmque inflet. Nigrum vinum, quod citra dulcedinem austerum apparet, vel acerbum, replet ac tardè meat: ambásque deiectiones, tum per aluum, tum quæ per vesicam fit, cohibet, faciléque acescit, & vomi-
E tum prouocat: solis autem ventris fluxionibus conuenit, nec in his ad saturitatem est bibendum. Album simul & austerum vinum, nec ipsum vrinas ciet: sed si crassum est, in hypochondriis moratur: si non crassum, non æquè ad vrinas transit sicut alba & mediocriter austera. Cirrhum id est fuluum, & austerum

vinum, fluxionibus ventris & ipsum competit. Duplex A autem fuluum sicut & nigrum est, alterũ dulce, alterum austerũ. Sed fuluũ caput & mentẽ magis ferit, quia nigro calidius est. Flauum vinum summè calidum est, quemadmodum & quod post ipsum est fuluum, post hæc rubrum, postea dulce. Album cæteris aliis minus nutrit. Ex albis vinis nullum est dulce, verùm quædam austera ac crassa sunt; quædam aquosa ac tenuia. Ex flauis & fuluis quædam sunt dulcia, vt Hippodamantium & Faustianum Falernum, quædam omnino dulcedine carent. Rubra vina his sunt crassiora; quemadmodum rursus rubris alia, quæ iam proximè ad nigra colore accedunt. Atque omnia hæc pro crassitu- B dinis ratione nutriunt; ob idque iis qui refectione indigent, vt vinum dulce bibant concedendum est, præsertímque quum eorum iecur, lien, & renes vitio careant. Qui verò crassum humorem in venis collegerunt, iis tenuis consistentiæ vina vtilia sunt; sique humor ille frigidus fuerit, acria & vetusta; si non frigidus, quæ nec acrimoniam, nec vetustatem habeant conueniunt. Ad probos autem succos gignendos odorum præstantius est, sed caput ferit. Austeris ad roborandum stomachum ac sistendam aluum fluentem vtimur alioqui sanè non vsuri, propterea quòd nec alimento distribuendo, nec sanguini procreando, nec probis succis gignendis, nec vrinæ ciendæ, nec sudori prouocando, nec aluo subducendæ confertur. Bi- C liosis igitur corporibus, nec Falernum, nec Tmolites fuluum, & dulce, nec Ariusium, nec Lesbium illud quod odorum ac fuluum æquè ac prædicta vina est, conuenit. Calidiora enim omnia hæc vina sunt; faciléque qui ea biberint, caput dolent ac febricitant, atque aliqua neruorum affectione tentantur. Igitur nec biliosis naturis, nec Sole exustis, nec iis qui in laboribus multis, aut penuria, aut mœrore, aut tempore, & cœli statu calido viuunt, danda sunt talia vina. Contra verò iis qui calefactione egent, pituitosis frigidísque temperamento, ac humorum crudorum D copia refertis, otiosè viuentibus, in regione frigida, & hyeme, & cœli statu frigido ac humido, bona sunt. Sanè omnium vinorum quæ nec valde crassa, nec admodum dulcia sunt, vt Theræum, & Scybellites, commune est, vt quum in longum temporis spatium extensa fuerint, flaua fiant colore, ac quiddam more ignis coruscans acquirant. Nam nigra (quale apud nos Perperinium) si veterascunt, in rubrum quidem prius vel fuluum, postea vero in flauum colorem transeunt. Et album, quale est Bithynum, quod quum inueteratum est, Romani Cæcubum vocant, iam quando est tale, amarum est, & propterea potui inutile. Vi- E tanda igitur & ita vetustorum potio est, sicuti etiam recentium. Maximè autem abstinendum est à vinis naturâ crassis, quando recentia sunt: tantum enim abest vt ciborum concoctionibus quicquam conferant, vt vix etiam concoquantur. Præterea nec per aluum

A transeunt, nec distribuuntur facilè, nec vrinas prouocant, nec sanguini procreando conducunt, nec nutritioni: sed diutius in ventre suspensa (vt aqua) remanent: sique de iis parum quis biberit, facilè acescunt. Vetustissima vina ita ab albo simul & austero & recenti & crasso differunt, vt alterum quidem validissimè calefaciat, alterum sensibiliter refrigeret. Gleucos autem, id est mustum, quàm flatuosum, concoctúque difficile, & crassi succi sit, omnes norunt. Solum hoc vnum bonum habet, quod ventrem subducat: quo si fortè aliquando priuetur, maximè nocuum redditur. Celerrime omnium vinorum alba &
B aquosa inueterascunt, id est prompte in veterascentium qualitatem transmutantur. Hæc autem est acrimonia quidem primùm quæ planè calefacit: postea vero amaritudo ad quam aliquando in decem annis peruenire conspiciuntur, nisi primis quatuórve annis prius acuerint, potentia autem simul & austera & alba vina quæ crassitudinem habent, etiam post decimum annum quandoque, nisi rite fuerint reposita, acescere contingit: contingit autem & ipsa plurimo tempore inueterari. Talia sunt in Italia Tiburtinum, & Signinum, & Marsum, & Surrentinum, quod ferme ante annum vigesimum adhuc est crudum: viget enim dum tot annorum est, diuque potui aptum
C perseuerat, haud facile nimirum amarescens: ac virtute cum Falerno contendit. Secus autem patiuntur quæ aquosa sunt, Sabinum, Gaurianum, Arsyinum, Titacazenum, Tibenum, & id genus alia: facile enim ad contrarias qualitates transmutantur: ad acidam quidem in principio, ad amaram autem si perdurarint. Locus sane in quo reponitur vinum, multum ad eius alterationem facit. In principiis enim optimus est frigidus, postea vero calidus, nam tepidus facile acida reddit vina. Quando verò vina in frigido loco reposita duobus tribúsve annis perdurauerint, exinde calefieri admodum desiderant, nec amplius
D locum tepidum ac temperatum requirunt. Quædam autem vsque adeo sunt debilia & aquosa, vt ne à principio quidem frigidum ferant. Ex vasis porro vina continentibus, quodcunque sinas sine obturamento, facile acescit. Sicuti sane & ex iis quæ obturata sunt, minus patiuntur quæ plena sunt: nam quæ subuacua sunt, quia in se ipsis aërem continent, per illum medium citius ab ambiente extrinseco alterantur. Quæ vero vsque adeo sunt repleta vt operculum à vino tangatur, per illud solum alterationem habent, at tam imbecillam ac debilem, quàm sane est densum operculum. Quæ vero à pice vel gipso
E stipata sunt, magis perdurare comperies; quæ à corio solo, minus; quemadmodum & quæ à foliis obturata sunt. Vina autem fulua apud nos optima tria sunt, Tmolites, Lesbium, & probatissimum veteribus Ariusium, quod in Chio prouenit: quo omnes ad optima medicamenta conficienda, ac præcipue ad antidotos vtebantur.

GALENI



ΓΑΛΗΝΟΥ ΠΕΡΙ ΟΙΝΩΝ.

GALENI DE VINIS.

ΕΞ ΑΘΗΝΑΙΟΥ, ΕΚ ΤΟΥ ΠΡΩΤΟΥ τῶν Δειπνοσοφιστῶν.

EX ATHENÆO, LIBRO PRIMO Deipnoſophiſtωn.

DE vinis Italicis apud hunc ſophiſtam diſſerit Galenus. Vinum Falernum, ab anno decimo, potui aptum eſt, & à decimo quinto ad vigeſimum vſque. Quod verò eiuſcemodi tempus tranſierit, cephalalgicum eſt, ac neruos tentat. Eius duo genera; auſterum, ac dulceſcens. Hoc autem tale fit; quum vindemiæ tempore Auſtri perflant, qua de cauſa etiam nigrius eſt. Si verò non ſit ſic vindemiatum, auſterum & robore fuluum redditur. Albani quoque vini duo ſunt genera; alterum dulceſcens, alterum acerbum. Vtraque verò poſt decimum quintum annum vigent. Surrentinũ autem poſt vigeſimum quintũ annum potui aptũ eſſe incipit, quũ enim pingue ſit ac debile, vix matureſcit; inueteratúmque ferè ſolum aſſiduè vtentibus accõmodatũ eſt. Rheginum verò quod Surrentino pinguius ſit, poſt annũ decimum quintũ vtile eſt. Priuernas quoque Rhegino tenuius, miniméque caput tentans, accõmodum. Formianũ huic ſimile velociter viget, ipsóque pinguius eſt. Tardius verò viget Trifolinum, Surrentinóque magis terreum eſt. Setinum eiuſdem cum prioribus generis eſt, Falerno ſimile, leuius nec mordax. Tiburtinum, tenue eſt, facilè perſpirat, & poſt decimum ad vigorem peruenit; melius vero quum inueteraſcit. Labicanum, ſuaue, guſtu pingue, ac inter Albanum & Falernum, medium; potus verò eius eſt poſt decem annos. Gauranum, & paucum & optimum, nec non validum & craſſum, Præneſtino Tiburtinóque pinguius. Marſicum, auſterum valdè, & ſtomacho vtile. Naſcitur autem & circa Cymam Campaniæ. Vlbanum vocatum, leue, poſt quinquennium potui aptum. Anconitanum, bonum, aliquo modo pingue. Bicentinum, quod acerbum ſit, Albano ſimile eſt; potens ac vtile ſtomacho. Veterum, potu iucundum, ſtomacho accommodatum. Proprietas eius eſt, quòd non purum videatur; etenim veluti alterius immixtionem refert. Calenum leue eſt, Falerno ſtomacho vtilius. Cæcubum generoſum eſt, mordax, validum; inueteraſcit poſt multos annos. Fundanum, validum eſt, multi alimenti, caput & ſtomachum tentat, propterea non multum in conuiuiis bibitur. His omnibus leuius eſt Sabinum ab anno ſeptimo ad decimum-

A ΠΕΡΙ Ἰταλικῶν οἴνων φησὶ παρὰ τούτῳ τῷ σοφιστῇ Γαληνός. Ὁ Φαλερῖνος οἶνος ἀπὸ ἐτῶν δέκα ἐστὶ πότιμος, καὶ ἀπὸ πεντεκαίδεκα μέχρις εἴκοσιν. ὁ δὲ ὑπὲρ τοῦτον ἐκπίπτων τὸν χρόνον, κεφαλαλγικὸς, καὶ τοῦ νευρώδους καθάπτεται. Εἴδη δ' αὐτοῦ δύο· ὁ αὐστηρὸς, καὶ ὁ γλυκάζων· γίνεται δὲ τοιοῦτος γὰρ, ὅταν ὑπὸ τὸν τρυγητὸν νότοι πνεύσωσι, παρ' ὃ καὶ μελάντερος γίνεται· ὁ δὲ μὴ οὕτω τρυγηθεὶς, αὐστηρός τε καὶ τῷ χρώματι κιρρός. Καὶ τοῦ Ἀλβανοῦ δὲ οἴνου εἴδη δύο, ὁ μὲν γλυκάζων,
B ὁ δ' ὀμφακίας· ἀμφότεροι δὲ ἀπὸ πεντεκαίδεκα ἐτῶν ἀκμάζουσι. Σουῤῥεντῖνος δὲ ἀπὸ πέντε καὶ εἴκοσιν ἐτῶν ἄρχεται γίνεσθαι πότιμος, ὢν γὰρ ἀλιπὴς καὶ λίαν ψαφαρὸς, μόλις πεπαίνεται· καὶ παλαιούμενος, σχεδὸν μόνος ἐστὶν ἐπιτήδειος τοῖς χρωμένοις διηνεκῶς. ὁ δὲ Ῥηγῖνος τοῦ Σουῤῥεντίνου λιπαρώτερος ὢν, χρήσιμος ἀπὸ ἐτῶν πεντεκαίδεκα. χρήσιμος δὲ καὶ ὁ Πριουέρνος, λεπτομερέστερος ὢν τοῦ Ῥηγίνου, ἥκιστά τε καθαπτόμενος κεφαλῆς. τούτῳ ἐμφερὴς ὁ Φορμιανὸς, ταχὺ δὲ ἀκμάζει καὶ λιπαρώτερός ἐστιν αὐτοῦ· βραδέως δὲ ἀκμάζει ὁ Τριφο-
C λῖνος, ἔστι δὲ τοῦ Σουῤῥεντίνου γεωδέστερος. ὁ δὲ Σετῖνος τῶν πρώτων ἐστὶν οἴνων, ἐμφερὴς τῷ Φαλέρνῳ, κουφότερος, οὐ πληκτικός. ὁ Τιβουρτῖνος, λεπτὸς, εὐδιάπνευστος, ἀκμάζων ἀπὸ ἐτῶν δέκα· κρείττων δὲ γὰρ παλαιούμενος. ὁ Λαβικανὸς, ἡδὺς, λιπαρὸς τῇ γεύσει, μεταξὺ Φαλέρνου καὶ Ἀλβανοῦ· ἡ δὲ αὐτοῦ πόσις, ἀπὸ ἐτῶν δέκα. ὁ Γαύρανος δὲ, καὶ ὀλίγος καὶ κάλλιστος, προσέτι τε εὔτονος καὶ παχὺς, Πραινεστίνου δὲ καὶ Τιβουρτίνου λιπαρώτερος. ὁ Μαρσικὸς, πάνυ αὐστηρὸς, εὐστόμαχος δέ. γίνεται δὲ καὶ περὶ τὴν Καμπανίας Κύμην ὁ καλούμενος Οὐλβανὸς, κοῦφος, πότιμος, ἀπὸ ἐτῶν πέντε. ὁ Ἀγκωνιτανὸς,
D χρηστὸς, λιπαρός πως. ὁ Βικεντῖνος, ἐμφερὲς ἔχει τῷ Ἀλβανῷ (ὀμφακίας γάρ ἐστιν)· ἔστι δὲ δυνατὸς καὶ εὐστόμαχος. ὁ Οὐέτερος δὲ ἡδὺς πινόμενος, εὐστόμαχος. ἴδιον δ' αὐτοῦ, τὸ μὴ δοκεῖν ἀπαράχυτος· ἐμφαίνει γὰρ ὡς ἐμμεμιγμένου αὐτῷ ἑτέρου. ὁ Καληνὸς, κοῦφος, τοῦ Φαλέρνου εὐστομαχώτερος. εὐγενὴς δὲ καὶ ὁ Καίκουβος, πληκτικὸς, εὔτονος· παλαιοῦται δὲ μετὰ ἱκανὰ ἔτη. ὁ Φουνδανὸς εὔτονος, πολύτροφος, κεφαλῆς καὶ στομάχου ἅπτεται, διὸ οὐ πολὺς ἐν συμποσίοις πίνεται. πάντων δὲ τούτων ὁ Σαβῖνος κουφότερος ἀπὸ ἐτῶν ἑπτὰ ἐπιτήδειος

πίνεσθαι μέχρις πεντεκαίδεκα. ὁ δὲ Σιγνῖνος μέχρις ἐτῶν ἓξ A χρήσιμος, παλαιωθεὶς δὲ, πολὺ χρησιμώτερος. ὁ Νωμεντανὸς ἀκμάζει ταχὺ, καὶ ἀπὸ ἐτῶν πέντε, πότιμός ἐστι· ἔστι δ' οὔτε λίαν ἡδὺς, οὔτε λεπτός. ὁ Σπολητῖνος δὲ οἶνος, καὶ πινόμενος ἡδὺς, καὶ τῷ χρώματι χρυσίζει. Καπυανὸς κατὰ πολλὰ τῷ Συρρεντίνῳ ἐμφερής. ὁ Βαρβῖνος, λίαν αὐστηρὸς, καὶ ἀεὶ ἑαυτοῦ κρείττων γίνεται. Εὐγενὴς καὶ ὁ Καυκῖνος, καὶ τῷ Φαλερίνῳ παρεμφερής. ὁ Βενεφράνος εὐστόμαχος καὶ κοῦφος. ὁ ἐν Νεαπόλει Τρεβελλικὸς, εὔκρατος τῇ δυνάμει, εὐστόμαχος, εὔστομος. ὁ Ἔρβουλος ἐν ἀρχῇ μέν ἐστι μέλας, μετ' οὐ πολλὰ δὲ ἔτη λευκὸς γίνεται· ἔστι δὲ λίαν κοῦφος καὶ τρυφερός. ὁ Μασσαλιώτης, καλὸς, ὀλίγος δὲ γίνεται B παχὺς, σαρκώδης. Ταραντῖνος δὲ καὶ οἱ ἀπὸ τοῦ κλίματος τούτου πάντες ἁπαλοὶ, οὐ πλῆξιν, οὐ τόνον ἔχοντες, ἡδεῖς, εὐστόμαχοι. ὁ δὲ Μαμερτῖνος, ἔξω μὲν τῆς Ἰταλίας γίνεται, καὶ γινόμενος ἐν Σικελίᾳ, καλεῖται Ἰωτάλινος· ἡδὺς δ' ἐστὶ, κοῦφος, εὔτονος.

quintum potui aptum. Signinū verò vsque ad sex annos bonum, sed multò melius inueteratum. Numentanum citò ad vigorem peruenit, post quintū annū potui cōmodum est, neque autem suaue admodum, neque tenue est. Spoletinum potui iucundum, auri colore fulueſcit. Capuanū in multis Surrentino ſimile est. Barbinum, austerum valde, ſempérque ſeipſo melius euadit. Caucinū quoque generoſum at Falerno ſimile est. Venefranum leue & stomacho gratum. Quod autem Trebellicum Neapoli naſcitur, facultate temperatum est, ſtomacho confert, atque ori gratum est. Erbulum in principio nigrum est, nonnullos verò post annos albeſcit; est autem valdè leue & delicatum. Maſſilieſe, probum ſed paucum, craſſum, corpulentum. Tarentinum & quę ſub illo naſcuntur climate omnia, delicata, neque valida, neque caput ferientia, ſuauia, customacha. Mamertinum extra Italiam quidem prouenit, ſed quū in Sicilia gignatur, Italicum nominatur, idque ſuaue est, leue ac validum.





ΓΑΛΗΝΟΥ ΠΕΡΙ ΑΡΤΟΥ.

Ἐξ Ἀθηναίου τοῦ τρίτου βιβλίου.

C

ΓΑΛΗΝΟΣ, μελλόντων ἡμῶν ἐφάπτεσθαι τῶν ἄρτων, οὐ πρότερον, ἔφη, δειπνήσομεν ἕως ἂν καὶ παρ' ἡμῶν ἀκούσητε ὅσα εἰρήκασι περὶ ἄρτων καὶ πεμμάτων, ἔτι τε ἀλφίτων Ἀσκληπιαδῶν παῖδες. Δίφιλος μὲν ὁ Σίφνιος ἐν τῷ περὶ τῶν προσφερομένων τοῖς νοσοῦσι καὶ τοῖς ὑγιαίνουσιν, Ἄρτοι, φησὶν, οἱ ἐκ πυρῶν, κριθίνων εἰσὶ πολυτροφώτεροι καὶ εὐοικονομητότεροι, καὶ τὸ ὅλον, κρείττονες· εἶθ' οἱ σεμιδαλῖται, μεθ' οὓς οἱ ἀλευρῖται· εἶθ' οἱ συγκομιστοὶ ἐξ ἀσήστων ἀλεύρων γινόμενοι, οὗτοι γὰρ πολυτροφώτεροι εἶναι δοκοῦσι. Φιλιστίων δ' ὁ Λοκρὸς τῶν χονδριτῶν τοὺς D σεμιδαλίτας πρὸς ἰσχὺν φησὶ μᾶλλον πεφυκέναι, μεθ' οὓς τοὺς χονδρίτας τίθησιν, εἶτα τοὺς ἀλευρίτας. οἱ δὲ ἐκ γύρεως ἄρτοι γινόμενοι, κακοχυλώτεροί τε εἰσὶ καὶ ὀλιγοτροφώτεροι. πάντες δὲ οἱ θερμοὶ τῶν ἐψυγμένων εὐοικονομητότεροι, πολυτροφώτεροι καὶ εὐχυλώτεροι· ἔτι δὲ πνευματικοὶ καὶ εὐανάδοτοι. οἱ δὲ ἐψυγμένοι, πλήσμιοι, δυσοικονόμητοι· οἱ δὲ τελέως παλαιοὶ καὶ κατεψυγμένοι, ἀτροφώτεροι, στατικοί τε κοιλίας, καὶ κακόχυλοι. ὁ δὲ ἐγκρυφίας ἄρτος, βαρὺς, δυσοικονόμητός τε διὰ τὸ ἀνωμάλως ὀπτᾶσθαι. ὁ δὲ ἰπνίτης καλούμενος καὶ καμινίτης, δυσπεπτος καὶ δυσοικονόμητος. ὁ δ' ἐσχαρίτης καὶ ἀπὸ τηγάνου διὰ τὴν τοῦ ἐλαίου ἐπίμιξιν εὐεκκριτώτερος· E διὰ δὲ τὸ κνισσὸν, κακοστομαχώτεροι γάρ. ὁ δὲ κλιβανίτης, πάσαις ταῖς ἀρεταῖς προτερεύει· εὔχυλος γὰρ καὶ εὐστόμαχος, καὶ εὔπεπτος, καὶ πρὸς ἀνάδοσιν ῥᾷστος· οὔτε γὰρ ἱστάνει τὴν κοιλίαν, οὔτε παρατείνει. Ἀνδρέας δὲ ὁ ἰατρὸς, ἄρτους τινάς φησιν ἐν Συρίᾳ γίνεσθαι ἐκ συκαμίνων, ὧν τοὺς φαγόντας τριχορρυεῖν. Μνησίθεός φησι τὸν ἄρτον, τῆς μάζης εὐπεπτότερον εἶναι, καὶ τοὺς ἐκ τῆς τίφης μᾶλλον ἱκανῶς τρέφειν· πέπτεσθαι γὰρ αὐτοὺς, καὶ οὐ μετὰ πολλοῦ πόνου· τὸν δ' ἐκ τῶν ζειῶν ἄρτον, ἄδδην φασὶν F ἐσθιόμενον βαρὺν εἶναι καὶ δύσπεπτον, διὸ οὐχ ὑγιαίνειν τοὺς αὐτὸν ἐσθίοντας. Εἰδέναι δὲ ἡμᾶς δεῖ, ὅτι τὰ μὴ πυρωθέντα ἢ πεφθέντα σιτία, φύσας, καὶ βάρη, καὶ στρόφους, καὶ κεφαλαλγίας ποιεῖ.

GALENI DE PANE.

Ex libro tertio Athenæi.

GALENVS, quum panes ſumpturi eſſemus: non cœnabimus (inquit) priuſquam ex nobis audiueritis quæ Aſclepiadarum filij de panibus, bellariis, ac polentis tradiderūt. Diphilus Siphinus in libro de iis quæ ægrotis ac ſanis exhibentur; *Panes*, inquit, *frumentacei magis alunt quàm hordeacei, meliúſque distribuuntur, ac omnino præstantiores ſunt; tum ſimilaginei, post quos Aleuritæ; deinde qui ex farina à furfuribus non ſecreta ſyncomiſti vocati, fiunt. Hi enim plus alimenti præstare videntur.* Philiſtion verò Locrus inter panes ex alica confectos ſemidalitas magis ad robur conferre ait, post quos chondritas ipſos statuit, deinde aleuritas. Qui autem ex polline fiunt panes, deterioris ſunt ſucci & paucioris alimenti. Calidi omnes, refrigeratis melius distribuuntur, magíſque alunt ac melioris ſunt ſucci: præterea flatulenti ac facilioris distributionis. Refrigerati verò, replent ac difficilè distribuuntur. At omnino inueterati ac refrigerati, minus nutriunt, aluum ſiſtunt, ac ſuccum prauum gignunt. Subcineritius panis est grauis, & ob inæqualem concoctionem difficilè digeritur. Furnaceus & camnites dictus, & difficilis coctionis difficiliſque distributionis est. Eſcharites verò & qui in ſartagine coquitur propter olei immixtionem promptius excernitur, ſed propter nidorem ſtomacho aduerſatur. Clibanites facultatibus alios excellit, etenim boni ſucci est, ſtomacho confert, facilè coquitur, promptiſſiméque distribuitur; neque enim aluum ſiſtit neque ſoluit. Andreas Medicus ait quoſdam in Syria panes ex moris confici; quorum qui edunt capilli defluunt. Mneſitheus ait panem mazā faciliùs coqui, & ex tipha confectos pluſquam ſatis nutrire, nempe qui ſine multo negotio coquantur; at ex zea paratum panem, ſi abundè ſumatur, grauem coctúque difficilem eſſe, ideoque qui eo veſcuntur minimè ſanos degere dicunt. Oportet autem nos ſcire cibos qui igne nō bene cocti contritíque fuerint, flatus, grauitates, tormina, atque capitis dolorem inducere.

ΓΑΛΗΝΟΥ



ΓΑΛΗΝΟΥ ΠΕΡΙ ΠΤΙΣΣΑΝΗΣ ΒΙΒΛΙΟΝ.

GALENI DE PTISSANA LIBER.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΤΩΝ ΕΝ ΤΩι ΒΙΒΛΙΩι.

Περὶ πτισάνης, καὶ τῆς αὐτῆς παρασκευῆς, καὶ δυνάμεων, καὶ τοῦ μέτρου, καὶ τῆς ἐπιτηδείας χρείας.

ARGVMENTVM LIBRI.

De Ptisana, eiusque confectione, facultatibus, mensura, & idoneo vsu.

CAPVT I.

Cur hic conscriptus liber; & quod in eo propositum.



QVANDOQVIDEM paulò antè quosdam medicos inueni, qui apud quendam ægrotum ptisanæ cremore vtebantur, nullam tamen adhibebãt priùs distinctam explicationẽ, quibusnam morbis vtilis illa, aut inutilis existat; præterea neque de exhibitionis modo & quantitate, neque de tempore sorbitioni assumendæ opportuno quicquam determinabant: verum (vt videtur) quando ipsi voluerint, vsum ptisanæ accommodaturum arbitrabantur, operæpretium fore putaui, si de illius vsu quæcunque sunt ab Hippocrate obscuriùs explicata, hoc in loco enarrarem, ob multorum notitiã, quæ in exacta huiusce rei tractatione, per ordinem à nobis sunt recensenda, videlicet coctionis modus, vires ipsius, actio, tempus opportunum, exhibitionis quantitas & modus: quot præterea emolumenta ægrotantiũ corporibus afferat, si ritè propinetur: & rursũ quot inde incommoda proueniant, si fuerit importunè administrata: ad hæc quibusnam corporibus illius vsus expediat, & quibus etiam minimè conducat, simul erit à nobis explicandum. Sed quoniam cõposita quædam res est ptisana, & eius cremor: paratur enim ex hordeo, quod pinsendo fuerit probè purgatum, & expolitum, cui scilicet cortex detractus est, ex aqua præterea, ac tali quapiam coctione, primum illius partes per capita tractare decreui: quæ nisi fuerint prius determinatæ, totam sermonis seriem plurimum lædent, & si reliqua deinceps omnia exactissimè absoluantur.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Α'.

Διατί τοῦτο τὸ συγγεγραμμένον βιβλίον, καὶ τὸ ἐν αὐτῷ προκείμενον.



A ΕΠΕΙΔΗ πρὸ μικροῦ, τινὰς εὗρον τῶν ἰατρῶν, περί τινα τῶν νοσούντων, τῷ χυλῷ τῆς πτισάνης χρωμένους, μήτε ἐφ' ὧν ἐνδέχεται, ἢ οὐκ ἐνδέχεται παρέχειν ἀρρώστων προσδιοριζομένους, μήτε τὸν τρόπον, καὶ τὸ ποσὸν τῆς δόσεως, καὶ τὸν ἁρμόζοντα καιρὸν τῇ προσφορᾷ τοῦ ῥοφήματος προσαφορίζοντας, ἀλλ' ὡς ἔοικε τὴν τῆς πτισάνης χρῆσιν εὔθετον εἶναι λογιζομένους, ὁπηνίκα βουληθῶσι, ὧδ' ἔδοξέ μοι
B περὶ τῆς χρήσεως αὐτῆς ὅσα τῷ Ἱπποκράτει σαφέστερον ἐκτεθειμένα, διὰ τὴν τῶν πολλῶν παρακολούθησιν ἑρμηνεῦσαι, τόν τε τρόπον τῆς ἑψήσεως, καὶ τὴν δύναμιν αὐτῆς, καὶ ἐνέργειαν, καὶ τὸν καιρὸν, καὶ τὸ ποσὸν, καὶ τὸν τρόπον τῆς δόσεως, ὁπόσα τε ἀγαθὰ τοῖς σώμασι τῶν καμνόντων δίδωσιν, ἁρμοζόντως προσφερομένη, καὶ τοὐναντίον πάλιν φαῦλα, ἀκαίρως προσενεχθεῖσα, καὶ πρὸς τούτοις, ποίοις σώμασιν αὐτὴν προσήκει προσφέρειν, καὶ ποίοις οὐ προσήκει. ἀλλ'
C ἐπεὶ σύνθετόν τι πρᾶγμα ὑπάρχει ἡ πτισάνη, καὶ ὁ χυλὸς, ἐκ κριθῆς γὰρ κατασκευάζεται, πτισθείσης καλῶς, ὅ ἐστιν ἐκλεπισθείσης, καὶ ὕδατος, καὶ τοιᾶσδε ἑψήσεως. πρότερον περὶ τῶν μερῶν αὐτῆς ἔκρινα εἰπεῖν διὰ κεφαλαίων, εἰ μὴ γὰρ ταῦτά τις πρότερον διορίσηται, μεγάλως βλάψει, κἂν καὶ τὰ λοιπὰ πάντ' ἀκριβολογήσηται ἐφεξῆς.

A

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Β'.

Περὶ τῆς ἀρίστου ὕδατος ἐκλογῆς.

ΟΤΙ μὲν οὖν τὸ ἄριστον ὕδωρ ἐκλέγεσθαι χρὴ εἰς τὴν κατασκευὴν τῆς πτισάνης, οὐδεὶς, οἶμαι, ἀμφισβητεῖ. ἄριστον δὲ ὕδωρ οὐσίᾳ, καὶ γεύσει, καὶ ὀσμῇ, καὶ χροιᾷ κρίνεται· τῇ μὲν γεύσει, καὶ τῇ ὀσμῇ, ἵνα μηδεμίαν ἀλλόκοτον ὑπεμφαίνῃ ποιότητα, τουτέστιν, ἵνα μὴ γλυκὺ ὑπάρχῃ, μήθ᾽ ἁλυκὸν, μήτ᾽ ὀξῶδες, ἢ δριμὺ, ἢ δυσ- B
ῶδες, ἢ σηπεδονῶδες, ἢ ὅλως ἄλλην τινὰ ἐπίκτητον ποιότητα κεκτημένον, ἀλλ᾽ ἄποιον παντελῶς, καὶ χωρὶς πάσης ἐπικτήτου ποιότητος, καὶ χωρὶς πάσης ἐπιμιξίας γευστικῆς τε, καὶ ὀσφραντικῆς. δεῖ μέντοι καὶ διαφανὲς εἶναι, καὶ καθαρὸν, καὶ μηδὲν ἰλυῶδες ἔχον, ἀλλ᾽ ὥσπερ ἀκριβῶς διηθημένον, καὶ τῶν ἐν αὐτῷ ἐμφερομένων ψηγμάτων ἀπηλλαγμένον. τὸ γάρ τοι τοιοῦτον ὕδωρ, πρὸς τὴν μὲν χρῆσίν ἐστι λυσιτελὲς, πρὸς δὲ τὴν φύσιν, οὐδ᾽ οὕτως ἐστὶ καθαρὸν, ὥσπερ οὐδ᾽ ἄλλο τι τῶν αἰσθητῶν στοιχείων. ἐὰν C
δὲ τοιοῦτόν ἐστιν οἷον εἶπον, τὸ ὕδωρ, εὐθύς ἐστι λεπτομερέστερον αὐτὸ, ῥᾳδίως τε πεττόμενον, καὶ ἀναδιδόμενον, καὶ τὰ ὑποχόνδρια ταχέως διεξερχόμενον, καὶ οὐ μόνον τῇ φυσικῇ θερμότητι πλησιάζον, εὐαλλοίωτόν ἐστιν, ἀλλὰ καὶ τῷ ἔξωθεν πυρὶ προσομιλῆσαν, θερμαίνεται συντόμως. καὶ μάρτυς Ἱπποκράτης τοῦ λόγου. ὕδωρ γὰρ τὸ ταχέως θερμαινόμενον, καὶ αὖθις ταχέως ψυχόμενον, κουφότατον εἶναι βούλεται, οὐ τὸ ἐλαφρὸν, καὶ σταθμῷ διακρινόμενον, ἀλλὰ τὸ λεπτομερὲς, καὶ ῥᾳδίως εἰς ἑαυτὸ τὰς ἐναντίας ποιότητας δεχόμενον. τὸ δὲ τοιοῦτον ὕδωρ, καὶ ψυχρόν ἐστι, καὶ ὑγρὸν, D
καὶ ὕδωρ κυρίως. τὰ δ᾽ ὑπό τινος οὐσίας, ἢ ποιότητος νοθευθέντα, ὁποῖά εἰσι τὰ ἀσφαλτώδη, καὶ θειώδη, καὶ στυπτηριώδη, τοσοῦτον τῆς τοῦ ὕδατος φύσεως ἀφεστήκασιν, ὅσον καὶ ἐνοθεύθησαν. εἰ δὲ καὶ ἀπόδειξιν ζητεῖς τοῦ ψύχειν τε καὶ ὑγραίνειν τὸ ὕδωρ, οὐ τοῦ νῦν ἐστι λόγου, περὶ πτισάνης προτεθειμένου διεξελθεῖν· πλὴν ὅτι ψυχρόν ἐστι καὶ ὑγρὸν, ἅπαντες οἱ παλαιοὶ ἀπέδειξαν, καὶ ἡ πεῖρα μαρτυρεῖ, καὶ πάντων δὲ λόγῳ ὁμολογούμενον τοῦτο λαβὼν, εἰς τὸν περὶ κριθῆς λόγον ἔρχομαι.

CAPVT II.

De Optima aqua eligenda.

QVòd igitur optimam aquam eligere oporteat ad ptisanæ præparationem, nemo, opinor, dubitat. Optima autem aqua, substantia, & gustu, & olfactu, & colore probatur; gustu quidem, & olfactu, vt alienam qualitatem nullam præ se ferat; hoc est, vt non dulcis, non salsa, non acida, non acris, non male-olens, aut putrida existat, vel omninò aliam aliquam ascititiam qualitatem possideat; sed omnis penitus expers sit qualitatis; atque omni prorsus aduentitia careat qualitate, necnon cuiuscunque rei mixtione, quæ gustu, aut olfactu deprehendatur. Oportet etiamnum, vt pellucida sit, ac pura, miniméque cœnosa, sed veluti diligentissimè colata, & ab omnibus, ipsi innatantibus ramentis liberata. Huiuscemodi igitur aqua vsui quidem valdè est accommodata, natura tamen non est ita syncera; quemadmodum ne vllum quidem aliud sensilium elementorum. Si vero talis sit aqua, qualem disserui, illicò ipsa est partium tenuiorum, & facilè coquitur, ac distribuitur, hypochondriáque celeriter pertransit: ac non modo naturali calori admota citò alteratur, verùm etiam igni externo apposita breui calefit. Cuius sententiæ testis est Hippocrates, *aquam enim quæ citò calefit, & rursum citò refrigeratur, putat esse leuissimam*; neque ea leuis pondere diiudicatur, sed quod tenuium sit partium, ac in se ipsam contrarias qualitates facilè recipiat. Talis autem aqua tum frigida, tum humida est, ac propriè aqua: quæ vero aliqua substantia, aut qualitate fuerint adulteratæ, quales sunt bituminosæ, & sulfureæ, atque aluminosæ, tanto à propria aquæ natura recedunt, quanto fuerint adulteratæ. At si etiam demonstrationem quæris, quod aqua refrigeret, & humectet, haud præsentis est sermonis qui de ptisana institutus est differere. Verùm quod aqua frigida, & humida sit, prisci omnes indicarunt & experientia testatur. Atque id omnium ratione concessum accipientes, ad hordei explicationem accedimus.

E

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Γ'.

Ἡ τῆς κριθῆς δύναμίς τε καὶ ἐκλογή.

ΚΡιθὴ τοίνυν, ὡς μὲν καθόλου λαμβανομένη, ψύχει καὶ ξηραίνει, ἔχει δέ τι καὶ ῥυπτικὸν, καὶ φυσῶδες. κατὰ μέρος δὲ, τὸ μὲν ἐκτὸς αὐτῆς λέπυρον, τὸ πιτυρῶδες, ξηρότερον ὑπάρχει, καὶ ῥυπτικώτερον· τὸ δ᾽ ἐντὸς αὐτῆς οἷον σαρκῶδες, καὶ τρόφιμον, ῥύπτει μὲν καὶ αὐτὸ, ἀλλ᾽ ἔλαττον τοῦ πιτύρου· ἔχει δὲ καὶ φυσῶδες ἐν ἑαυτῷ. ὁ δ᾽ ἕτερος ὑμὴν ὁ λεπτὸς, ὁ ἔσωθεν τοῦ πιτύρου κείμενος, περιέχων δὲ τὴν F
κριθὴν, μεταξὺ τούτων ἐστὶ κατὰ τὴν δύναμιν, διὸ ῥύπτει μὲν τοῦ πιτύρου ἔλαττον, μᾶλλον δὲ τῆς κριθῆς. δεῖ δὲ προσυπακούειν τῷ λόγῳ, τὰς ἀρίστας κριθὰς, καὶ μηδὲν ἐχούσας ἀπὸ σηπεδόνος ἐπίκτητον, ἢ περιττωματικὴν ὑγρότητα, καὶ μήτ᾽ ἄγαν νέας, μήτε πάνυ παλαιάς. αἱ μὲν γὰρ νέαι, πλήρεις εἰσὶν ὑγρότητος περιττωματικῆς, ἣν ἀπὸ τῆς χώρας ἔλαβον, καὶ πλήρεις ὑγρότητος, καὶ πνεύματος ἀνάμεστοι.

CAPVT III.

Hordei vis atque electio.

HOrdeum igitur, vt quidem vniuersè sumitur, refrigerat & exiccat; habet autem & nonnihil detergens, & flatulentum. At particulatim exterior ipsius cortex furfuraceus, siccior existit, & magis detergit: interior eius pars veluti carnosa, & nutritia, detergit quidem & ipsa, verum furfure minus: habet autem in se ipsa, partem flatulentam. Cæterùm altera membrana tenuis est, sub furfure posita, hordeum amplectens, inter hæc facultate media est: ideo detergit furfure quidem minùs, hordeo autem magis. Hoc autem sermone optimum hordeum subaudiendum est, quod nihil ex putredine ascititium nullámve excrementitiam humiditatem obtineat, quodque neque nimis sit recens, neque prorsus vetustum. Etenim recens, excrementitia plenum est humiditate, quam à regione contraxit, vt tum humore refertum, tum flatu distentum sit:

vetustum verò, tempore exhaustum, ac imbecillum est redditum propriásque facultates amisit. Atque indicium est corrugatio huic oborta, & magnitudinis imminutio; illúdque præterea, quòd dum contunditur, veluti tenuem quendam ex se puluerem emittit. Plenum itaque hordeum eligere conuenit in ptisana conficienda, neque admodum recens, neque vetustum nimis; necnon aduentitiæ omnis qualitatis expers. At non id solum satis est, sed ab experientia ipsis probatio adducenda. Si namque præter enarrata, etiam elixatione in maiorem molem attollatur, id ad ptisanæ coctionem assumendum; siquidem recta ratione, vt par est, decreuit aliquis illam conficere. Quæ igitur optima sit aqua, & quomodo probetur; quod etiam optimum sit hordeum, & quibus indicijs cognoscatur, per capita recensuimus.

A αἱ δὲ παλαιαὶ, τῷ χρόνῳ ἐξίτηλοι, καὶ ἀσθενεῖς ἐγένοντο, ἀποβαλλόμεναι τὴν ἑαυτῶν δύναμιν· καὶ σημεῖον, ἡ ῥυτίδωσις ἡ ἐν αὐταῖς γινομένη, καὶ τοῦ μεγέθους ἡ μείωσις, καὶ τὸ, κοπτομένων αὐτῶν, ὥσπερ κόνιν τινὰ ἀποπέμπειν λεπτήν. πλήρεις οὖν εἶναι ἁρμόζει τὰς κριθὰς, τὰς εἰς τὴν ποίησιν τῆς πτισάνης ἐκλεγομένας, μήτε νέας, μήτε παλαιὰς πάνυ, καὶ πάσης ἀπηλλαγμένας ἐπικτήτου ποιότητος. ἀλλ' οὐκ ἀρκεῖ τοῦτο μόνον, ἀλλὰ καὶ τὴν ἀπὸ τῆς πείρας βάσανον αὐταῖς προσακτέον. εἰ γὰρ, πρὸς τοῖς εἰ-
B ρημένοις, καὶ τῇ ἑψήσει εἰς ὄγκον ἐπαίρονται πλείονα, καὶ ταύτας λαμβάνειν χρὴ εἰς τὴν ἕψησιν, εἰ μέλλοι τις κατὰ λόγον αὐτὴν, καὶ ὡς ἐνδέχεται, ποιεῖν. τί μὲν οὖν ἐστι τὸ ἄριστον ὕδωρ, καὶ πῶς διακρίνεται, καὶ τίς ἡ καλλίστη κριθὴ, καὶ ποίοις γνωρίσμασιν αὐτὴν γνωριοῦμεν, εἴρηται μὲν ἡμῖν διὰ κεφαλαίων.

CAPVT IV.

Ratio ptisanæ conficiendæ.

Reliquum autem tertium est de coctione disserere. Etenim ipsam quidem sic parant. In mortario quum hordeum prius in minutas partes confregerint, deinde celeriter elixarint, hi quidem sapam, alij autem amylum, nonnulli etiam cyminum, & mel inijciunt: sed talis praua est omninò confectio. Optima verò, probéque apparata, huiuscemodi certè fuerit. Hordeum adhuc crudum oportet priùs in aqua macerare; deinde manibus ipsum conterere, donec tenuis eius membrana excutiatur, postea validiùs rursum manibus confricare, quousque totum id, quod paleaceum est, auferatur; nisi quis ptisanam ipsam voluerit magis destergentem efficere; tunc enim melius est hordeum cum ipsa membrana coquere. Porrò ipsa coctio hunc in modum fieri debet, vt prius quidem multùm ebulliat, postea verò molli igni, quousque in cremorem vertatur.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Δ'.

C *Τρόπος σκευασίας τῆς πτισάνης.*

Λοιπὸν δὲ τρίτον ἐστὶν εἰπεῖν περὶ τῆς ἑψήσεως. σκευάζουσι μὲν γὰρ αὐτὴν, ἐν ὅλμῳ διακόψαντες πρότερον εἰς μικρὰ μόρια, ἔπειτα ταχέως ἑψήσαντες ἐπιβάλλουσιν οἱ μὲν ἕψημα, οἱ δὲ ἄμυλον, καί τινες κύμινον, καὶ μέλι. ἔστι δ' ἡ τοιαύτη σκευασία μοχθηρά. ἡ δ' ἀρίστη, καὶ καλῶς γινομένη, ἡ τοιάδε τίς ἐστιν. προδιαβρέχειν αὐτὴν πρότερον ἐν ὕδατι ὠμὴν οὖσαν, ἔπειτα τρίβειν ταῖς χερσὶν ἐπὶ τοσοῦτον, ἄχρις ἂν ὁ λεπτὸς ὑμὴν ἀποτιναχθῇ, καὶ διὰ τοῦτ' αὖθις τρίβεται ἰσχυρῶς μετὰ τῶν χειρῶν, ἕως ἂν
D ἅπαν τὸ ἀχυρῶδες ἀποτινάξηται, πλὴν εἴ τις αὐτὴν βούλεται ποιῆσαι ῥυπτικωτέραν. τότε γὰρ, ἄμεινον μᾶλλον σὺν τῷ ὑμένι αὐτὴν καθέψειν. ἡ δὲ ἕψησις αὐτῆς γενέσθω τόνδε τὸν τρόπον· ἵνα πρότερον μὲν ἐπὶ πολὺ ἀναβράσῃ, ὕστερον δ' ἐπὶ μαλακοῦ πυρὸς ἄχρι πολλοῦ χυλωθῇ.

CAPVT V.

De ptisanæ facultatibus.

Sic enim ptisana decocta quicquid inerat flatulentum deponit, quæcunque eius bona attestatus est Hippocrates, adipiscitur. Illius enim viscidum (inquit) læue, & continuum, & blandum est, & lubricum, & humidum moderatè; sitímque arcet, facilè eluit & mouet aluum siquid eo indigeat; neque astrictionem habet, neque malum mouet, neque in ventriculo turgescit; siquidem in coctione intumuit, quantum plurimum intumescere poterat. Quòd igitur ptisana nihil habeat glutinosi, aut emplastici, quemadmodum reliqua ferè omnia viscida, manifestum est. Neque enim corporis tantummodò sordem abstergit, verùm etiam pituitosum humorem in ventriculo existentem exhibita quadantenus expurgat. Plurima verò decoctio, mixtorumque exacta vnio, apparentem hunc lentorem efficiunt, qui certè nullam habet asperitatem, sed vndequaque læuis est, æqualis, permanens, atque continuus. Quum enim nullius, aut astrictionis, aut acrimoniæ particeps sit, ex quibus ortum habet asperitas, læuis necessariò non ad tactum modò, verùm etiam facultatibus existet.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ε'.

Περὶ τῶν τῆς πτισάνης δυνάμεων.

E Οὕτω γὰρ ἑψημένη, τὸ μὲν φυσῶδες ἀποτίθεται πάν· ἐπικτᾶται δ' ὅσα περ αὐτῇ ἀγαθὰ ὁ Ἱπποκράτης προσμαρτυρεῖ. τὸ γὰρ γλίσχρασμα αὐτῆς, φησὶ, λεῖον καὶ συνεχὲς, καὶ προσηνές ἐστι, καὶ ὀλισθηρὸν, καὶ πλαδαρὸν μετρίως, καὶ ἄδιψον, καὶ εὐέκπλυτον καὶ εὐέκκριτον, εἴ τι καὶ τούτου προσδέοι, καὶ οὔτε στύψιν ἔχει, οὔτε ἄραδον κακὸν, οὔτε ἀνοιδίσκεται ἐν τῇ κοιλίᾳ. ἀνῴδηκε γὰρ ἐν τῇ ἑψήσει, ὁκόσον ἂν πλεῖστον ἐπεφύκει διογκοῦσθαι. ὅτι μὲν οὖν οὐδὲν ἔχει κολλῶδες, καὶ ἐμπλαστικὸν ἡ πτισάνη, καθάπερ πάντα τὰ γλίσχρα, πρόδηλον. ῥύπτει γὰρ οὐ τὸν ῥύπον μόνον τοῦ σώματος,
F ἀλλὰ καὶ τὸν ἐν τῇ γαστρὶ φλεγματικὸν χυμὸν ἀποκαθαίρει πως διδομένη. ἡ δὲ πολλὴ ἕψησις, καὶ ἀκριβὴς ἕνωσις τῶν μιχθέντων, τὴν φαινομένην ταύτην ἐργάζεται γλισχρότητα. τοῦτο τοίνυν τὸ φαινόμενον αὐτῆς γλίσχρασμα, οὐδεμίαν ἔχει τραχύτητα, ἀλλὰ λεῖόν ἐστι πάντῃ, καὶ ὁμαλὸν, καὶ μένον, καὶ συνεχές. οὐδεμιᾶς γὰρ στύψεως μετέχον ἢ δριμύτητος ἐξ ὧν ἡ τραχύτης γίγνεται, τὸ λεῖον ἐξ ἀνάγκης ἔχει, οὐ κατὰ τὴν ἁφὴν μόνον, ἀλλ' ἤδη καὶ τὴν δύναμιν.

τὰ μὲν γὰρ ἄλλα γλίσχρα, ὥσπερ τὸ ἔλαιον, καὶ τὸ μέλι, καὶ τὰ λοιπά, ἁπτομένῳ σοι φαίνεται λεῖα καὶ ὁμαλῆ, μηδὲν ἔχοντα ἐν ἑαυτοῖς ἀνώμαλον, ὡς τὸ μὲν εἶναι λεπτόν, τὸ δὲ παχύ, ἢ διεσπασμένον τε, καὶ διῃρημένον, ὡς διὰ τοῦτο τὸ κατὰ τὴν ἁφὴν λεῖον κεκτῆσθαι, κατὰ δὲ τὴν πρὸς ἄλλα τινὰ ἐνέργειαν τε, καὶ δύναμιν, οὐδαμῶς. οὐ γὰρ διαβρέχει πάντα τὰ μόρια τοῦ σώματος, ὁμαλῶς τε καὶ συνεχῶς ὧν ἂν προσπελάζῃ, ἀλλὰ διΐστανται κατὰ τοῦτ' ἀπ' ἀλλήλων, τὰ τῶν γλίσχρων ἁπάντων μόρια, χωρὶς τῆς πτισάνης. αὕτη γὰρ λεία τυγχάνουσα κατὰ τὴν ἁφήν, καὶ συνεχής, καὶ ἀδιάσπαστος, καὶ κατὰ τὴν δύναμιν τοιαύτη καθέστηκε. κἀκεῖνα μὲν οὐδεμίαν ἔχουσιν ἡδονὴν κατὰ τὴν γεῦσιν. αὕτη δὲ πρὸς τοῖς ἄλλοις, καὶ τὸ κατὰ τὴν γεῦσιν ἡδύ, καὶ προσηνὲς κέκτηται, καὶ μάλιστα ἐπὶ τῶν νοσούντων. ἄρτος δ', εἰ καὶ τῶν ἄλλων ὑπερέχει κατ' ἀρετήν, ἀλλὰ καὶ αὐτὸς ἀηδίαν ἔχει πολλήν, κἂν ὕδατος διάβροχος ᾖ, ὡς δεόμενος μασήσεως. δεύτερον δὲ ἡ πτισάνη καὶ τοῦτο πλεονεκτεῖ, τὸ μηδεμίαν ἐκ τῆς μασήσεως ἀηδίαν ἐμποιεῖν, ἔχει μέντοι καὶ τὸ ὀλισθηρόν, καὶ μάλιστα ὁ χυλός, μηδὲν ἐμπεπλασμένον καταλιπὼν κατὰ τὴν δίοδον, καθάπερ πάντα τὰ γλίσχρα χωρὶς τῆς πτισάνης· αὕτη γὰρ ῥᾳδίως διέρχεται εἰς τὰ κατὰ τὸν θώρακα μόρια, διὰ τὸ ἐν αὐτῇ ῥυπτικόν, ὥσπερ καὶ πρὸς τὴν ὑποχώρησίν ἐστιν ἐπιτηδεία, καὶ πρὸς τὴν ἀνάδοσιν, καὶ μάλιστα ἐφ' ὧν εἰς τὰ κυρτὰ τοῦ ἥπατος οὐ διέρχεται εὐκόλως τὰ λαμβανόμενα. πλαδαρὸν δ' ἐστὶ μετρίως, ὅπερ ἐστὶν ὑγρόν, καὶ ἄδιψον. καὶ τὸ μὲν ὑγρὸν ἔχει ἀπὸ τοῦ ὕδατος, πλὴν κεκλασμένον, διὰ τὴν φύσιν τῆς κριθῆς, μετρίως ξηραινούσης. τὸ γὰρ ἐξ ἐναντίων συγκείμενον δυνάμεων, ἄλλην τινὰ φύσιν ἐπίκτητον κτησάμενον, τὰ ἄκρα ἐξέφυγε. ἄδιψον δ' ὡς ὑγρόν, πλέον δὲ τοῦ ὕδατος ἔχει τὸ ἄδιψον, εἰ καὶ τὴν ὑγρότητα ἐλαττοῦται. ὅτι καὶ τάχιον ἀναδίδοται, καὶ ὅτι παραμένουσαν αὐτὴν ἔχει τὴν ὑγρότητα, διὰ τὴν γλισχρότητα, καὶ πρὸς τούτοις, ὅτι καὶ ψυχρόν ἐστι, διὰ ταῦτα καὶ διακαέσι πυρετοῖς ἁρμοδιώτατον, ὡς κατὰ πάντων αὐτοῖς ἐναντιουμένη, ψύχουσά τε καὶ ὑγραίνουσα, καὶ ῥύπτουσα τοὺς σηπεδονώδεις χυμούς, καὶ τροφὴν οὐκ ὀλίγην παρέχουσα τῷ σώματι. τοὺς δ' ἡμισαπεῖς, συμπέττουσά τε καὶ εἰς χρηστὸν χυμὸν μεταβάλλουσα. ταῦτα δ' ἔχει πάντα, μετὰ τοῦ μηδεμίαν ἔχειν στύψιν, ἢ τοῦ στομάχου ἀνατροπήν. ἡ μὲν γὰρ στύψις ὅσον εἰς ῥῶσιν τῆς γαστρὸς ἱκανή, τοσοῦτον εἰς τὸ παχῦναι τοὺς χυμοὺς ἐπιτήδειος. ἡ δ' ὑγρότης τὸ παχύνειν οὐκ ἔχουσα τὸ ἀμετάτρεπτον ἔχει, ἅπερ μέντοι πέφευγεν ἡ πτισάνη διὰ τὸ μηδὲν ἄμετρον ἔχειν κακόν· ἀλλ' οὐδὲ ταραχήν, οὐδὲ θόρυβόν τινα ἐν κοιλίᾳ ποιεῖ, διὰ τὸ μηδεμίαν δύναμιν ἔχειν ἀπὸ δριμύτητος, ἢ πνεύματος φυσώδους, καὶ τοῦτο γὰρ ἐν τῇ ἑψήσει ἀποβάλλεται. τὰ μὲν οὖν ἀγαθὰ τῆς πτισάνης ἃ ἐκ τῆς χρηστῆς ἑψήσεως ἐκτήσατο, ταῦτ' ἐστι· καὶ κατὰ μικρὸν μὲν ὁ λόγος ἐδίδαξε, καὶ αὖθις δὲ διὰ κεφαλαίων ἐρεῖ. λεῖα μέν ἐστιν αὐτῆς τὰ μόρια, καὶ ὁμαλά, καὶ συνεχῆ, καὶ ἡνωμένα, ὡς μὴ τὸ μὲν αὐτῆς φαίνεσθαι λεπτόν, τὸ δὲ παχύ, ἢ ὅλως ἀνώμαλον. καὶ τοῦτο οὐ κατὰ τὴν ἁφὴν ἔχει μόνον, ἀλλ' ἤδη καὶ κατὰ τὴν ἑαυτῆς ἐνέργειάν τε καὶ δύναμιν. ἔστι δὲ καὶ κατὰ τὴν γεῦσιν προσηνής, τουτέστι μηδεμίαν ἔχουσα ἀηδίαν, καὶ ὑγρά, καὶ ἄδιψος, διὰ τὴν παροῦσαν αὐτῆς γλισχρότητα. τὸ δὲ λεῖον, καὶ ὑγρὸν καὶ προσηνές, καὶ στύψεως ἀπηλ-

A Nam viscida alia, vt oleum, mel, reliquaque huiusmodi, tangenti tibi læuia quidem æqualiáque apparent, quum nihil in se ipsis habeant inæqualitatis, vt vna pars tenuis, altera crassa, diuulsa, aut distracta sit; proptereáque tactui læuorem suum ostendunt; in actionibus autem suis, ac facultatibus, quorundam aliorum respectu, nequaquam. Non enim æqualiter, atque continuè madefaciunt omnes partes corporis, cui admouentur, sed in hoc dissident à se inuicem, viscidorum omnium partes, ptisana excepta, hæc enim ad tactum læuis existens, & continua, atque indiuulsa, similem etiam habet facultatem. B Quin illa quidem gustui nullam præ se ferunt voluptatem; at hæc præter alias sui dotes, gustum suauitate, ac iucunditate delectat; idque potissimum ægrotantibus præstat. Porrò, licet panis, virtute reliquis cibarijs antecellat, tamen multam ipse etiam habet insuauitatem, quod quamuis in aqua sit maceratus, dentibus nihilominus à nobis sit conficiendus. Vt rursum hac in re ptisana reliquis superior existat, quod nullam, dum manditur, pariat insuauitatem. Habet quinetiam lubricitatem, eius precipuè cremor, sed quæ in transitu non adhæreat membris; id quod reliquis ferè omnibus viscidis solet contingere, C vna ptisana excepta; ipsa enim in partes thoraci adiacentes facilè descendit ob eius vim detersoriam; & ad deiectionem est idonea, quemadmodum & ad distributionem, in hisque potissimùm, quibus in hepatis conuexa cibi haud facilè submittuntur. Est etiam moderatè flaccida, idest humida, ac sitim sedans; ac humiditatem quidem nanciscitur ab aqua, licet refractam ob hordei naturam mediocriter exiccantem; quod enim ex contrarijs facultatibus constat, aliam quandam aduentitiam naturam acquirens, ipsa fugit extrema. Sitim autem ideo abigit, quod humida existat, D magis etiam quàm aqua sitim arcet, quamuis ab ea vincatur humiditate, quoniam velociùs distribuitur, quódque humore habeat ob lentorem magis permanentem, quódque præterea frigida sit, ob hęc & ardentibus febribus est accommodatissima, quod in omnibus his opponatur, non modò quia refrigerat, & humectat, verùm etiam putridos humores deterget, corporíque non paruum affert alimentum, humores verò iam semiputres concoquit, & in bonum succum transmutat. Hæc autem habet omnia, quum interim nullam habeat, aut astrictionem, aut stomachi subuersionem; nam E quantum ad ventriculi robur confert astrictio, tantum ad humores incrassandos idonea est; is verò humor, qui crassescere non potest, stomachum subuertendo conturbat; quod quidem omne prohibet ptisana, quod nullum obtineat vitiosum excessum. Sed neque perturbatione neque tumultu aliquo, vetriculum percellit, quòd nullam ab acrimonia, aut à flatulento spiritu vim obtineat, quoniam inter coquendum amittitur. Hæc itaq; omnia sunt ptisanæ commoda, quæ ex proba coctione acquisiuit, & paucis quidem oratio edocuit, ac rursus summatim recensebit. Læues sunt ipsius partes, æquales, continuæ, ac sibi coniunctæ, vt F nihil eius, aut tenue, aut crassum, aut omnino inæquale appareat; idque non tactu solùm habet, sed iam etiam propria facultate & actione. Gustui quoque suauis est, nullam scilicet habens insuauitatem, & humida, sitímque ob præsentem eius lentorem extinguens. Quòd verò læuis, humida, suauisque sit, adstrictionis, & alterius validæ

lidæ qualitatis expers est. Inter hæc omnia, proba coctione, flatulentum omne deponit. Quum igitur talis existat, merito acutis febribus conuenire illam existimamus; non tantùm quòd illis in omnibus aduersetur, verùm etiam quod facillimæ sit concoctionis, suásque omnes qualitates habeat imbecillimas, & facilis distributionis, & putrefactos humores ob detersoriam qualitatem expurget, eos verò concoquat, qui semiputres iam euaserunt.

CAPVT VI.

Quando, & qua mensura ptisana vtendum.

CÆterum in morbis non temerè est exhibenda; sed priùs multis opus est distinctionibus. Neque enim illis est administranda, qui cum periculo laborant; aut in sanguinis missione, purgationéve indigent, aut aliquo clystere; aut his, qui ventriculum habent excrementis refertum, aut iis qui à magno aliquo dolore vexantur, ac nullo modo his qui aut medicis fomentis, aut venæ sectione, aut purgationibus egent. Sed neque siccissimis illam morbis conuenit exhibere; præter hæc etiam opportunum exhibitionis tempus, eiúsque mensuram, & ægrotantis consuetudinem considerare oportet; adde etiam, illiúsne cremorem solum, an ptisanam integram, vel potius vtraque, an etiam neutra propinare conueniat. Ea igitur sorbitioni hora fuerit opportuna (iam enim sine distinctione illã administrare vetuimus) cum vniuersum corpus æqualiter dispositum fuerit, vt nulla pars eius, aut calidior, aut frigidior sit. Tale autem est, quum morbi adest declinatio: post illa enim vniuersus corporis calor, in omnes æqualiter partes diffusus est. Sed neque multa adsit plenitudo, aut *humorum* crassitudo; *periculosum enim est*, etiam ex ipso Hippocrate, *plurimum ac confertim replere; paulatim verò, tutum.* Proponatur igitur *cibus* & iuxta ægrotantis consuetudinem mensuretur. Si quidem cibum assumere semel tantum assueuerat, tu quoque potionem illi semel tantum offerendam curabis: verum si bis in die antea vescebatur, bis itidem cibum tu etiam dabis. Porro augmentum sorbitionis huius, & additionem in siccioribus quidem morbis fieri nequaquam oportet; validioribus enim tales morbi potionibus egere videntur quàm ptisana existat, quo magis possint humectari. Sicci autẽ morbi sunt pleuritis, & peripneumonia, omnésque alij qui in pectore consistunt, quum scilicet nulla *adhuc* ab eis sputa proueniunt; quin etiam illi, qui iecur, ventriculum, & intestina occupant, sicci dicuntur quando nihil excernitur, aut durum, nec pro necessitate, nec laudabile. Cæterùm siccitates, quæ in arteriis ac venis oriuntur, ex lingua & extima cute deprehenduntur; quemadmodum capitis affectus, quum per palatũ aut nares nihil expurgatur. Eadem etiam ratione inflammationes, & vlcera sicca esse pronũciamus, à quibus nihil per saniem excernitur. Quippe talibus morbis ptisana parare opus non fuerit, neque enim illos humectare potest, vt quę non admodum humectet ea quę magna ac validiori egẽt facultate humectante, nec non repletionis noxã corporibus prębeat. Quod si corpus humidius fuerit, aliquídq; iã è pulmone expuatur, tunc eius potionem augere sẽper atque addere oportet; humectãs enim simul & incidẽs eos qui in corpore prius erant humores,

A λακται, καὶ ἄλλης ἰσχυρᾶς ποιότητος. ἐπὶ πᾶσι δὲ τούτοις, καὶ ἄφυσον διὰ τὴν χρηστὴν ἕψησιν. οὕτως δ' ἔχουσα, τοῖς ὀξέσι πυρετοῖς ὑπάρχει ἁρμόδιον, οὐ μόνον ὅτι κατὰ πάντα αὐτοῖς ἀντίκειται, ἀλλ' ὅτι καὶ εὐπεπτότατόν ἐστι, καὶ ἀσθενέστατον κατὰ πᾶσαν ποιότητα, καὶ εὐανάδοτον· καὶ τοὺς μὲν σεσηπότας χυμοὺς καθαίρουσα διὰ τὸ ῥυπτικόν, τοὺς δὲ ἡμισαπεῖς ἔτι συμπέττουσα.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ϛ'.

B Πότε, καὶ κατὰ τί πόσον ἁρμόζει δίδοσθαι τὴν πτισάνην.

ΠΛὴν οὐχ ἁπλῶς δοτέον αὐτὴν ἐπὶ τῶν νοσημάτων, ἀλλὰ προσδιορισμῶν δεῖται πολλῶν. οὔτε γὰρ ἐν τοῖς ἐπικινδύνως ἔχουσι διδόναι αὐτὴν προσήκει, οὔτε τοῖς φλεβοτομίας, ἢ καθάρσεως δεομένοις, ἢ κλυστῆρός τινος, ἢ τοῖς πεπληρωμένοις τῶν κατὰ γαστέρα περιττωμάτων, ἢ τοῖς ὑπὸ ὀδύνης ἐνοχλουμένοις μεγάλης, καὶ μηδαμῶς δεομένοις τῆς ἰατρικῆς πυρίας, ἢ φλεβοτομίας, ἢ καθάρσεσιν, ἀλλ' οὐδὲ τοῖς ξηροτάτοις νοσήμασι προσφέρειν αὐτὴν ἁρμόζει. C συνεπισκέπτεσθαι δὲ χρὴ καὶ τὸν καιρὸν, καὶ τὸ ποσὸν τῆς δόσεως, καὶ τὸ ἦθος τοῦ κάμνοντος, καὶ τὸ πότε τὸν χυλὸν μόνον προσήκει, ἢ καὶ τὴν πτισάνην αὐτὴν, ἢ καὶ ἀμφότερα, ἢ καὶ οὐδέτερα. ὁ μὲν οὖν καιρός ἐστι τοῦ διδόναι ῥοφήματος, ὁπηνίκα διορισάμενος μέλλεις αὐτὴν παρέχειν, ὁπόταν τὸ σῶμα γέγονε διακείμενον ὁμαλῶς, καὶ μὴ τὸ μὲν αὐτοῦ ἐστι θερμότερον, τὸ δὲ ψυχρότερον· τοιοῦτον δ' ἐστὶ καθ' ὃν καιρὸν ἡ τοῦ νοσήματος παρακμή. μετὰ ταῦτα γὰρ ἡ τοῦ σώματος σύμπασα θερμότης ὁμαλῶς ἐπὶ πάντα τὰ μόρια διακέχυται. τὸ δὲ πλῆθος πολὺ μὴ ὑπάρχῃ μηδὲ ὑπέρπαχυ. D σφαλερὸν γάρ ἐστι καὶ αὐτῷ τῷ Ἱπποκράτει τὸ κατὰ πολὺ καὶ ἀθρόως πληροῦν· κατὰ βραχὺ δὲ, ἀσφαλές. τιθέσθω καὶ πρὸς τὸ ἔθος παραμετρείσθω. εἰ μὲν γὰρ ἅπαξ ἦν εἰθισμένος διαιτᾶσθαι, παρέχε καὶ αὐτὸς καθάπαξ τὸ πόμα· εἰ δὲ δὶς τῆς ἡμέρας ἐτρέφετο, διπλασίαζε καὶ αὐτὸς τὴν δόσιν. ἡ δὲ παραύξησις, καὶ ἡ προσθήκη τοῦ ῥοφήματος, ἐπὶ μὲν τῶν ξηροτέρων νοσημάτων, οὐ χρὴ γίνεσθαι· δεῖται γὰρ τὸ τοιοῦτον πομάτων ἰσχυροτέρων, ἢ κατὰ πτισάνην, ἵνα πλέον ὑγρανθῇ. ξηρὰ δὲ νοσήματά εἰσι, πλευρῖτις, καὶ περιπνευμονία, καὶ E ὅλως τὰ κατὰ θώρακα, ὅταν μηδὲν ἐξ αὐτῶν ἀναπτύηται· τὰ δὲ καθ' ἧπαρ, καὶ γαστέρα, καὶ ἔντερα, ὅταν μηδὲν ἐκκρίνηται, καὶ σκληρὰ, καὶ μὴ πρὸς ἀνάγκην, καὶ μὴ ἄξια λόγου. αἱ δὲ κατὰ τὰς ἀρτηρίας τε καὶ φλέβας ξηρότητες, διὰ τῆς γλώττης καὶ τοῦ ἔξω δέρματος διαγινώσκονται· οὕτως δὲ καὶ τὰ ἐν τῇ κεφαλῇ πάθη, μηδενὸς δι' ὑπερώας, ἢ ῥινὸς ἐκκαθαιρομένου. κατὰ τὸν αὐτὸν δὲ τρόπον καὶ φλεγμοναὶ, καὶ ἕλκη, ξηρὰ τυγχάνουσιν, ἀφ' ὧν μηδὲν εἰς ἰχῶρας ἀποκρίνεται. ἐπὶ δὲ τῶν τοιούτων νοσημάτων οὐ προσήκει ποιεῖσθαι τὴν πτισάνην, οὔτε γὰρ ὑγραίνειν αὐτὰ F δύναται, ἅτε μὴ ἄγαν ὑγραίνουσα τὰ πολλῆς καὶ ἰσχυρᾶς δυνάμεως ὑγραινούσης δεόμενα, καὶ ἔτι τὴν ἀπὸ πληρώσεως, βλάβην τοῖς σώμασι παρέχουσα· ἂν δὲ καὶ τὸ σῶμα ὑγρότερον ᾖ, καὶ εἴ τι ἀπὸ τοῦ πνεύμονος ἐκπτύεται, τότε χρὴ ἐπαύξειν ἀεὶ καὶ προστιθέναι τὴν πόσιν αὐτῆς· ὑγραίνουσα γὰρ καὶ τέμνουσα ὁμοίως τὰ προσόντα ἐν τῷ σώματι ὑγρὰ,

καὶ ῥῶσιν τοῖς μορίοις παρέχουσα διὰ τὴν τροφὴν, καθαρὸν ἀποτελεῖ συντόμως τὸ ζῶον τῆς ἐνοχλούσης κακοχυμίας. συνελθόντων γὰρ ἀμφοτέρων ῥᾳδίως ἐκκαθαίρεται τὰ μοχθηρὰ περιττώματα, οὐδενὸς δὲ τῶν ἄλλων, ὅσα καὶ ὡς φάρμακον, ἢ τροφὴ προσφέρεται, ἀμφότερα ταῦτα κεκτημένου, ἀλλ' ἢ κατὰ τὸ λεπτύνειν ἐνδεόντως, καὶ ὑγραίνειν, τὸ τρόφιμον ἔχοντος, καθάπερ ἄρτος καὶ χόνδρος, καὶ ὠὰ, καὶ ἰχθῦς, ἢ τὸ μὲν τέμνειν ἔχοντος, τὸ δ' ὑγραίνειν τε, καὶ τρέφειν οὐ περιφέροντος, καθάπερ ὀξύμελι, καὶ εἴ τι τοιοῦτον ἕτερον. ταῦτα δὲ πάντα τὰ ἀγαθὰ ἥκουσι τῇ πτισάνῃ. ἀλλ' ὅμως οὐδεμίαν ὠφέλειαν παρέξει, χωρὶς τῶν προδιορισμῶν προσαγομένη, ὅπου γε καὶ θανάτου μᾶλλον καθεστήκασιν αἴτια διδόμενα. τοῦ γὰρ κάμνοντος, κλυστῆρος δεομένου διὰ τὴν τῶν περιττωμάτων κάθαρσιν, ἢ φλεβοτομίας, διὰ περιουσίαν αἵματος καὶ τῆς ὀδύνης, μὴ ἐνδεούσης χρείαν ἔχοντος ὀδύνης αἴτιον πλῆθος, αἰτία θανάτου γέγονεν ἡ πτισάνη προσφερομένη. τάχα καὶ αὐτὴ καὶ διπλασιάζουσα τὸ πλῆθος. διὰ τοῦτο, οὐ χρὴ παρέχειν αὐτὴν πυρετῷ ἐνδεχομένῳ, εἴτε σὺν ὀδύνῃ ἐστὶν, εἴτε χωρὶς ὀδύνης ὁ πυρετὸς ᾖ, ἢ μετ' ὀλίγον τῆς τροφῆς ὁ ἄνθρωπος πυρέττειν ἤρξατο, καὶ μή πω ὑπεχώρησεν. οἱ αὐτοὶ δὲ διορισμοὶ οὐκ ἐπὶ τοῦ χυλοῦ μόνον, ἀλλὰ καὶ ἐπ' αὐτῆς τῆς πτισάνης. οἷς δὲ χρήσιμος ἦν, καὶ αὖθις οὐκ εὐθὺς διδόναι προσήκει, ἀλλὰ πρότερον μὲν τὸν χυλὸν μόνον, ἢ τὰ πλείονα μὲν τὸν χυλὸν, ὀλίγον δὲ τὴν πτισάνην, εἶτα ἐπίσης ἀμφότερα, εἶτα καὶ μόνην αὐτὴν, ἐπιστάμενος εἰς μὲν ῥῶσιν καὶ θρέψιν τοῦ σώματος, μέγιστα συντελεῖν τὴν πτισάνην· εἰς δὲ τὸ εὐκατέργαστον, καὶ εὔπεπτον, καὶ εὐανάδοτον, τὸν χυλόν· ταῦτα δὴ ὡς ἐν κεφαλαίῳ περὶ τῆς πτισάνης εἰρήσθω, ἵν' ἔχῃς εἰδέναι τήν τ' εὔκαιρον αὐτῆς χρῆσιν, καὶ τοὺς ἀναγκαίους διορισμούς.

A & in membris per nutritionem robur efficiens, animal ab ea quæ ipsum infestat, cacochymia citò liberum reddit. Quum enim duo hæc in vnum conuenerint, praua omnia excrementa facilè expurgantur. Atqui præter hanc, aliorum nullum est ex his, quæ siue vt medicamenta, siue vt alimenta offeruntur, quod vtraque hæc possideat; sed aut parum attenuans, abundè humectabit, & nutriet, quemadmodum panis, & alica, & oua, & pisces, aut incidendi vires habens, humectare, ac nutrire non admodum poterit, vt oxymel, & si quid huiusmodi alterum est; hæc autem omnia bona vni B adsunt ptisanæ, ita nihilominus, vt nullam vtilitatem sit allatura, si absque conuenienti determinatione administretur, quũ aliquando exhibita mortis potius esse possit occasio. Quum enim laboranti opus fuerit clystere ad expurganda excrementa, aut venæ sectione ob sanguinis abundantiam, aut etiam doloris vehementiam, dolore scilicet plenitudinis causam minimè tolerante, porrecta tunc ptisana mortis causa effecta est, plenitudinem duplo maiorem fortè tum reddens. Propterea, quũ C febris infestat, illam propinare minimè expediet, siue cum dolore, siue etiam citra dolorem ea existat, aut si paulo post cibum febrire homo inceperit, necdum ille deiectus fuerit. Porrò eædem hæ distinctiones non solùm in cremore, verùm in ipsa etiam ptisana sunt adhibendæ, in his scilicet, quibus vtilis illa futura est; quam tamen non statim illis ministrare conueniet, sed primùm quidẽ cremorem solum, aut saltem cremoris portionem ma- D iorem, ptisanæ autem minorem; deinde æquales vtriusque partes; tandem etiam solam ipsam ptisanam. Illud enim omninò sciendum est, ad corporis tum robur, tum nutritionẽ ptisanam ipsam valere quamplurimum; ad facilem verò confectionem, concoctionem, ac facilem distributionẽ, cremorem esse magis accommodatũ. De ptisana igitur summatim à nobis hæc dicta sint, vt cùm temperatum illius vsum, tum in ea exhibenda necessarias distinctiones perspectas habere possis.



ΓΑΛΗΝΟΥ

ΓΑΛΗΝΟΥ ΠΕΡΙ ΤΟΥ ΔΙΑ ΜΙΚΡΑΣ ΣΦΑΙΡΑΣ ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ.

GALENI DE PARVÆ PILÆ EXERCITIO.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΤΩΝ ΕΝ ΤΩι ΒΙΒΛΙΩι.

Τὸ διὰ μικρᾶς σφαίρας γυμνάσιον ἁπάντων ὑγιεινότατόν τε, καὶ ὑπὲρ τὰ ἄλλα εἶναι.

ARGUMENTUM LIBRI.

Paruæ Pilæ exercitationem cæterarum omnium saluberrimam, ac præstantissimam esse.

A

CAPVT I.

Optimam esse exercitationem corporis quæ animi oblectationem coniunctam habet.

QVANTVM ad sanitatem conferant exercitia, ô Epigenes, quodque ipsa opus sit cibaria præcedere, ab antiquis viris præstantissimis tum philosophis, tum medicis sufficienter traditum est; quantum verò illa quæ parua pila fiunt cæteris excellant, hoc nondum satis priorum quispiam explicauit. Æquum igitur est quæ agnoscimus ea nos verbis explicare. A te autem iudicabimur, qui omnium optimè eius artem exercueris; at & cæteris satis vtilia dicta esse videbuntur, quibus libellum hunc fueris impertitus. Dico namque optima omnium esse exercitia, quæ non modò corpus exercere, verùm etiam animam oblectare possint; & quicunque eam quæ per canes fit venationem, aliámque ferarum capturam adinuenerunt, voluptate, oblectamento, & cupiditate laudis, proprium laborem temperantes, sapientes quidam viri, & humanæ naturæ plane peritissimi extitere; tantum enim in ipsa potest motio animæ, vt & multi præ sola lætitia morbos euaserint; multi etiam præ mœrore ægrotauerint. Neque vlla est tam vehemens corporis affectio, vt affectiones animæ vincat: non igitur paruipendere oportet huius motiones, qualesnam sint; imò verò longè magis quàm corporis motus obseruare, tum aliis de causis, tum quòd corpore dignior sit anima. Hoc igitur omnium quæ cum voluptate coniuncta sunt, exercitationum commune; alia verò earum sunt propria, quas nobis ex parua pila comparamus; quæ nos nunc exponemus.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Α'.

Ἄριστα εἶναι τὰ τοῦ σώματος γυμνάσια, τὰ τὴν ψυχὴν τέρπειν δυνάμενα.

ΗΛΙΚΟΝ ἀγαθόν ἐστιν εἰς ὑγείαν, ὦ Ἐπίγενες, γυμνάσια, καὶ ὡς χρὴ τῶν σιτίων ἡγεῖσθαι αὐτά, παλαιοῖς ἀνδράσιν αὐτάρκως εἴρηται, φιλοσόφων τε καὶ ἰατρῶν τοῖς ἀρίστοις· ὅσον δ' ὑπὲρ τὰ ἄλλα, τὰ διὰ τῆς μικρᾶς σφαίρας ἐστίν, τοῦτο οὐδέπω τῶν πρόσθεν, ἱκανῶς οὐδεὶς ἐξηγήσατο. δίκαιον οὖν ἡμᾶς, ἃ γινώσκομεν εἰπεῖν. B ὑπὸ σου δὲ κριθησόμεθα, τοῦ πάντων ἠσκηκότος ἄριστα τὴν ἐν αὐτοῖς τέχνην· χρήσιμα δ' ἱκανῶς εἰρῆσθαι δόξεις καὶ τοῖς ἄλλοις, οἷς ἂν μεταδῷς τοῦ λόγου γενησόμενα. φημὶ γὰρ ἄριστα μὲν ἁπάντων γυμνάσια εἶναι τὰ μὴ μόνον τὸ σῶμα διαπονεῖν, ἀλλὰ καὶ τὴν ψυχὴν τέρπειν δυνάμενα, καὶ ὅσοι κυνηγεσίαν, καὶ τὴν ἄλλην θήραν ἐξεῦρον, ἡδονῇ καὶ τέρψει, καὶ φιλοτιμίᾳ τὸν ἐν αὐτοῖς πόνον κερασάμενοι, σοφοί τινες ἄνδρες ἦσαν, καὶ φύσιν ἀνθρωπίνην ἀκριβῶς καταμεμαθηκότες. τοσοῦτον γὰρ ἐν αὐτῇ δύναται C ψυχὴν κινῆσαι, ὥστε πολλοὶ μὲν ἀπηλλάγησαν νοσημάτων, ἡσθέντες μόνον, πολλοὶ δ' ἑάλωσαν ἀνιαθέντες. οὐκ ἔστι δ' οὕτως ἰσχυρόν τι τῶν κατὰ τὸ σῶμα παθημάτων, ὡς κρατεῖν τῶν περὶ τὴν ψυχήν. οὐκ οὖν οὐδ' ἀμελεῖν χρὴ τῶν ταύτης κινήσεων, ὁποῖαί τινες ἔσονται, πολὺ δὲ μᾶλλον ἢ τῶν τοῦ σώματος ἐπιμελεῖσθαι, τά τ' ἄλλα, καὶ ὅσῳ κυριώτερον σώματος ἡ ψυχή. τοῦτο μὲν δὴ κοινὸν ἁπάντων γυμνασίων τῶν μετὰ τέρψεως, ἄλλα δ' ἐξαίρετα, τῶν διὰ τῆς μικρᾶς σφαίρας, ἃ ἐγὼ νῦν ἐξηγήσομαι.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Β'.

Τὸ διὰ μικρᾶς σφαίρας γυμνάσιον εὐπορίᾳ τε, καὶ τῇ τῶν κινήσεων ποικιλίᾳ τῶν ἄλλων πολυαρκέστατον εἶναι.

Πρῶτον μὲν ἡ εὐπορία. εἰ γὰρ ἐννοήσαις ὅσης δεῖται παρασκευῆς τε ἅμα καὶ σχολῆς, τά τ' ἄλλα πάντα τὰ περὶ θήραν ἐπιτηδεύματα, καὶ τὰ κυνηγέσια, σαφῶς ἂν μάθοις, ὡς οὔτε τῶν τὰ πολιτικὰ πραττόντων οὐδεὶς, οὔτε τῶν τὰς τέχνας ἐργαζομένων, δυνατὸν μεταχειρίζεσθαι τὰ τοιαῦτα γυμνάσια. καὶ γὰρ πολλῶν ταῦτα δεῖται, καὶ σχολῆς ἄγοντος οὐκ ὀλίγης ἀνθρώπου. τοῦτο δὲ μόνον οὕτω φιλάνθρωπον, ὡς μηδὲ τὸν πενέστατον ἀπορεῖν τῆς ἑαυτοῦ παρασκευῆς. οὐ γὰρ δικτύων, οὐδ' ὅπλων, οὐδ' ἵππων, οὐδὲ κυνῶν θηρευτικῶν, ἀλλὰ σφαίρας μόνης δεῖται, καὶ ταύτης μικρᾶς. οὕτω δ' εὔγνωμον εἰς τὰς ἄλλας πράξεις, ὥστ' οὐδεμιᾶς αὐτῶν ὀλιγωρεῖν ἀναγκάζει δι' αὐτό. καί τοι τί ἂν εὐπορώτερον γένοιτο, τοῦ καὶ τύχην ἀνθρωπίνην ἅπασαν καὶ πρᾶξιν προσιεμένου; τῶν μὲν γὰρ ἀμφὶ τὰς θήρας γυμνασίων τῆς χρήσεως, οὐκ ἐφ' ἡμῖν ἡ εὐπορία· πλούτου τε γὰρ δεῖται τὴν παρασκευὴν τῶν ὀργάνων ἐκποριζοντος, καὶ ἀργίας σχολῆς τὸν καιρὸν ἐπιτηρούσης. τούτων δὲ τῶν ὀργάνων ἡ παρασκευὴ, καὶ τοῖς πενεστάτοις ὡς εἴρηται εὔπορος, ὅ, τε καιρὸς τῆς χρήσεως, καὶ τοὺς ἱκανῶς ἀσχόλους ἀναμένει. τὸ μὲν δὴ τῆς εὐπορίας αὐτοῦ, τηλικοῦτον ἀγαθόν. ὅτι δὲ καὶ πολυαρκέστατον τῶν ἄλλων γυμνασίων, ὧδ' ἂν μάλιστα μάθοις, εἰ σκέψαιο καθ' ἕκαστον αὐτῶν, ὅ, τι τε δύναται, καὶ οἷόν τι τὴν φύσιν ἐστίν. εὑρήσεις γὰρ ἢ σφοδρὸν, ἢ μαλακὸν, ἢ τὰ κάτω μᾶλλον, ἢ τὰ ἄνω κινοῦν, ἢ μέρος τι παρὰ τῶν ἄλλων, εἰς ὀσφὺν, ἢ κεφαλὴν, ἢ χεῖρας, ἢ θώρακα. πάντα δ' ἐξ ἴσου τὰ μέρη τοῦ σώματος κινοῦν, καὶ δυνάμενον ἐπί τε τὸ σφοδρότατον ἀνάγεσθαι, καὶ ἐπὶ τὸ μαλακώτατον ὑφίεσθαι, τῶν μὲν ἄλλων οὐδὲν, τοῦτο δὲ μόνον, τὸ διὰ τῆς μικρᾶς σφαίρας γυμνάσιον, ὀξύτατον ἐν μέρει, καὶ βραδύτατον γιγνόμενον, σφοδρότατόν τε καὶ πραότατον, ὡς ἂν αὐτός τε βουληθῇς, καὶ τὸ σῶμα φαίνεται ἐμμένον. οὕτω δὲ καὶ τὰ μέρη κινεῖν μὲν ἔστιν αὐτοῦ πάνθ' ὁμοῦ, εἰ τοῦτο συμφέρειν δόξειεν, ἔτι δὲ παρ' ἄλλων ἄλλα, εἰ καὶ τοῦτό ποτε δόξειεν. ὅταν γὰρ σταυισάμενοι πρὸς ἀλλήλους, καὶ ἀποκωλύοντες ὑφαρπάσαι τὸν μεταξὺ, διαπονῶσι, μέγιστον αὐτὸ καὶ σφοδρότατον καθίσταται, πολλοῖς μὲν τραχηλισμοῖς, πολλαῖς δ' ἀντιλήψεσι παλαιστικαῖς ἀναμεμιγμένον, ὥστε κεφαλὴν μὲν καὶ αὐχένα πονεῖσθαι τοῖς τραχηλισμοῖς, πλευρὰς δὲ, καὶ θώρακα, καὶ γαστέρα, ταῖς τε τῶν ὀμμάτων μετάρσεσιν, καὶ θέσεσι, καὶ ἀπώσεσι, καὶ ἀποστηρίξεσι, καὶ ταῖς ἄλλαις παλαιστικαῖς λαβαῖς. τούτῳ δὲ καὶ ὀσφὺς τείνεται σφοδρῶς, καὶ σκέλη ἑδραῖα τῆς βάσεως ἐν τῷ τοιούτῳ πόνῳ. τὸ δὲ καὶ προβαίνειν, καὶ εἰς τὰ πλάγια μεταπηδᾶν, οὐ μικρὸν σκελῶν γυμνάσιον.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Γ'.

Τὸ διὰ σφαίρας γυμνάσιον ἅπαντα τὰ τοῦ σώματος μόρια γυμνάζειν, καὶ τῇ στρατηγικῇ τέχνῃ μάλιστα ὁμοιοῦσθαι.

Ἀλλ' εἰ χρὴ τἀληθὲς εἰπεῖν, μόνον ἐστὶ δικαιότατον κινοῦν πάντ' αὐτῶν τὰ μόρια· τοῖς μὲν γὰρ προσιοῦσιν, ἕτερα νεῦρα καὶ μύες, τοῖς δ' ὑποβαίνουσιν, ἕτερα διαπονεῖται,

A

CAPVT II.

Pilæ exercitationem paratus facilitate, ac motuum varietate cæteris omnibus præstare.

PRimùm quidem adest paratus facilitas; si igitur consideraueris, quanto egeant apparatu simul & otio, tum cætera omnia venandi exercitia, tum quæ per canes fit venatio, manifestè didiceris neque ciuilibus addictos negotiis, neque artifices ipsos ad huiuscemodi exercitia accedere posse. Multa enim hæc atque hominem non pauco otio incumbentem exposcunt; hoc autem B solum adeò familiare est, vt ne pauperrimus quidem eius indigeat apparatu; non enim retibus, non armis, non equis, non venatoriis canibus, sed pila sola, eáque parua opus est. Ita vero ad cæteras actiones æqua est, vt earum nullam omittere per se cogat: quid vero eo commodius esse possit, quod & humanam fortunam omnem, & actionem admittit? nam venaticorum exercitiorum vsus nobis non adest facilitas; diuitias enim instrumentorum apparatum suppeditantes, otiúmque liberum opportunitatem spectans exigunt; C paruæ autem pilæ exercitationis instrumentorum apparatus, etiam pauperrimis (vt dictum est) facilis existit, atque vtendi occasio, plurimùm negotiis addictos expectat. Id sanè est facilitatis huius exercitationis magnum commodum. Eam vero aliarum omnium vberrimam esse, hinc potissimùm didiceris, si in vnaquaque ipsarũ vim & naturã consideraueris, vel enim vehementem, vel mollem, vel sursum magis quã deorsum, partémve præ cæteris aliquam, vt lumbos, caput, manus, aut thoracem mouentem comperies. Quæ autem omnes corporis partes æqualiter moueat, possitque & in summam vehementiam attolli, & D in minimam motionem deprimi, aliarum nullam inuenies, illa sola excepta, quæ ex parua pila habetur exercitatio, quæ concitatissima vicissim & tardissima fit vehementissima & moderatissima prout ipse volueris, & corpus tolerare videatur. Sic verò & simul omnes eius partes mouere quidem licet, si conferre videatur, prætereà vero præ aliis alia, si hoc etiam videatur commodum. Quum enim inuicem congredientes, & interiectam pilam excipi prohibentes, laborauerint, maximum id vehementissimúmque *exercitium* existit, quod quidem multis colli obuersionibus; multis vero comprehensionibus palæstricis E commixtum, proindéque caput quidem & ceruix colli obuersionibus, latera vero, thoráxque, & venter, faciei translationibus, posituris, repulsionibus, ac obnixibus aliisque palæstricis prehensionibus laborant. Hoc autem exercitio, lumbi vehementer, ac crura incessus fundamenta eiusmodi labore tenduntur: progressiones denique & obliqui saltus non paruum est crurum exercitium.

F

CAPVT III.

Pilæ ludum omnes corporis partes exercere, imperatoriæque arti maximè assimilari.

AT si veritas dicenda sit, id solum omnes corporis partes æquissimè mouet, dum enim procedimus aut recedimus, aut nos in obliquũ transferimus, alij atque alij nerui ac musculi plus fatigantur.

fatigantur. Quicunque etiam vno motionis genere crura mouet, quemadmodum qui sine ratione cursitant, sic quoque non secus, quàm qui crebro sese in obliquum transferunt, partes inæqualiter exercet; verùm quemadmodum cruribus, sic & brachiis, exercitatio hæc summa cum iustitia proprium partitur opus; siquidem in omni figura pilam excipere consueuerunt. Hic enim necesse est figurarum varietatem alios atque alios musculos vehementius tendere, adeo vt omnes vicissim laborantes, intermissionem his habeant æqualem qui, dum alij operantur, quiescunt, atque ita vicissim omnes operantes & quiescentes, neque segnes omninò relinquantur, neque soli laborantes lassitudine corripiantur. Quòd autem & oculos exercere oporteat, hinc videre licet si animaduertimus quòd nisi quis, quò vergat pila, diligenter præuiderit, quo minus eam attingat, ipsum aberrare necesse est. In hoc autem & consilium æquale solicitudini patet, opus est tum illam ne humi incassum deiiciat, tum vt versantem in medio eandem assequi prohibeat, vel ipse transmissam rursus excipiat. Atqui solicitudo corpus sola quidem extenuat, cuipiam verò exercitio ac laudis desiderio commissa, vtpotè in lætitiam desinens, ad bonam corporis valetudinẽ atque animi prudentiam plurimum confert. Neque verò paruũ est hoc commodum quod ambo corpus videlicet atque animũ, pro vtriusque virtute iuuare possit. Quòd autẽ maximis ambo exercitiis afficere possit, ad quæ militum imperatores potissimum accedere ciuitatis reginæ leges iubent, videre non est difficile. Hostem etenim opportunè inuadere, atque inuadendo latere, & datam occasionem momento arripere, aduersariorúmque res, vel vi, vel inconsultò sibi suas facere, ac parta tueri, optimi est imperatoris: atque, vt simpliciter dicam, exercitus imperator, & custos, & fur egregius esse debet, artis enim illius vniuersæ hæc est summa. Nunquid igitur aliud quodpiam exercitium æquè idoneum sit, hominem vt instituat aut parta defendere, aut erepta recuperare, aut propositum aduersarij præuidere? mirum profectò si quis dixerit aliud quodpiam inueniri. Multa namque ipsorum contrarium efficiunt; ignauos siquidem & somnolentos ac sensu hebetes reddunt; etenim quicunque in palæstra laborant, ad crassitudinem potius quàm ad virtutis studium excitantur; multi siquidem crassitiem adeo contraxerunt, vt vix respirare possint. Huiusmodi sanè homines nec militiæ, nec regiis negotiis, aut ciuilibus vtiliter præfici possent; suibus potius quàm illis, rem quamlibet mandare quis possit. Forsitan autem existimaueris me cursum & quæcunque corpus extenuant exercitia probare, verùm hoc secus habet; ego enim quod immodicum est vbique damno, artémque omnem modicè tractandam censeo; quòd si quid mensura caruerit, pulchrum illud haudquaquam fatebor. Cursus igitur minimè laudauerim, quippe qui corporis habitum extenuent, hominémque ad fortitudinem nullatenus assuefaciant; non enim celeriter fugientibus victoria debetur, sed iis qui cominus valeant obdurare: neque quòd celerrimè currerent, Lacedæmonij plurimum potuerunt, sed quod hostes persistendo trucidarent. Quòd si cursus quàm bonæ prosit valetudini quæsieris, quatenus corporis partes inæqualiter exercet, eatenus salubris non est censendus. Necesse est enim

A πλέον. οὕτω δὲ καὶ τοῖς εἰς πλάγιον μεθισαμένοις, ἀλλὰ, καὶ ὅς τις καθ' ἓν εἶδος κινήσεως κινεῖ τὰ σκέλη, καθάπερ οἱ θέοντες ἀνωμάλως, καὶ οὕτως ἀνίσως τὰ μέρη γυμνάζει, τοῖς εἰς τὸ πλάγιον μεθισαμένοις. ἀλλὰ καὶ ὡς τοῖς σκέλεσιν, οὕτω καὶ χερσὶ τὸ γυμνάσιον τοῦτο δικαιότατον, ἐν παντὶ σχήματι λαμβάνειν ἐθιζομένων τὴν σφαῖραν. ἀνάγκη γὰρ ἐνταῦθα τὴν ποικιλίαν τῶν σχημάτων, ἄλλοτ' ἄλλους τῶν μυῶν τείνειν σφοδρότερον, ὥστε πάντας ἐν μέρει πονοῦντας, ἴσην ἔχειν ἀνάπαυλαν,
B τοῖς ἡσυχάζουσι τὸν χρόνον τῶν ἐνεργούντων, καὶ οὕτως ἐν μέρει πάντας ἐνεργοῦντάς τε καὶ ἀναπαυομένους, οὔτ' ἀργοὺς μένειν τὸ πάμπαν, οὔτε κόποις ἁλίσκεσθαι μόνους πονοῦντας. ὄψιν δὲ, ὅτι γυμνάζειν δεῖ, μαθεῖν ἔνεστιν ὑπομνησθέντας, ὡς εἰ μή τις ἀκριβῶς τὴν ῥοπὴν τῆς σφαίρας ὅποι φέροιτο, προαισθάνοιτο, διαμαρτάνειν τῆς λαβῆς ἀναγκαῖον αὐτόν. ἐν τούτῳ δὲ καὶ τὴν γνώμην ἴσην τῇ φροντίδι, τοῦ τε μὴ καταβαλεῖν, καὶ τοῦ διακωλῦσαι τὸν μέσον, ἢ αὐτὸν
C ὑφαρπάσαι ἐν τούτῳ καταστῇ. φροντὶς δὲ μόνη καταλεπτύνει, μιχθεῖσα δέ τινι γυμνασίῳ, καὶ φιλοτιμίᾳ, εἰς ἡδονὴν τελευτήσασα, τὰ μέγιστα, τὸ σῶμα πρὸς ὑγίειαν, καὶ τὴν ψυχὴν εἰς σύνεσιν ὀνίνησιν. οὐ σμικρὸν δὲ καὶ τοῦτο ἀγαθὸν, ὅταν ἄμφω τε γυμνάσιον ὠφελεῖν δύνηται, καὶ σῶμα, καὶ ψυχὴν, εἰς τὴν ἰδίαν ἑκατέρου ἀρετήν. ὅτι δ' ἀσκεῖν ἄμφω δύναται τὰς μεγίστας ἀσκήσεις, ἃς μάλιστα μετιέναι τοῖς στρατηγικοῖς οἱ πόλεως βασιλεῖς νόμοι κελεύουσιν, οὐ χαλεπὸν κατιδεῖν. ἐπιθέσθαι γὰρ ἐν καιρῷ, καὶ λαθεῖν ἐπιθέμενον, καὶ
D ἐξυλαβῆσαι τὴν πρᾶξιν, καὶ σφετερίσασθαι τὰ τῶν ἐναντίων, ἢ βιασάμενον, ἢ ἐξ ἀδοκήτου ἐπιθέμενον, καὶ φυλάξαι τὰ κτηθέντα, τῶν ἀγαθῶν στρατηγῶν ἔργα. καὶ τὸ σύμπαν φάναι, φύλακά τε, καὶ φῶρα δεινὸν εἶναι χρὴ τὸν στρατηγὸν, καὶ ταῦτα τῆς τέχνης αὐτῆς ὅλης τὸ κεφάλαιον. ἆρ' οὖν ἄλλό τι γυμνάσιον οὕτω παρεθίζειν ἱκανὸν, ἢ φυλάττειν τὸ κτηθὲν, ἢ ἀνασώζειν τὸ μεθιστάμενον, ἢ τῶν ἐναντίων τὴν γνώμην προαισθάνεσθαι, θαυμάζοιμ' ἂν, εἴ τις εἰπεῖν ἔχοι. τὰ πολλὰ γὰρ αὐτῶν, αὐτὸ τοὐναντίον, ἀργοὺς γὰρ, καὶ ὑπνηλοὺς, καὶ
E βραδεῖς τὴν γνώμην ἐργάζεται. καὶ γὰρ καὶ ὅσοι κατὰ παλαίστρας πονοῦσιν, εἰς πολυσαρκίαν μᾶλλον, ἢ ἀρετῆς ἄσκησιν φέρονται. πολλοὶ γοῦν οὕτως ἐπαχύνθησαν, ὡς δυσχερῶς ἀναπνεῖν. ἀγαθοὶ δ' ἂν οὐδ' οἱ τοιοῦτοι πολέμου ἡγεμόνες στρατηγοὶ, ἢ βασιλικῶν, ἢ πολιτικῶν πραγμάτων ἐπίτροποι. θᾶττον ἂν τοῖς γε συσὶν ἢ τούτοις, τις ὁτιοῦν ἐπιτρέψειεν. ἴσως δὲ οἴησθέ με δρόμον ἐπαινεῖν, καὶ τἄλλα ὅσα λεπτύνει τὸ σῶμα γυμνάσια, τὸ δ' οὐχ οὕτως ἔχει. τὴν γὰρ ἀμετρίαν ἐγὼ πανταχοῦ ψέγω, καὶ πάσῃ τέχνῃ, ἀσκεῖν φημι χρῆναι τὸ σύμμετρον,
F καὶ εἴ τι μέτρου στέρεται, τοῦτ' οὐκ εἶναι καλόν. οὐκοῦν οὐδὲ δρόμους ἐπαινῶ, τῷ καταλεπτύνειν τὴν ἕξιν, καὶ τῷ μηδεμίαν ἄσκησιν ἀνδρείας ἔχειν. οὐ γὰρ δὴ τῶν ὠκέως φευγόντων τὸ νικᾶν, ἀλλὰ καὶ τῶν συστάδην κρατεῖν δυναμένων. οὐδὲ διὰ τοῦτο Λακεδαιμόνιοι πλεῖστον ἐδύναντο, τῷ τάχιστα θεῖν, ἀλλὰ τῷ μένοντας ἀναιρεῖν. εἰ δὲ πρὸς ὑγίειαν ἐξετάζοις, ἐφ' ὅσον ἀνίσως γυμνάζει τὰ μέρη τοῦ σώματος, ἐπὶ τοσοῦτον οὐδ' ὑγιεινόν. ἀνάγκη γὰρ οὕτω,

τὰ μὲν ὑπερπονεῖν, τὰ δ' ἀργεῖν παντελῶς, οὐδέτερον δ' αὐτῶν ἀγαθόν· ἀλλ' ἄμφω καὶ νόσων ὑποτρέφει σπέρματα, καὶ δύναμιν ἄῤῥωστον ἐργάζεται.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Δ'.

Τὸ διὰ σφαίρας γυμνάσιον τὴν τῆς φύσεως συμμετρίαν ἐργάζεσθαι, καὶ περὶ τοῦ ποικίλου τοῦ γυμνάζειν τρόπου.

Μάλιστα οὖν ἐπαινῶ γυμνάσιον, ὃ καὶ σώματος ὑγίειαν ἐκπορίζει, καὶ μερῶν εὐαρμοστίαν, καὶ ψυχῆς ἀρετὴν ἐπὶ τούτοις· τοῦτο δὲ τὸ διὰ τῆς μικρᾶς σφαίρας ὑπάρχει. καὶ γὰρ εἰς πάντα ψυχὴν δυνατὸν ὠφελεῖν, καὶ τοῦ σώματος τὰ μέρη δι' ἴσου μάλιστα γυμνάζει πάντα, ὃ καὶ μάλιστα εἰς ὑγίειαν συμφέρει, καὶ συμμετρίαν ἕξεως ἐργάζεται, μήτ' ἄμετρον πολυσαρκίαν, μήθ' ὑπερβάλλουσαν ἰσχνότητα φέρον, ἀλλ' εἴς τε τὰς ἰσχύος δεομένας πράξεις ἱκανὸν, καὶ ὅσαι τάχους χρῄζουσιν, ἐπιτήδειον. οὕτω μὲν οὖν, ὅσον ἐν αὐτῷ, σφοδρότητος οὐδενὶ τῶν πάντων κατ' οὐδὲν ἐλλείπεται. τὸ δὲ πρᾳότατον, ἴδωμεν αὖθις· ἔστι γὰρ ὅτε καὶ τούτου δεόμεθα, διά τε ἡλικίαν, ἢ μηδέπω φέρειν ἰσχυροὺς πόνους, ἢ μηκέτι δυναμένην, καὶ κάματον ἔτι ὀνῖναι βουληθέντες, ἢ ἐκ νόσων ἀνακομιζόμενοι· δοκεῖ δέ μοι κἂν τούτῳ πλέον ἔχειν ἑτέρου παντός· οὐδὲν γὰρ οὕτω πρᾶον, εἰ πρᾴως αὐτὸ μεταχειρίζοιο. δεῖ δὲ μέσως μένοντα, τηνικαῦτα χρῆσθαι, μηδενὶ συμμέτρου ἀποστάντα, τὰ μὲν ἠρέμα προβαίνοντα, τὰ δὲ καὶ κατὰ χώραν μένοντα, μὴ πολλὰ διαγυμνασάμενον· ἐπὶ τῷδε, τρίψεσι μαλακαῖς δι' ἐλαίου. καὶ λουτροῖς θερμοῖς χρῆσθαι. τοῦτο μὲν ἁπάντων ἐστὶ πρᾳότατον, ὥστε καὶ ἀναπαύεσθαι δεομένοις συμφορώτατον εἶναι, καὶ ἄῤῥωστον δύναμιν ἀνακαλέσασθαι δυνατώτατον, καὶ γέροντι, καὶ παιδὶ συμφορώτατον. ὅσα δὲ τούτου μὲν ἰσχυρότερα, τοῦ δ' ἄκρως σφοδροῦ πρᾳότερα, διὰ τῆς μικρᾶς σφαίρας ἐνεργεῖται, χρὴ καὶ ταῦτα γινώσκειν, ὅς τίς γε ὀρθῶς βούλεται διὰ παντὸς αὐτὰ μεταχειρίζεσθαι. καὶ γὰρ εἴποτε δι' ἀναγκαίων ἔργων, οἷα τὰ πολλὰ πολλάκις ἡμᾶς καταλαμβάνει, πονήσειας ἀμέτρως, ἢ τοῖς ἄνω μέρεσιν ἢ τοῖς κάτω πᾶσιν, ἢ χερσὶ μόνοις, ἢ ποσὶν, ἔνεστί σοι ἐκ τοῦδε τοῦ γυμνασίου, τὰ μὲν, ἀναπαῦσαι τὰ πρότερον κεκμηκότα, τὰ δὲ, εἰς τὴν ἴσην ἐκείνοις κίνησιν καταστῆσαι, τὰ πρότερον ἀργὰ παντελῶς μεμενηκότα. τὸ μὲν γὰρ ἐκ διαστήματος ἱκανοῦ βάλλειν εὐτόνως, ἢ οὐδὲν τοῖς σκέλεσιν, ἢ παντάπασιν ὀλίγῳ χρώμενον, ἀναπαύει μὲν τὰ κάτω, τὰ δ' ἄνω κινεῖ σφοδρότερον· τὸ δ', ἐπιπλέον διαθέοντα, καὶ ὠκέως, ἐκ πολλοῦ διαστήματος, ὀλιγάκις τε προσχρῆσθαι τῇ βολῇ, τὰ κάτω μᾶλλον διαπονεῖ· καὶ τὸ μὲν ἠπειγμένον ἐν αὐτῷ, καὶ ταχὺ, χωρὶς συντονίας ἰσχυρᾶς, τὸ πνεῦμα μᾶλλον γυμνάζει, τὸ δ' ἕτερον, τὸ ἐν ταῖς ἀντιλήψεσι, καὶ βολαῖς, καὶ λαβαῖς, οὐ μὴν ταχύ γε, τὸ σῶμα μᾶλλον ἐντείνει τε καὶ ῥώννυσιν. εἰ δ' εὔτονόν τε ἅμα καὶ ἠπειγμένον εἴη, διαπονήσει τοῦτο μεγάλως, καὶ τὸ σῶμα καὶ τὸ πνεῦμα, καὶ πάντων ἔσται γυμνασίων σφοδρότατον. ἐφ' ὅσον δὲ δεῖ καθ' ἑκάστην χρείαν ἐπιτείνειν τε καὶ ἀνιέναι, γράψαι μὲν οὐχ οἷόν τε· τὸ γὰρ ἐν ἑκάστῳ ποσὸν, ἄῤῥητον, ἐπ' αὐτῶν δὲ τῶν ἔργων εὑρεῖν τε καὶ δεῖξαι δυνατὸν, ἐν ᾧ δὴ καὶ μάλιστα τὸ πᾶν κῦρος.

A in hoc alia quidem nimis fatigari, alia verò penitus torpere, quorum neutrum conducit, imò vero ambo morborum gignunt semina, viresque imbecillas reddunt.

CAPVT IV.

Pilæ ludum temperatam reddere naturam, ac de varia ludendi ratione.

Exercitium igitur id potissimum commendauerim quod bonam corporis valetudinem ac B partium concinnitatem vnáque animi virtutem præstare possit, quale illud est, quod in parua pila consistit. Animum etenim vndique iuuare potest, omnésque corporis partes pari modo maximè exercet, id quod & ad bonam valetudinem plurimum confert, & corporei habitus commensurationem efficit: vtpote quod crassitiem nullam immodicam aut gracilitatem afferat, quin potius actionibus robore aut celeritate indigentibus sufficiens sit atque idoneum. Sic igitur quantum ad vehementiam attinet, nullo omnium est inferius. Mollitiem autem deinceps videamus, hac enim aliquando indigemus, aut propter ætatem quæ C maximos labores vel iunior nondum ferre, vel antiquior iam facta, non etiam sustinere valeat; aut quod lassitudini consulere velimus; aut quod à morbo conualescamus; in ea quoque (vt mihi quidem videtur) reliqua cuncta excellit; nullum est enim adeo lene, modo leuiter ipsum tractaueris. Oportet autem ipso medium te locū obtinentem, nulláque ex parte ab eo quod modicum sit declinantem, nunc quidem sensim procedendo, nunc vero loco stando, ac denique membra non admodum agitando vti; mollibus postea ex oleo frictionibus, calidísque balneis vteris. Hoc equidem om- D nium est remississimū, adeo vt & quiete indigentibus vtilissimum, atque ad imbecillas vires reuocādas valentissimum, seníque ac puero sit conducentissimum. Quæ vero hoc quidem laboriosius, mitius vero quàm quod vehementissimum sit, in paruæ pilæ exercitio fieri solent, ea quoque cognoscat opus est quicunque ipsa rectè semper tractare voluerit. Etenim si quando ob necessaria negotia quibus persæpe detinemur, aut supernas partes omnes, aut infernas, aut manus duntaxat, aut pedes immodicè fatigaueris, licet exercitatione huiuscemodi partim quidem sistere quæ prius labo- E rarunt, partim vero quæ antea penitus torpuerunt ad parem illis motionem ducere. Si quis enim è multo interuallo crurum opus, aut nihil, aut omnino parum admittens, magno cum conatu proiiciat, inferna quidem sistit, superna vero vehementius mouet. Quod si plerunque ac celeriter cursitans, è multo interuallo perrarò pilam proiecerit, inferna magis fatigabit; festinatio insuper ac celeritas in ea reperta absque graui conatu, anhelitū magis exercet: alterum verò, receptio videlicet ac transmissio, exceptióque absque celeritate, corpus magis intendit ac roborat: at si vehemens conatus vnáque festinatio fuerit, hoc & corpus & anhelitum ma- F gnopere fatigabit, eritque omnium exercitiorum vehementissimum. Quousque autem pro singulo quoque vsu intendenda aut remittenda sit exercitatio, scribere quidem impossibile; neque enim cuiusque quantitas explicabilis est, in opere tamen ipso adinuenire atque ostendere possumus, in qua sanè vis tota maxime consistit;

nihil

nihil enim prodest qualitas si quantitate labefactetur; hoc igitur sit curæ pædotribæ, qui exercitationi sit præfuturus.

A οὐδὲ γὰρ ἡ ποιότης ἐστὶ χρήσιμος, εἰ τῷ ποσῷ διαφθείροιτο· τούτου μὲν δὴ τῷ παιδοτρίβῃ μελέτω, τῷ μέλλοντι τῶν γυμνασίων ὑφηγεῖσθαι.

CAPVT V.

Pilæ ludum periculo maximè vacare.

Reliquum autem sermonis absoluatur. Volo namque ad hæc quæ dixi bona huic exercitio addere, neque quod extra pericula sit, quibus aliorum plurima illiduntur, missum facere. Cursus enim celeres rupto vase præcipuo multos iamdudum perdidere; sic autem & voces magnæ simulque vehementes vno tempore affatim emissæ maximorum malorum non paucis causæ fuerunt; violenti quoque equitatus circa renes aliquid fregerunt, sæpe etiam thoracis partibus, nonnunquam etiam seminariis meatibus noxam intulere, vt equorum delicta prætermittam, quibus sæpe à sella delapsi equites illicò interierunt. Sic autem & saltus, & discus, & quæ per flexiones fiunt exercitia *sese habent*. Quid autem de iis dicendum qui in palæstra versantur? quum omni ex parte, non minus quàm Liti illi apud Homerum, mutilati sint. Quemadmodum enim ille inquit poëta, claudas, rugosas, atque oculis distortas esse, sic eos qui in palæstra versantur, vel claudos, vel distortos, vel fractos, vel omninò mutilos videris. Quum igitur præter bona quæ dixi, id quoque accedat paruæ pilæ exercitio, vt scilicet neque periculo sit obnoxium, aliorum omnium ad vsum optimè patebit.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ε'.

Τὸ διὰ σφαίρας γυμνάσιον μηδαμῶς κινδύνῳ πελάζειν.

Τὸ δ' ὑπόλοιπον τοῦ λόγου περαινέσθω. βούλομαι γὰρ ἐφ' οἷς εἶπον ἀγαθοῖς προσθεῖναι τῷδε τῷ γυμνασίῳ, μηδ', ὡς ἐκτός ἐστι κινδύνων, παραλιπεῖν, οἷς τὰ πλεῖστα τῶν ἄλλων περιπίπτει. δρόμοι μὲν γὰρ ὠκεῖς, πολλοὺς ἤδη διέφθειραν, ἀγγεῖον ἐπίκαιρον ῥήξαντες· οὕτω δὲ καὶ φωναὶ μεγάλαι τε ἅμα καὶ σφοδραί, καθ' ἕνα χρόνον ἀθρόως ἐκφωνηθεῖσαι, μεγίστων κακῶν οὐκ ὀλίγοις αἴτια, καὶ ἱππασίαι σύντονοι, τῶν τε κατὰ νεφροὺς ἔρρηξαν τι, καὶ κατὰ θώρακα πολλάκις ἔβλαψαν· ἔστι δ' ὅτε καὶ τοὺς σπερματικοὺς πόρους, ἵνα τὰ τῶν ἵππων ἁμαρτήματα παραλείπω, δι' ὧν πολλάκις ἐκπεσόντες τῆς ἕδρας οἱ ἱππεῖς, παραχρῆμα διεφθάρησαν. οὕτω δὲ καὶ τὸ ἅλμα, καὶ ὁ δίσκος, καὶ τὰ διὰ τοῦ κάμπτειν γυμνάσια. τοὺς δ' ἐκ τῆς παλαίστρας τί δεῖ καὶ λέγειν; ὡς ἅπαντα λελώβηνται, τῶν Ὁμηρικῶν Λιτῶν οὐδὲν μεῖον. ὡς γὰρ ἐκεῖνός φησιν ὁ ποιητής, χωλάς τε, ῥυσάς τε, παραβλῶπάς τ' ὀφθαλμώ, οὕτω τοὺς ἐκ τῆς παλαίστρας ἴδοις ἂν ἢ χωλούς, ἢ διεστραμμένους, ἢ τεθλασμένους, ἢ πάντως γέ τι μέρος πεπηρωμένους. εἰ δὴ πρὸς οἷς εἶπον ἀγαθοῖς, ἔτι καὶ τοῦθ' ὑπάρχει τοῖς διὰ τῆς σμικρᾶς σφαίρας γυμνασίοις, ὡς μηδὲ κινδύνῳ πελάζειν, ἁπάντων ἂν εἴη πρὸς ὠφέλειαν ἄριστα παρεσκευασμένα.

B

C

ΓΑΛΗΝΟΥ ΠΕΡΙ ΑΦΡΟΔΙΣΙΩΝ.

GALENI DE VENEREIS.

A Salubris rerum venerearum vsus, ex Epicuro, nullus est; reuera autem salubris vsus est ab intermissionibus tantis vt post vsum homo leuior factus esse, faciliúsque spirare videatur. Opportunum autem vtendi tempus est, quum exquisitè medium obtineat omnium externarum circumstantiarum corpus, neque immoderatiùs repletum, neque vacuum, neque nimis perfrigeratum, neque supercalefactum, neque immodicè exiccatum, neque humectatum. Si vero interdum aliqua in re aberret, paruum esto quod in errorem labitur. Salubrius autem calefacto magis quàm perfrigerato; & repleto magis quā vacuato; & humectato magis quàm exiccato corpori rebus vti venereis. B Qui igitur imbecillas vires habent, ij certè ab immoderata venere in extremam infirmitatem procidunt; qui vero robustas, quique ægrotant pituitæ copia, quòd humores amplius discutiant, innoxium ipsarum vsum ferunt; sic enim calidis & humidis contingit, & quibuscunque naturâ semine fœcundis. Quin & corpus eorum qui robustas habent vires venus calefacit; quibus vero imbecillæ sunt, in promptu quidem calefacit, sed postea vehementer refrigerat.

A Ἀφροδισίων μὲν, κατὰ μὲν Ἐπίκουρον, οὐδεμία χρῆσις ὑγιεινή· κατὰ δὲ τἀληθές, ἐκ διαλειμμάτων τηλικούτων ὡς ἐπὶ ταῖς χρήσεσιν αἰθέρπον αὐτὸν αὐτοῦ κουφότερον καὶ εὐπνούστερον δοκεῖν γεγονέναι. ὁ δὲ καιρὸς χρήσεως, ὅταν ἀκριβῶς μέσον ᾖ τῶν ἔξωθεν περιστάσεων ἁπασῶν τὸ σῶμα, μήθ' ὑπερπεπληρωμένον, μήτ' ἐνδεές, μήθ' ὑπερεψυγμένον, μήθ' ὑπερτεθερμασμένον, μήτ' ἐξηρασμένον, μήθ' ὑγρασμένον ἀμέτρως. εἰ δὲ καὶ διαμαρτάνοιέν ποτε κατά τι, μικρὸν μὲν ἔστω τὸ ἁμαρτανόμενον. ἄμεινον δὲ τῷ τεθερμασμένῳ μᾶλλον ἢ ἐψυγμένῳ, καὶ πεπληρωμένῳ μᾶλλον ἢ κεκενωμένῳ, καὶ ὑγρασμένῳ μᾶλλον ἢ ἐξηρασμένῳ τῷ σώματι χρῆσθαι τοῖς B ἀφροδισίοις. οἱ μὲν οὖν τὴν ἀσθενῆ δύναμιν ἔχοντες, ἀπὸ τῆς λαγνείας εἰς ἐσχάτην ἀρρωστίαν ἀφικνοῦνται· οἱ δὲ ἰσχυρὰν, καὶ νοσοῦντες ἀπὸ φλέγματος περιουσίας, τῷ διαφορεῖν ἐπιπλέον τοὺς χυμοὺς, ἀβλαβῆ ἔχουσι τὴν χρῆσιν αὐτῶν· οὕτω γὰρ τοῖς ὑγροῖς καὶ θερμοῖς ἐστι, καὶ ὅσοις φύσει πολυσπέρμοις. ἀλλὰ καὶ θερμαίνει τὸ σῶμα τοῖς ἐρρωμένην ἔχουσι τὴν δύναμιν ἡ λαγνεία, τοῖς δὲ ἀσθενέσιν, ἐν μὲν τῷ παραχρῆμα θερμαίνει, ψύχει δὲ μετὰ ταῦτα γενναίως.

A ἔνιοι μὲν οὖν εὐθέως ἐπὶ ταῖς συνουσίαις ἀπὸ νεότητος ἀσθενεῖς γίνονται, τινὲς δὲ εἰ μὴ συνεχῶς χρῷντο, βαρύνονται τὴν κεφαλὴν, ἀσώδεις τε καὶ πυρετώδεις γίνονται, καὶ χεῖρον ὀρέγονται, καὶ ἧττον πέττουσι. τοιαύτης γοῦν ἐνίους ὄντας φύσεως, εἶτ᾽ ἐγκρατεῖς ἀφροδισίων χρήσεως γενομένους, ναρκώδεις τε καὶ δυσκινήτους ἔγνωμεν ἀποτελεσθέντας· ἐνίους δὲ καὶ σκυθρωποὺς ἀλόγως καὶ δυσέλπιδας ὁμοίως τοῖς μελαγχολικοῖς· ταῦτα δὲ παυόμενα ταχέως ἐπὶ ταῖς τῶν ἀφροδισίων χρήσεσι. ταῦτ᾽ ἀναλογιζομένῳ μοι, μεγάλως φαίνεται βλάπτειν ἡ τοῦ σπέρματος ἐπίσχεσις· ἐφ᾽ ὧν αὐτό τε φύσει κακοχυμότερον καὶ πλέον, B ἀργότερός τε ὁ βίος, καὶ τῶν ἀφροδισίων μὲν ἡ χρῆσις πρότερον μὲν ἱκανὴ πάνυ, μετὰ ταῦτα δὲ ἀθρόως ἐγκρατεῖς ἐγενήθησαν. ἰσχυροί τε καὶ νέοι, τούτοις ἡ τοῦ σώματος ἕξις εἰς ἀραιότητα πλέον ἤπερ ἡ δύναμις εἰς ἀρρωστίαν ἀλλοιοῦται· καί τις ἐπανόρθωσις διὰ τῶν συναγόντων καὶ σφιγγόντων γίνεται αὐτοῖς, ὁποῖόν ἐστι παρασκευαστικὸν γυμνάσιον. εἰ δὲ δὴ καὶ ψύξις τις ἐπὶ τοῖς ἀφροδισίοις ἐγγίγνοιτο, καὶ κατὰ τοῦτ᾽ ἂν εἴη τῷ παρασκευαστικῷ γυμνασίῳ χρηστέον, ἐπεγείρει γὰρ τὴν θερμότητα. τῆς δὲ ὥρας τοῦ ἔτους ἐπιτρεπούσης, οὐδὲ τῆς ψυχρολουσίας ἀφεκτέον. C ἐδέσματα δὲ τῷ πλήθει μὲν ἐλάττω, τῇ ποιότητι δὲ καὶ ὑγρότερα δοτέον, ἵνα καὶ πέψῃ καλῶς αὐτὰ, καὶ τὴν ἀφροδισίων ἐπανορθώσηται ξηρότητα. χρὴ δὲ οὐδὲ ψυχρότερα τὴν κρᾶσιν, ἀλλὰ τῆς μέσης ἰδέας τῶν θερμαινόντων ὑπάρχειν αὐτά. διότι γὰρ ὑπὸ τῶν ἀφροδισίων ἀραιότερον ἅμα καὶ ἀσθενέστερον, ψυχρότερόν τε καὶ ξηρότερον ἀποτελεῖται τὸ σῶμα, χρὴ δή που τὰ πυκνοῦντα καὶ θερμαίνοντα, καὶ τὴν δύναμιν ἀναρρωννύντα προσφέρεσθαι, καὶ τούτους εἶναι σκοποὺς ἐπ᾽ αὐτοῖς.

Proindè nonnulli quidem post coitum à iuuentute quamprimum imbecilles euadunt; nonnulli verò nisi assiduè vtantur coitu, capitis grauitatem incurrunt, cibos fastidiunt, febriculosi fiunt, deterius appetunt, minúsque concoquunt. Quosdam eiusmodi naturæ esse nouimus vt quum à rebus venereis abstinerent, tum torpidi, tum ad motum difficiles facti sint; quosdam verò, qui melancholicorum more præter rationem mœsti ac spei expertes euaserint; hæc verò omnia quamprimum Veneris vsu sedata fuisse. Hæc mihi consideranti magnopere lædere videtur seminis retentio; in quibus ipsum tum natura deterioris est succi, tum copiosius est, & otiosior vita, & veneris vsus priùs quidem frequentior; postea verò affatim abstinuerunt. Qui robusti ac iuuenes sunt, his corporis habitus in raritatem potius quàm vires in imbecillitatem mutatur; at iis quædam fit emendatio per ea quæ cogunt & constringunt, qualis est præparans exercitatio; Si verò etiam aliqua perfrigeratio post venerem corporibus oboriatur, erit etiam exercitatione præparante ob eam causam vtendum; calorem enim excitat. Concedente verò anni tempestate à frigido balneo haud erit abstinendum. Edulia verò copia quidem parciora, qualitate verò humidiora exhibenda, vt tum probè ipsa concoquantur, tum à venere contracta siccitas emendetur. Sed oportet neque temperamento frigidiora, sed media calefacientium specie ipsa esse. Nam quoniam corpus à venere rarius simul ac imbecillius, frigidius & siccius efficitur; quæ sanè densant & calefaciunt & vires reparant, adhibenda sunt, atque hi sunt scopi qui huc spectant.





ΙΠΠΟΚΡΑΤΟΥΣ ΠΕΡΙ ΕΝΥΠΝΙΩΝ.

HIPPOCRATIS DE INSOMNIIS, LIBER.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΤΩΝ ΕΝ ΤΩι ΒΙΒΛΙΩι.

Ἐξηγεῖται τὰ ἐνύπνια ἐξ ὧν τὰ ἀσφαλῆ τῆς ὑγιείας τε καὶ νόσου τεκμήρια συλλαμβάνεται· καὶ οἷα ἡ ψυχὴ ἐν ὕπνοις φαντάζεται.

ARGVMENTVM LIBRI.

Explicat insomnia, ex quibus certa tum prospera tum aduersæ valetudinis signa depromuntur; & quæ anima in somnis imaginatur.

CAPVT I.

Iudiciorum ex insomniis præstantiam ac vtilitatem præfatur; de anima in vigilia, ac somno; somnia alia diuina, alia naturalia.

DE iudiciis eorum quæ in somnis *visuntur* quisquis rectè cognoscit, is ea ad omnia magnam habere vim comperiet. A Anima enim vigilat, & quum quidem corpori subministrat, in multas partes diuisa, haud ipsa sibi vacat, sed singulis corporis partibus, partem quandam distribuit, sensibus nimirum, auditui, visui, tactui, ambulationi, actioni, omni denique corporis cogitationi, ipsa verò mens sui officij non est. Quum vero corpus quiescit, anima mouetur, & in corporis partes subrepens, domum suam gubernat, omnésque corporis actiones ipsa obit. Neque enim B corpus dormiens sentit, ipsa verò vigilans cognoscit; videnda videt, & audienda audit, vadit, tangit, mœret, ratiocinatur, ac (vt paucis dicam) quæcunque corporis, aut animæ officia sunt, ea omnia in somnis anima peragit. Quisquis igitur rectè ista iudicare nouit, is magnam sapientiæ partē nouit. Quæcunque igitur somnia diuina sunt, & quædam euentura significant, aut vrbibus, aut priuato populo vel mala, vel bona, non ob ipsorum culpam, sunt qui ipsa iudicant de his accuratam artem habentes. Quas vero corporis affectiones anima prænunciat, repletionis, C vel inanitionis, rerum à natura insitarum exuperantia, vel consuetarum mutatione, & hæc quidem iudicant, & partim assequuntur, partim aberrant, neutrumque eorum agnoscunt curnam fiant, neque quod assequantur, neque quod aberrent.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Α'.

Προλογίζει τὴν ἐξοχὴν τε καὶ ὠφέλειαν τῶν ἐκ τῶν ἐνυπνίων κρίσεων· περὶ τῆς ἐγρηγορούσης τε καὶ καθευδούσης ψυχῆς· ἐνύπνια, τὰ μὲν θεῖα· τὰ δὲ φυσικά.

ΠΕΡΙ δὲ τῶν τεκμηρίων τῶν ἐν τοῖσιν ὕπνοισιν ὅστις ὀρθῶς γινώσκει, μεγάλην ἔχοντα δύναμιν εὑρήσει πρὸς ἅπαντα. ἡ γὰρ ψυχὴ ἐγρηγόρεν, ὅταν μὲν οὖν σώματι ὑπηρετοῦσα ᾖ, ἐπὶ πολλὰ μεριζομένη, οὐ γίνεται αὐτὴ ἑωυτῆς, ἀλλ' ἀποδίδωσί τι μέρος ἑκάστῳ τοῦ σώματος, ἤγουν τοῖσιν αἰσθητηρίοισιν, ἀκοῇ, ὄψει, ψαύσει, ὁδοιπορίῃ, πρήξει, καὶ πάσῃ τῇ τοῦ σώματος διανοίῃ· αὐτὴ δ' ἑωυτῆς ἡ διάνοια οὐ γίνεται. ὁκόταν δὲ τὸ σῶμα ἡσυχάσῃ, ἡ ψυχὴ κινευμένη καὶ ἐπεξέρπουσα τὰ μέρη τοῦ σώματος, διοικεῖ τὸν ἑαυτῆς οἶκον· καὶ τὰς τοῦ σώματος πρήξιας ἁπάσας, αὐτὴ διαπρήσσεται. τὸ μὲν γὰρ σῶμα καθεῦδον, οὐκ αἰσθάνεται. ἡ δὲ ἐγρηγορέουσα, γινώσκει· καθορῇ τε τὰ ὁρατά, καὶ ἀκούει τὰ ἀκουστά· βαδίζει, ψαύει, λυπεῖται, ἐνθυμέεται· ἐν ὀλίγῳ, ὁκόσαι τοῦ σώματος ὑπηρεσίαι, ἢ τῆς ψυχῆς, ταῦτα πάντα ἡ ψυχὴ ἐν τῷ ὕπνῳ διαπρήσσεται. ὅστις οὖν ἐπίσταται κρίνειν ταῦτα ὀρθῶς, μέγα μέρος ἐπίσταται σοφίης. ὁκόσα μὲν οὖν τῶν ἐνυπνίων θεῖά ἐστι, καὶ προσημαίνει τινὰ συμβησόμενα ἢ πόλεσιν, ἢ τῷ ἰδιώτῃ λαῷ, ἢ κακά, ἢ ἀγαθά, μὴ δι' αὐτῶν ἁμαρτίην, εἰσὶν οἱ κρίνοντες περὶ τῶν τοιούτων ἀκριβῆ τέχνην ἔχοντες. ὁκόσα δὲ ἡ ψυχὴ τοῦ σώματος παθήματα προσημαίνει, πλησμονῆς ἢ κενώσιος, ὑπερβολὴν τῶν ξυμφύτων, ἢ μεταβολὴν τῶν ἀηθέων, κρίνουσι μὲν καὶ ταῦτα. καὶ τὰ μὲν τυγχάνουσι, τὰ δὲ ἁμαρτάνουσι, καὶ οὐδέτερα τούτων γινώσκουσι διότι οὕτω γίνεται, οὔθ' ὅτι ἂν ἐπιτύχωσιν, οὔθ' ὅτι ἂν ἁμάρτωσι.

φυλάσσεσθαι δὲ παραινεῦντες, μή τι κακὸν λάβῃ, οὐ διδάσκουσιν A ὡς χρὴ φυλάξασθαι, ἀλλὰ θεοῖσιν εὔξασθαι κελεύουσι. καὶ τὸ μὲν εὔχεσθαι πρέπον, καὶ λίην ἐστὶν ἀγαθόν. δεῖ δὲ καὶ αὐτὸν ξυλλαμβάνοντα, τοὺς θεοὺς ἐπικαλέεσθαι. ἔχει οὖν περὶ τούτων ταῦτα, ὧδε.

Præcauere ne quid mali accidat, adhortantes, vt cautio adhibenda sit non docent, sed Diis vota cõcipere iubent. At vota quidem cõcipere decorum est & optimũ, sed oportet & manus admouentem Deorũ opẽ aduocare. De his itaq; ita se res habet.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Β'.

Περὶ ἐνυπνίων τῶν τὰς ἡμερινὰς πρήξεις ἐνυπνιαζομένων, ὑγιεινῶν τε καὶ νοσερῶν· καὶ θεραπείας τῆς ταραχῆς.

Ὁκόσα τῶν ἐνυπνίων τὰς ἡμερινὰς πρήξιας τοῦ ἀνθρώπου ἡ διάνοια ἐς τὴν εὐφρόνην ἐνυπνιάζεται ἑσπερίην, B καὶ ἀποδίδωσι κατὰ τρόπον γινόμενα, ἀπὸ τῇσιν ἡμέρῃσιν ἐπρήχθη, ἢ ἐβουλεύθη ἐν δικαίῳ πρήγματι, ταῦτα τῷ ἀνθρώπῳ ἀγαθά· ὑγιείην γὰρ σημαίνει· διότι ἡ ψυχὴ παραμένει ἐν τοῖσιν ἡμερινοῖσι βουλεύμασιν, οὔτε πλησμονῇ τινι κρατηθεῖσα, οὔτε κενώσει, οὔτε ἄλλῳ οὐδενὶ ἔξωθεν προσπεσόντι. ὅταν δὲ πρὸς τὰς ἡμερινὰς πρήξιας ὑπεναντιῶται τὰ ἐνύπνια, καὶ ἐγγίνηται περὶ αὐτέων ἡ μάχη, ἢν καὶ τοῦτο συμβαίνῃ, ταραχὴν σημαίνει ἐν τῷ σώματι. καὶ ἢν μὲν ἰσχυρὴ ᾖ, ἰσχυρὸν τὸ κακὸν, ἢν δὲ φαύλη, ἀσθενέστερον. C περὶ μὲν οὖν τῆς πρήξιος, εἴτε δεῖ ἀποτρέπειν, εἴτε μὴ δεῖ, οὐ κρίνω. τὸ δὲ σῶμα τοῦ ἀνθρώπου θεραπεύεσθαι ξυμβουλεύω. πλησμονῆς γάρ τινος ἐγγινομένης, ἀπόκρισις ἐγένετό τις, ἥτις ἐτάραξε τὴν ψυχήν. ἢν μὲν οὖν ἰσχυρὸν ᾖ τὸ ἐναντιωθὲν, ἔμετόν τε ξυμφέρει ποιήσασθαι, καὶ τοῖσι σιτίοισι κούφοισι προσάγειν ἐς ἡμέρας πέντε. καὶ τοῖσι περιπάτοισι πολλοῖσι, καὶ ὀξέσιν ἐκ προσαγωγῆς χρέεσθαι. καὶ τοῖσι γυμνασίοισιν ἐπιγυμνάζεσθαι συμμέτροισι πρὸς τὴν προσαγωγὴν τῶν σιτίων. ἢν δὲ ἀσθενέστερον τὸ ἐναντιωθὲν γένηται, ἀφελὼν τὸν ἔμετον, τὸ τρίτον μέρος ἄφελε τοῦ σιτίου. καὶ τοῦτο ἡσυχῇ προσάγου πάλιν ἐς τὰς πέντε ἡμέρας. D καὶ τοῖσι περιπάτοισι πιέζειν. καὶ τοῖσι τῆς φωνῆς πόνοισι χρεέσθω, καὶ τοῖσι θεοῖσι εὐχέσθω. καὶ καταστήσεται αὐτῷ ἡ ταραχή.

CAPVT II.

De insomniis diurnas actiones obiicientibus salubribus, insalubribus, & pertubationis curatione.

QVibus insomniis diurnas actiones mens humana vespere sub noctem somniat, & eodem modo reddit, quo per diem in re iusta, gesta aut consulta sunt, hæc homini bona sunt, sanitatem enim portendunt, propterea quod anima, neque plenitudine vlla, neque euacuatione, neque alia re extrinsecus irruente superata, in diurnis consiliis perseuerat. Quum autem insomnia diurnis actionibus aduersantur, & de ipsis pugna aboritur, quum id contigerit, perturbationem in corpore denunciant. Et si vehemens quidem sit, malum est vehemens, si vero leuis, debilius. De actione igitur vtrum reuocanda sit nécne, nihil statuo, corpus vero hominis curari consulo. Vbi enim plenitudo inciderit, secretio quædam contigit, quæ animam perturbat. Ac si quidem quod aduersum est vehemens fuerit, vomitum ciere conducit, & cibos leues sensim adhibere ad dies quinque. Deambulationibus quoque multis ac concitatis, sensim adiectione facta vti, & exercitationes pro ciborum adiectione moderatas adhibere. Si igitur quod aduersum est debilius fuerit, dempta vomitione, cibi tertiam partem detrahito, eámque sensim rursus ad dies quinque adiicito, & deambulationes vrgeto. Sed & vocis exercitationibus vtatur, & Diis supplicet, & conquiescet ipsi perturbatio.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Γ'.

Περὶ ἐνυπνίων τοὺς ἀστέρας ἐνυπνιαζομένων, ὑγίειαν τε καὶ νόσον καὶ θεραπείαν σημαινόντων.

Ἥλιον δὲ καὶ σελήνην, καὶ οὐρανὸν, καὶ ἀστέρας, καθαρὰ καὶ εὐαγέα, κατὰ τρόπον ὁρώμενα ἕκαστα, ἀγαθά. ὑγιείην γὰρ E τῷ σώματι σημαίνει, ἀπὸ πάντων τῶν ὑπαρχόντων. ἀλλὰ χρὴ διαφυλάσσειν ταύτην τὴν ἕξιν τῇ παρεούσῃ διαίτῃ εἰ δέ τι τούτων ὑπεναντίον γίνοιτο, νοῦσόν τινα τῷ σώματι σημαίνει. ἀπὸ μὲν τῶν ἰσχυρῶν, ἰσχυροτέρην· ἀπὸ δὲ τῶν ἀσθενεστέρων, κουφοτέρην. καὶ ἄστρων μὲν οὖν ἡ ἔξω περίοδος, ἡλίου δὲ, ἡ μέση· σελήνης δὲ, ἡ πρὸς τὰ κοῖλα. ὅ, τι μὲν οὖν δοκέῃ τούτων τῶν ἄστρων σβέννυσθαι, ἢ βλάπτεσθαι, ἢ ἀφανίζεσθαι, ἢ ἀπέχεσθαι τῆς περιόδου, κατ᾽ αὐτὸ τὸ μέρος καὶ τὴν νοῦσον προσγίνεσθαι. καὶ ἢν μὲν ὑπὸ ἀέρος ὁρᾶται ἢ νεφέλης τι τῶν ἄστρων τούτων πάσχον, ἀσθενέστερον, F ἢν δὲ ὑπὸ ὕδατος ἢ χαλάζης, ἰσχυρότερον. σημαίνει δὲ ἀπόκρισιν ἐν τῷ σώματι ὑγρὰν καὶ φλεγματώδεα γενομένην, ἐς τὴν ἔσω περιφορὴν ἐμπεπτωκέναι. ξυμφέρει τοιγαροῦν τούτῳ, τοῖσί τε δρόμοισιν ἐν τοῖσιν ἱματίοισι κεχρῆσθαι πολλοῖσιν, ἐξ ὀλίγου προσάγοντα, ὅκως ἐξιδρώσῃ ὡς μάλιστα, καὶ τοῖσι περιπάτοισιν ἀπὸ τοῦ γυμνασίου, πολλοῖσι καὶ ἀναρίστοισι χρῆσθαι, τῶν τε σιτίων ἀφελόμενον τὸ τρίτον μέρος, προσάγειν ἐς πέντε ἡμέρας.

CAPVT III.

De insomniis astra obiicientibus sanitatem aut morbum ac curationem significantibus.

AT verò Sol, Luna, cœlũ & stellæ pura quæque & suo motu agitata, in somnis visa, bona sunt. Sanitatẽ enim corpori significant rebus omnibus secundis. Atque hunc habitum præsenti victus ratione conseruare oportet. Si vero horum aliquod contrarium fiat, aliquem corpori morbum portendit, à vehementibus quidem vehementiorem, à debilioribus vero leuiorem. Et astris quidem exterior corporis ambitus respondet, Soli medius, Lunæ vero qui ad cauitates *spectat*. Si quod igitur istorum siderum extingui, aut lædi, aut euanescere, aut ab ambitu deflectere videatur, in illa ipsa parte morbum euenturum indicat ac debiliorem quidem si ab aëre aut nube ex ipsis astris aliquod pati videat, si vero ab aqua aut grandine, grauiorem. Secretionem enim humidam & pituitosam in corpore factam, & in externum ambitum incidisse indicat. Huic igitur conducit vt vestibus indutus cursibus vtatur multis sensim increscentibus, vt quàm maximè sudet; & deambulationibus post exercitationem multis, etiam absque prandio, substractáque tertia ciborum parte, paulatim ad dies quinque adiicere.

Si verò vehemens morbus videatur, etiam vaporariis vti. Nam quum in externo corporis ambitu offensio existat, purgationem per cutim facere cōfert. Cibis verò vtendum siccis, acribus, austeris, meracis, & laboribus maximè exiccantibus. At si quid horū Luna patiatur, ad interna reuulsionem facere conducit, ab acribus quoque salsuginosis & mollibus cibis, vomitione vti, cursibus verò circularibus citatis, ac deambulationibus celeribus. Vocis etiam exercitiis vtendum, & prandij abstinentia, cibíque detractione, & vicissim appositionē eodem modo. Ob id autem intrò reuellendum, quoniam ad corporis cauitates offensio conspicitur. Si autem quid tale Sol patiatur, vehementius iam malum est, & difficiliùs expellitur. Vtranque verò in partem reuulsiones faciendæ, & cursibus, tum flexis, tum circularibus vtendum, & deambulationibus, aliísque omnis generis laboribus. Ciborum etiam subtractione, & admotione eodem modo. Deinde vomitu facto, rursus ad dies quinque paulatim cibos adhibere.

CAPVT IV.

Cælum ac syderà variè affecta in somnis varios affectus somniantibus portendere variáque præsidia indicare.

QVòd si sereno cœlo sidera premantur, & imbecilla esse videātur, ambitúsque siccitate detineri, imminentis morbi periculū denunciat. Sed labores subtrahendi, & victus ratione humidiore & molli vtendum, & balneis, otióque copiosiore, somno multo, quoad malum conquiescat. Si verò igneum & calidum esse videatur, quod eis aduersatur, bilis secretionem arguit. Quod si etiam euicta dispareant, imminens ex morbo mortis periculum est. Si verò terga vertisse, & in præsenti in fugam à persequentibus verti, ac celeriter fugere videantur, insaniæ periculum homini, nisi curetur, imminet. His verò omnibus post veratri purgationē, optimè instituta victus ratio conducit. Alioqui vt victus ratione ad aquā tendente vtātur, expedit, neque vinū bibāt, nisi albū, tenue, molle, & dilutū. Acribus, siccantibus, calefacientibus, salsuginosis abstineant; laboribus secundū naturā plurimis vtātur, & cursibus in veste plurimis. Frictio verò ne adsit, neque lucta, neque volutatio in puluere. Per somnos molliter recubet, & in otio degat, laboribus secundū naturam exceptis, & à cœna obambulet. Prodest etiā fomētis vti, vt à fomento vomere. Per triginta dies minimè repleatur. Quū verò repletus fuerit, cibariis sumptis dulcibus, aquosis & lenibus, bis in mēse vomat. Quæcunque autem ex his nulla necessitate coacta huc vel illuc oberrāt, animi perturbationē quandam ex solicitudine indicāt. Huic autē confert vt cū animi relaxationē adhibeat, tum animū ad iucūda maximéque risū mouētia spectacula cōuertat. Sin minùs, per biduū aut triduum ea spectet ex quibus maximā voluptatē captet, & malū conquiescet; alioqui periculum est ne in morbū incidat. Quæ autē sidera pura & splēdida è suo ambitu excidere videātur, si prorsū ferantur, sanitatem denunciāt. Quod enim in corpore purum est, quū secundum naturā suo ambitu excernitur, à vespera ad auroram fertur, & bene habet. Quæ enim in vētriculo secernuntur, & in carnem reiectantur, ea omnia suo ambitu excidunt. Quod verò horū nigrū & obscurū, ad vesperam ferri videtur, si mare,

A Εἰ δὲ δοκοίη ἰσχυρὸν εἶναι, καὶ πυριῆσαι. τὴν γὰρ κάθαρσιν διὰ τοῦ χρώματος ξυμφέρει ποιέεσθαι, διότι ἐν τῇ ἔξω περιφορῇ ἐστι τὸ βλάβος. τοῖσι δὲ σιτίοισι χρῆσθαι ξηροῖσι, δριμέσιν, αὐστηροῖσιν, ἀκρήτοισι, καὶ τοῖσι πόνοισι, τοῖσι ξηραίνουσι μάλιστα. Εἰ δὲ τούτων ἡ σελήνη πάσχοι, εἴσω τὴν ἀντίσπασιν ποιέεσθαι ξυμφέρει, ἐμέτῳ χρησάμενον ἀπὸ τῶν δριμέων, καὶ ἁλμυρῶν, καὶ μαλακῶν σιτίων· τοῖσι δὲ τροχοῖσιν ὀξέσι, καὶ τοῖσι περιπάτοισιν ὀξέσι. τοῖσι δὲ τῆς φωνῆς πόνοισι, καὶ ἀναριστίῃσι, καὶ τοῦ σίτου τῇ ἀφαιρέσει, καὶ προσαγωγῇ ὡσαύτως. διὰ τοῦτο δὲ εἴσω ἀντισπαστέον, διότι πρὸς B τὰ κοῖλα τοῦ σώματος βλαβερὸν ἐφάνη. Εἰ δὲ ὁ ἥλιος τοιοῦτό τι πάσχει, ἰσχυρότερον τοῦτο ἤδη, καὶ δυσεξαγωγότερον. δεῖ δὲ ἀμφοτέρως τὰς ἀντισπάσιας ποιέεσθαι, καὶ τοῖσι δρόμοισι, τοῖσί τε καμπτοῖσι τροχοῖσι χρῆσθαι, καὶ τοῖσι περιπάτοισι, καὶ τοῖσιν ἄλλοισι πόνοισι πᾶσι. τῶν δὲ σίτων τῇ ἀφαιρέσει, καὶ τῇ προσαγωγῇ ὡσαύτως. ἔπειτα ἐξεμέσαντα, αὖθις προσάγειν πρὸς τὰς πέντε.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Δ'.

C *Τὸν οὐρανόν τε καὶ τὰ ἄστρα διαφόρως ἐν ὕπνοις ἔχοντα, τὰς διαφόρους διαθέσεις τοῖς ἐνυπνιαζομένοις, καὶ τὰς διαφόρους ἐφεδρείας ἐπισημαίνει.*

ΕΙ δ' αἰθρίης οὔσης, θλίβεσθαι καὶ ἀσθενέα δοκοίη εἶναι καὶ ὑπὸ τῆς ξηρασίης τῆς περιόδου κρατέεσθαι, σημαίνει κινδυνεύειν ἐς νοῦσον πεσεῖν. ἀλλὰ χρὴ τῶν πόνων ἀφαιρέειν, τῇ τε διαίτῃ ὑγροτέρῃ καὶ μαλακῇ χρέεσθαι, καὶ λουτροῖσι, καὶ ῥαθυμίῃ πλείονι, καὶ ὕπνῳ πολλῷ, μέχρις ἂν καταστήσῃ. εἰ δὲ πυρώδεες δοκοίη εἶναι ὃ ἐναντιούμενον τὸ θερμόν, χολῆς ἀπόκρισιν σημαίνει. εἰ δὲ καὶ ἀφανίζοιτο τὰ κρατούμενα, κίνδυνος ἐς θάνατον ἐκ τῆς νούσου ἐλθεῖν. εἰ δὲ τρέφεσθαι δοκοίη, σαφηνέως φυγὴν ὑπάρχειν, φεύγειν δὲ ταχέως, D τοὺς δὲ διώκειν, κίνδυνος μανῆναι τὸν ἄνθρωπον, ἢν μὴ θεραπευθῇ. ξυμφέρει δὲ τούτοισι πᾶσι κάλλιστα μὲν, ἐλλεβόρῳ καθαρθέντας διαιτῆσθαι. ἢν δὲ μὴ, τῇ πρὸς ὕδατος διαίτῃ χρέεσθαι ξυμφέρει, οἶνον δὲ μὴ πίνειν εἰ δ' οὖν, λευκὸν, λεπτὸν, μαλακὸν, ὑδαρέα· ἀπέχεσθαι δὲ δριμέων, ξηραντικῶν, θερμαντικῶν, ἁλμυρῶν· πόνοισι δὲ τοῖσι κατὰ φύσιν πλείστοισι χρέεσθαι, καὶ δρόμοισιν ἐν ἱματίῳ πλείστοισι. τρίψις δὲ μὴ ἔστω, μηδὲ πάλη, μηδὲ ἀλίνδησις. ὕπνοισι μαλακοῖσιν εὑδέτω, καὶ ῥαθυμείτω, πλὴν τῶν κατὰ φύσιν πόνων, ἀπὸ δὲ τοῦ δείπνου περιπατείτω. ἀγαθὸν δὲ καὶ πυριῆσθαι, ἐμέειν E δ' ἐκ τῆς πυριῆς· τριήκοντα δὲ ἡμερέων μὴ πληρωθῇ. ὅταν δὲ πληρωθῇ, δὶς ἐν τῷ μηνὶ ἐμεσάτω ἀπὸ τῶν γλυκέων, καὶ ὑδαρῶν, καὶ κούφων. ὁκόσα δὲ τούτων πλανᾶται, ἄλλοτε ἄλλῃ μὴ ὑπ' ἀνάγκης, ψυχῆς τινα ταραχὴν σημαίνει ὑπὸ μερίμνης. ξυμφέρει δὲ τούτῳ ῥαθυμῆσαί τε καὶ τὴν ψυχὴν τρέψαι πρὸς θεωρίας, μάλιστα μὲν πρὸς τὰς φερούσας γέλωτας. εἰ δὲ μὴ, ὅτι μάλιστα ἡσθήσεται θεασάμενος, ἡμέρας δύο ἢ τρεῖς, καὶ καταστήσεται. εἰ δὲ μὴ, κίνδυνος ἐς νοῦσον πίπτειν. ὅ, τι δ' ἂν ἐκ τῆς περιφορῆς ἐκπίπτειν δοκέῃ τῶν ἄστρων, ὁκόσα μὲν καθαρὰ, καὶ λαμπρὰ, καὶ πρὸς ἠῶ δοκεῖ φέρεσθαι, ὑγιείην σημαίνει. ὅ, τι γὰρ ἐν τῷ σώματι κα- F θαρὸν ἐὸν ἐκκρίνεται ἐκ τῆς περιόδου κατὰ φύσιν ἀφ' ἑσπέρας πρὸς ἠῶ, ὀρθῶς ἔχει. καὶ γὰρ τὰ ἐν τῇ κοιλίῃ ἀποκριθέντα, καὶ τὰ ἐς τὴν σάρκα ἀποβληθέντα, ἅπαντα ἐκ τῆς περιόδου ἐκπίπτει. ὅ, τι δ' ἂν τούτων μέλαν, καὶ ἀμυδρὸν, καὶ πρὸς ἑσπέρην δοκέῃ φέρεσθαι, ἢ ἐς τὴν θάλασσαν,

ἢ ἐς τὴν γῆν, ἢ ἄνω, μᾶλλον ταῦτα σημαίνει τὰς νόσους. A τὰ μὲν ἄνω φερόμενα, ῥεῦμα κεφαλῆς ἐστι δηλοῦντα. ὁκόσα δὲ ἐς θάλασσαν, κοιλίης νουσήματα. ὁκόσα δὲ ἐς γῆν, ἐκφύματα μάλιστα σημαίνει, τὰ ἐν τῇ σαρκὶ φυόμενα. τούτοισι ξυμφέρει τὸ τρίτον μέρος τοῦ σίτου ἀφελέσθαι. ἐμέσαντα δὲ προσάγειν ἐς ἡμέρας πέντε· ἐν ἄλλῃσι δὲ πέντε, κομίσασθαι τὰ σιτία πάντα· καὶ ἐμέσαντα πάλιν προσάγεσθαι κατὰ τὸν αὐτὸν τρόπον. ὅ, τι δ᾽ ἂν τούτων οὐρανοῖσιν ἐφέζεσθαι δόξῃ σοι καθαρὸν καὶ ὑγρὸν ἐόν, ὑγιαίνειν σημαίνει, διότι ἐκ τοῦ αἰθέρος εἰς τὸν ἄνθρωπον κατελθόν ἐστι, τοιοῦτον δὲ καὶ ἡ ψυχὴ ὁρᾷ οἷόν περ ἐσῆλθη. ὅ, τι δ᾽ ἂν μέλαν ᾖ, B καὶ μὴ καθαρὸν, μηδὲ διαφανὲς, νοῦσον σημαίνει, οὔτε διὰ πλησμονὴν, οὔτε διὰ κένωσιν, ἀλλ᾽ ἔξωθεν ἐπαγωγῆς. ξυμφέρει δὲ τούτῳ τροχοῖσιν ὀξέσι κεχρῆσθαι, ὅκως σύντηξις ὡς ἐλαχίστη τοῦ σώματος γίνηται· πνεύματι δὲ ὡς πυκνοτάτῳ χρησάμενος, ἐκκρίνῃ τὸ προσελθόν. ἀπὸ δὲ τῶν τροχῶν, περιπάτοισιν ὀξέσιν. ἡ δὲ δίαιτα, μαλακὴ καὶ κούφη προσαχθήτω ἐς ἡμέρας τέσσαρας. ὅ, τι δ᾽ ἂν λαμβάνειν παρὰ Θεοῦ δοκῇ καθαρόν· ἀγαθὸν πρὸς ὑγείην. σημαίνει γὰρ τὰ ἐσιόντα ἐς τὸ σῶμα, εἶναι καθαρά. ὅ, τι δ᾽ ἂν τούτου τὸ ἐναντίον δοκῇ ὁρᾷν, οὐκ ἀγαθόν. νόσον γὰρ ἐς τὸ σῶμα C σημαίνει ἐληλυθέναι. χρὴ οὖν ὡς τὸν πρότερον, θεραπευθῆναι καὶ τοῦτον. εἰ δὲ δοκοίη ὕεσθαι, ὕδατι μαλθακῷ ἐν εὐδίῃ, καὶ μὴ σφόδρα βρέχεσθαι, μηδὲ δεινῶς χειμάζειν, ἀγαθόν. σημαίνει γὰρ σύμμετρον καὶ καθαρὸν τὸ πνεῦμα ἐκ τοῦ ἠέρος εἰσεληλυθέναι. εἰ δὲ τούτων τἀναντία, σφόδρα ὕεσθαι καὶ χειμῶνα καὶ ζάλην εἶναι, ὕδατί τε μὴ καθαρῷ, νόσον σημαίνει ἀπὸ πνεύματος τοῦ ἐπακτοῦ. ἀλλὰ χρὴ καὶ τοῦτον ὡσαύτως διαιτηθῆναι, σιτίοισί τε ὀλίγοισι πάντας τούτους. περὶ μὲν τῶν οὐρανίων σημείων ἄστρων, οὕτω χρὴ γινώσκοντα προμηθέεσθαι, καὶ ἐκδιαιτῆσθαι, καὶ τοῖς θεοῖς D εὔχεσθαι. ἐπὶ μὲν τοῖσιν ἀγαθοῖσιν, Ηλίῳ, Διῒ οὐρανίῳ, Διῒ Κτησίῳ, Αθηνᾷ Κτησίῃ, Ερμῇ, Απόλλωνι· ἐπὶ δὲ τοῖσιν ἐναντίοισι τοῖσιν ἀποτροπαίοισι, καὶ γῇ, καὶ ἥρωσιν ἀποτρόπαια εὔχεσθαι τὰ χαλεπὰ πάντα.

aut terrã, aut sursum petat, hæc magis morbos portendunt. Et quæ quidẽ sursum feruntur, capitis fluxionẽ denotant, quæ verò in mare, ventris morbos; quæ autem in terram, tubercula potissimum in carnem eruptura significant. His vtile est tertiam cibi partem detrahere, & post vomitum, sensim ad dies quinque adiicere; in aliis autem quinque diebus totum cibũ reponere, & vomitu facto, rursus eodem modo sensim adiiciendo exhibere. Ex his verò quodcunque purum & humidũ cœlo insidere tibi videbitur, sanitatem denũciat, quoniam ex æthere in hominẽ venit, tale verò quale ingressum est, animus etiã cernit. Quod autẽ nigrũ, impurũ, minimè perspicuum fuerit, morbum portendit, non ob plenitudinẽ aut euacuationem, sed ob id quod extrinsecus inductũ est. Huic confert cursibus circularibus concitatis vti, quò quàm minima corporis colliquatio contingat; & vbi spiritu quàm creberrimo vsus fuerit, id quod aduenit excernat. Post cursus autem deambulationibus concitatis vtatur. Victus autẽ ratio ad dies quatuor, mollis & leuis adhibeatur. Quicquid verò purũ à Deo sumere sibi quis videtur, id bonũ est sanitatis *augurium*. Ea enim quæ in corpus ingesta sunt, pura esse indicat. At verò quicquid huic contrariũ videre quis putat, bonum nõ est. Morbum enim corpori aduenisse significat. Huic igitur, velut priori, eadem curatio adhibenda est. Si quis clementi cœlo, molli pluuia complui, & neque vehementer, neque cum graui tempestate demissa madefieri videatur, bonũ est. Commoderatum enim & purũ spiritũ ex aëre ingressum esse significat. Quod si his contraria contingant, vt quis vehementer cõplui aqua impura, & cum tẽpestate ac procella videatur, morbũ à spiritu inducto. Verùm huic quoque eadẽ victus ratio obseruanda est, iisque omnibus modicus cibus exhibendus. Ac de signis quidem siderum cœlestibus, sic statuere & consilio prouidere, ad idque victus rationẽ dirigere oportet, & diis supplicationes decernere. Ad res quidem prosperas, Soli, Ioui cœlesti, Ioui Ctesio, Mineruæ Ctesiæ, Mercurio, Apollini; Ad aduersas verò, Diis auerruncatoribus, & Terræ, & Heroibus, vt grauia omnia auertant & auerruncent.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ε΄.

Περὶ τῶν ἐν τοῖς ἐνυπνίοις σωματικῶν τε καὶ πολιτικῶν· περὶ τῆς γῆς δενδρέων τε, καὶ ποταμῶν, καὶ κρηνῶν, καὶ θαλάττης ὀνειροκριτικῶν.

E Προσημαίνει δὲ καὶ τάδε πρὸς ὑγείην, τὸ ἐπὶ γῆς ὀξὺ ὁρῇν, καὶ ἀκούειν, ὁδοιπορέειν τε ἀσφαλῶς, καὶ τρέχειν ἀσφαλῶς, καὶ ἄτερ φόβου· καὶ τὴν γῆν ὁρῇν λείην καὶ καλῶς εἰργασμένην· καὶ τὰ δένδρεα θαλέοντα, καὶ πολύκαρπα, καὶ ἥμερα, καὶ ποταμοὺς ῥέοντας κατὰ τρόπον, καὶ ὕδατι καθαρῷ μήτε πλείονι μήτε ἐλάσσονι τοῦ προσήκοντος, τάς τε κρήνας, καὶ τὰ φρέατα ὡσαύτως. ταῦτα πάντα οὕτως ὁρώμενα, σημαίνει ὑγείαν τῷ ἀνθρώπῳ, καὶ τὸ σῶμα κατὰ τρόπον, πάσας τε τὰς περιόδους, καὶ τὰς προσαγωγὰς, καὶ τὰς ἀποκρίσεις. εἰ δέ τι τούτων ὑπεναντίον ὁρῷτο, βλάβος σημαίνει τι ἐν τῷ σώματι. ὄψιος μὲν καὶ ἀκοῆς βλαπτομένων, F περὶ τὴν κεφαλὴν νόσον σημαίνει. τοῖσιν οὖν ὀρθρίοισι περιπάτοισι, καὶ τοῖσιν ἀπὸ δείπνου πλείοσι χρηστέον, πρὸς τῇ προτέρῃ διαίτῃ. τῶν σκελέων δὲ βλαπτομένων, ἐμέτοισιν ἀντισπαστέον, καὶ τῇ πάλῃ πλείονι χρηστέον, πρὸς τῇ προτέρῃ διαίτῃ. γῆ δὲ τραχεῖα, οὐ καθαρὰν τὴν σάρκα σημαίνει.

CAPVT V.

De corporeis, ac ciuilibus functionibus in insomniis; de terræ arborum, fluuiorum, fontium ac maris oneirocriticis.

At verò hæc quoque sanitatem præsagiunt, ea quæ in terra fiunt acutè cernere, & audire, firmiter item iter facere, & securè ac sine metu currere; terram planam ac bene cultam videre; arbores item germinantes, fructuosas & satiuas; flumina etiam cursu solito labentia, & aqua limpida, neque copiosiore, neque pauciore quàm conueniat, fontésque & puteos eodem modo. Hæc omnia sic visa sanitatem homini denunciant, corpúsque & ambitus omnes, ciborúmque exhibitiones, & excretiones rectè habere. Quod si quid his quodammodo aduersum videatur, noxam aliquam in corpore significat. Visu quidem & auditu læso, capitis morbus indicatur. Matutinis igitur deambulationibus, & post cœnam pluribus vtendum, adiecta priore victus ratione. Cruribus verò læsis, vomitibus reuellẽdum, & frequentiore lucta vtendũ, seruata etiã priore victus ratione. Terra verò aspera, carnẽ minimè purã indicat.

Plurimæ

Plurimæ igitur deambulationes post exercitationes obeundæ. Arborum autem sterilitas seminis humani corruptelam significat. Si igitur ab arboribus folia decidant, ab humidis & frigidis offensionem denotant. Si verò frondosæ fuerint arbores, at fructu careant, à calidis & siccis. Hæc igitur per victus ratione refrigerare atque humectare oportet, illa verò siccare, & calefacere. Flumina nō pro more existentia, sanguinis ambitum denotant; & plus iusto quidem fluentia, exuperantiam; minùs vero, defectum. Hunc quidem diætâ augere, illum vero imminuere oportet. Quum vero impura defluunt, turbationem indicant, quæ à cursibus circularibus ac deambulationibus, denso spiritu agitata expurgatur. Fontes & putei si videantur, flatus circa vesicam significant; sed hi medicamentis vrinam promouentibus sunt expurgandi. Mare perturbatum, ventris morbum significat; sed aluum deiicientibus, & leuibus, & mollibus expurgare oportet.

A τοῖσιν οὖν ἀπὸ γυμνασίων περιπάτοισι πλείοσι ποιητέον. Δένδρων δὲ ἡ ἀκαρπίη, σπέρματος τοῦ ἀνθρωπίνου διαφθορὴν δηλοῖ. ἢν μὲν οὖν φυλλορροέοντα ᾖ τὰ δένδρα, ὑπὸ τῶν ὑγρῶν καὶ ψυχρῶν βλάπτεται. ἢν δὲ τεθηλημένα, ἄκαρπα δὲ ᾖ, ὑπὸ τῶν θερμῶν καὶ ξηρῶν. τὰ μὲν οὖν, τοῖσι διαιτήμασι χρὴ ξηραίνειν καὶ θερμαίνειν, τὰ δὲ ψύχειν καὶ ὑγραίνειν. Ποταμοὶ δὲ μὴ κατὰ τρόπον γινόμενοι, αἵματος περίοδον σημαίνουσι. πλέον μὲν ῥέοντες, ὑπερβολήν· ἔλασσον δὲ ῥέοντες, ἔλλειψιν. δεῖ δὲ τῇ διαίτῃ τὸ μὲν αὐξῆσαι, τὸ δὲ μειῶσαι. μὴ καθαροὶ δὲ ῥέοντες, ταραχὴν B σημαίνουσι· καθαίρεται δὲ ὑπὸ τῶν τρόχων καὶ τῶν περιπάτων, πνεύματι πυκνῷ ἀνακινούμενα. Κρῆναι δὲ καὶ φρέατα θεώμενα, πνεύματα περὶ τὴν κύστιν σημαίνει· ἀλλὰ χρὴ τοῖσιν οὐρητικοῖσιν ἐκκαθαίρειν. Θάλασσα ταρασσομένη, κοιλίης νοῦσον σημαίνει· ἀλλὰ χρὴ τοῖσι διαχωρητικοῖσι, καὶ κούφοισι, καὶ μαλακοῖσιν ἐκκαθαίρειν.

CAPVT VI.

De terræ motæ, inundatæ, atræ, combustæ, & natationis oneirocriticis.

TErra aut domus si moueri videatur, sano quidem imbecillitatem, ægro verò sanitatē præsentisque status immutationem portendit. Sano igitur victus rationem transmutare conuenit. Imprimis vomat, ac rursum paulatim cibum assumat; nam corpus ex præsenti victus ratione totum mouetur. At ægro eadem victus ratione vti confert, quum nimirum corpus ex præsenti statu transmutetur. Terra ab aquæ aut maris diluuio inundari si videatur, morbum ob multam humiditatem in corpore existentem denunciat. Sed vomitibus, prandij abstinentia, laboribus, & victus ratione sicca vtendum, deinde ex paruis interuallis modicus cibus adiiciendus. Sed neque nigram, neque exustam terram videre, bonum censetur; contrà vero ne vehemens ac lethalis morbus consequatur periculum est; siccitatis enim in carne exuperantiam significat. Sed labores & cibos tum siccos, tum calidos & acres, vrinámque cientes detrahere oportet; & in victus ratione ptisanæ succum decoctum, omniáque mollia & leuia, sed pauca exhibere. Potu vtendum diluto, albo, copioso; balneis calidis, multis; verùm ne ieiunus lauet; molliter cubet *ac dormiat*; in otio conquiescat, frigus Solémque vitet. Terræ autem, Mercurio & Heroibus vota faciat. Quod si in stagno, aut mari, aut fluminibus quis natare videatur, bonum non est, nam humiditatis exuperantiam indicat. Huic autem victus ratione sicca & laboribus vti confert. Ac febricitanti bonum est, quoniam calor ab humoribus extinguitur.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ς'.

Περὶ τῆς γῆς κινευμένης τε καὶ κατακλυζομένης, καὶ μελαίνης, καὶ κατακεκαυμένης γῆς, καὶ τοῦ κολύμβου ὀνειροκριτικόν.

C ΓΗ κινευμένη δοκέουσα ἢ οἰκίη, ὑγιαίνοντι μὲν ἀνδρὶ ἀσθενείην σημαίνει· νοσέοντι δὲ, ὑγιείην καὶ μετακίνησιν τοῦ ὑπάρχοντος. τῷ μὲν οὖν ὑγιαίνοντι μεταστῆσαι τὴν δίαιταν ξυμφέρει. ἐμεσάτω πρῶτον, εἶτα προσδεξάσθω αὖθις κατὰ μικρόν· ἀπὸ γὰρ τοῦ ὑπαρχούσης κινέεται ἅπαν τὸ σῶμα. τῷ δὲ ἀσθενέοντι ξυμφέρει χρῆσθαι τῇ αὐτῇ διαίτῃ, μεθίσταται γὰρ δὴ τὸ σῶμα ἐκ τοῦ παρεόντος. κατακλυζομένην γῆν ἀπό τινος ὕδατος ἢ θαλάσσης ὁρῆν, νοῦσον σημαίνει, ὑγρασίης πολλῆς ἐνεούσης ἐν τῷ σώματι· ἀλλὰ χρὴ τοῖσιν ἐμέτοισι, καὶ D ἀναριστήσει, καὶ τοῖσι πόνοισι, καὶ τοῖσι ξηροῖσι διαιτήμασι χρῆσθαι· ἔπειτα προσάγειν ἐξ ὀλίγων, καὶ ὀλίγοισιν. ἀλλ' οὐδὲ μέλαιναν ὁρῆν γῆν οὐδὲ κατακεκαυμένην, δοκεῖ ἀγαθόν· ἀλλὰ κίνδυνος ἰσχυροῦ νοσήματος ἐντυχεῖν καὶ θανασίμου· ξηρασίης γὰρ ὑπερβολὴν σημαίνει ἐν τῇ σαρκί. ἀλλὰ χρὴ τούς τε πόνους ἀφελεῖν, τοῦ τε σιτίου ὁκόσα ξηρά τε καὶ θερμὰ καὶ δριμέα καὶ οὐρητικά· διαιτᾶσθαί τε τῆς τε πτισάνης καθεφθῷ τῷ χυλῷ, καὶ πᾶσι τοῖσι μαλακοῖσι καὶ κούφοισιν ὀλίγοισι. ποτῷ χρεόντι ὑδαρεῖ, λευκῷ, πλείονι. λουτροῖσι πολλοῖσι θερμοῖσιν· ἀλλὰ μὴ ἄσιτος λουέσθω· μαλακευνείτω, E ῥαθυμεέτω, ψῦχος καὶ ἥλιον φυλασσέσθω. εὔχεσθαι δὲ Γῇ, καὶ Ἑρμῇ καὶ τοῖσιν Ἥρωσιν. Εἰ δὲ κολυμβᾷν ἐν λίμνῃ, ἢ ἐν θαλάσσῃ, ἢ ἐν ποταμοῖσι δοκέει, οὐκ ἀγαθόν· ὑπερβολὴν γὰρ ὑγρασίης σημαίνει. ξυμφέρει δὲ τούτῳ τῇ διαίτῃ, τοῖσί τε πόνοισι χρῆσθαι. πυρέσσοντι δὲ ἀγαθὸν, σβέννυται γὰρ τὸ θερμὸν ὑπὸ τῶν ὑγρῶν.

CAPVT VII.

De variæ corporum, partium, mortuorum, indumentorum formæ oneirocriticis.

QVod autem quis modo consueto & ad naturam suam accommodato circū se fieri videt, neque maius, neque minus, bonæ valetudinis indicium est. Veste etiā alba, & calceamento pulcherrimo indutum esse, bonum. Quicquid vero horum

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ζ'.

F Περὶ τῆς τοῦ διαφόρου τῶν σωμάτων τε, καὶ τῶν μερῶν, καὶ ἀποθανόντων, καὶ ἱματίων σχήματος, ὀνειροκριτικόν.

ΟΤΙ δ' αὖ τις περὶ αὑτοῦ ὁρᾷ κατὰ τρόπον γινόμενον πρὸς τὴν φύσιν τὴν ἑωυτοῦ, μήτε μεῖζω, μήτε ἐλάσσω, ἀγαθὸν πρὸς ὑγιείην ἐστί. καὶ ἐσθῆτα λευκὴν ἐνδεδύσθαι, καὶ ὑπόδεσιν τὴν καλλίστην, ἀγαθόν. ὅ, τι δ' αὖ εἴη μεῖζον

τὴν μελαίνην, οὐκ ἀγαθόν. ἀλλ' οὐδὲ ὅταν ἂν εἴη ἐλάσσων. καὶ A χρὴ τὸ μὲν αὔξειν τῇ διαίτῃ, τὸ δὲ μειοῦν. τὰ δὲ μέλανα νοσερώτερά τε καὶ ἐπικίνδυνα, ἀλλὰ χρὴ μαλάσσειν καὶ ὑγραίνειν. καὶ τὰ καινὰ μεταλλαγὴν σημαίνει. τοὺς ἀποθανόντας ὁρῆν καθαροὺς ἐν ἱματίοισι λευκοῖσιν, ἀγαθόν· καὶ λαμβάνειν τι παρ' αὐτῶν καθαρὸν, ἀγαθόν· ὑγείην γὰρ σημαίνει καὶ τῶν σωμάτων καὶ τῶν ἐσιόντων· ἀπὸ γὰρ τῶν ἀποθανόντων αἱ τροφαὶ καὶ αὐξήσιες καὶ σπέρματα γίνονται. ταῦτα δὲ καθαρὰ εἰσέρπειν ἐς τὸ σῶμα, ὑγείην σημαίνει. ἢν δὲ τοὐναντίον τις ὁρῇ, γυμνοὺς ἢ μελανειμονέοντας, ἢ μὴ καθαροὺς, ἢ λαμβάνοντάς τι, ἢ φέροντας ἐκ τῆς οἰκίας, οὐκ ἐπιτήδειον· σημαίνει γὰρ νοῦσον, τὰ γὰρ ἐσιόντα ἐς B τὸ σῶμα βλαβερά. ἀλλὰ χρὴ τοῖσι τρόχοισι καὶ τοῖσι περιπάτοισιν ἀποκαθαίρεσθαι· καὶ τῇ τροφῇ τῇ μαλακῇ τε καὶ κούφῃ προσάγειν, ἐμέσαντα. ὁκόσα δὲ ἀλλόμορφα σώματα φαίνεται ἐν τοῖσιν ὕπνοισι, καὶ φοβέει τὸν ἄνθρωπον, σιτίων ἀσυνήθων σημαίνει πλησμονὴν, καὶ ἀπόκρισιν, καὶ χολέραν, καὶ νοῦσον κινδυνώδεα. ἀλλὰ χρὴ ἔμετον ποιήσασθαι, καὶ προσαγαγεῖν ἐς ἡμέρας πέντε, σιτίοισιν ὡς κουφοτάτοισι μὴ πολλοῖσι, μηδὲ δριμέσι, μήτε τοῖσι ξηροῖσι, μήτε τοῖσι θερμοῖσι, καὶ τῶν πόνων τοῖσι κατὰ φύσιν μάλιστα, πλὴν τῶν ἀπὸ δείπνου περιπάτων. χρῆσθαι δὲ καὶ λουτροῖσι, καὶ θερμολουτίῃσι, C καὶ ῥᾳθυμίῃσιν· ἥλιον δὲ καὶ ψῦχος φυλάττεσθαι.

A iusto maius fuerit, minimè bonũ; sed neque quodcunque tandem minus fuerit. Et hoc quidem per victus rationẽ augere, illud vero imminuere oportet. Nigra autem morbosiora sunt & periculo proxima, verùm emollire & humectare oportet. Noua quoque transmutationem significant. Mortuos nitidos & candidatos videre bonum est, bonũ quoque quid purum ab ipsis sumere. Corporũ enim & eorum quæ ingeruntur salubritatẽ indicat; quum à mortuis alimenta & incrementa & semina proueniunt. Quæ si pura in corpus ingrediuntur, sanitatem denunciant. Quod si contrà quis nudos, aut atratos, aut sordidatos, aut aliquid accipientes, vel B ædibus exportantes videat, minimè est accommodatum; morbum enim indicat, quod quæ in corpus ingerantur noxia sint. Verùm cursibus circularibus & deambulationibus repurgari oportet, & vomitu facto alimentũ molle & lene sensim adhibere. Quæ vero corpora in somnis formã monstrosam ostendunt, & hominem perterritant, ciborũ insuetorum repletionem, & secretionem, & choleram, ac periculosum morbum indicant. Verùm vomitus procurandus, & ad dies quinque cibi quàm leuissimi, non multi neque acres, neque sicci, neque calidi sensim adhibendi, & laboribus maximè ad naturã C accommodatis, vtendum, præterquam deambulationibus à cœna. Balneis etiam & calidis lauacris vtendum & otio; sol & frigus vitanda.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Η'.

Ἅτινα ἀπὸ τῶν συνήθων, ἐδέσματός τε καὶ πόματος, καὶ ὄψεως· ἅτινα ἀπὸ μάχης τε καὶ τῶν διαβασίων τῶν ποταμῶν, καὶ πολεμίων καὶ τεράτων ὀνειροκριτικὰ λαμβάνεται.

Ἢν δὲ ἐν τῷ ὕπνῳ ἐσθίειν δοκῇ ἢ πίνειν τῶν συνήθων σιτίων ἢ πομάτων, ἔνδειαν σημαίνει τροφῆς καὶ ψυχῆς ἀθυμίην. κρέα δὲ, τὰ μὲν ἰσχυρότατα, μεγίστης ὑπερβολῆς· τὰ δὲ D ἀσθενέστατα, ἧσσον. ὥσπερ γὰρ ἐσθιόμενον ἀγαθὸν, οὕτω καὶ ὁρώμενον. ἀφαιρέειν οὖν τῶν σιτίων ξυμφέρει, τροφῆς γὰρ ὑπερβολὴν τοῦτο σημαίνει. ἀλλὰ καὶ ἄρτοι τυρῷ καὶ μέλιτι πεποιημένοι καθ' ὕπνους ἐσθιόμενοι, ὡσαύτως σημαίνουσιν. ὕδωρ δὲ καθαρὸν πινόμενον, ἀγαθόν· τὰ δὲ ἄλλα πάντα, βλάπτει. Ὁκόσα δὲ δοκέει ὁ ἄνθρωπος θεωρῆν τῶν συνήθων, ψυχῆς ἐπιθυμίην σημαίνει. ὁκόσα δὲ φεύγει πεφοβημένος, ἐπίστασιν τοῦ αἵματος σημαίνει ὑπὸ ξηρασίης. ξυμφέρει δὲ ψύξαι καὶ ὑγρᾶναι τὸ σῶμα. ὁκόταν δ' ἢ μάχεσθαι, ἢ κεντέεται, ἢ ξυνδεῖται ὑπ' ἄλλου, ἀπόκρισιν σημαίνει ὑπεναντίην τῇ περιόδῳ γεγονέναι τῷ E σώματι. συμφέρει οὖν ἐμέειν καὶ ἰσχναίνειν καὶ περιπατεῖν, καὶ σιτίοισι κούφοισι χρῆσθαι, καὶ προσάγειν ἐκ τοῦ ἐμέτου ἐς ἡμέρας πέντε. ἀλλὰ καὶ πλάνοι καὶ ἀναβάσιες ἐκ φαντασμάτων, χαλεπὰ ταῦτα σημαίνουσι. ποταμῶν διαβάσιες, καὶ ὁπλῖται, καὶ πολέμιοι, καὶ τέρατα ἀλλόμορφα, νοῦσον σημαίνει ἢ μανίην. ξυμφέρει οὖν τοῖς ἐν τοιούτοισιν γινομένοισι, σιτίοισιν ὀλίγοισι, κούφοισί τε καὶ μαλακοῖσι χρέεσθαι, καὶ ἐμέτοισι προσάγειν ἡσυχῇ, ἐπὶ ἡμέρας πέντε. καὶ τοῖσι πόνοισι τοῖσι κατὰ φύσιν πολλοῖσι χρέεσθαι, πλὴν ἀπὸ δείπνου. θερμολουσίην δὲ, ῥᾳθυμίην, ψῦχος, ἥλιον φυλάσσεσθαι. τούτοισι χρώμενος, ὡς γέγραπται, F ὑγιαίνει τὸν βίον. καὶ εὕρηταί μοι δίαιτα, ὡς δυνατὸν εὑρεῖν ἄνθρωπον ὄντα, ξὺν τοῖσι θεοῖσιν.

CAPVT VIII.

Quæ ab assuetorum esu, potu, visu; quæ à pugna, fluminum traiectionibus, hostibus & monstris oneirocritica desumantur.

PEr somnum vero si quis solitos cibos aut potus sibi edere ac bibere videatur, alimenti inopiã animíque mœrorem indicat. Carnes autẽ validis-D simæ, maximæ exuperantiæ indices sunt, debilissimæ vero, minoris. Quemadmodum enim id quod editur bonũ est, & ita quod cernitur. Cibos igitur subtrahere cõuenit, quum alimenti exundantis id sit indicium. Quin etiam panes ex caseo & melle confecti, per somnum comesti, eadem indicant. Aquam puram per somnum bibere, bonũ; reliqua vero omnia nocent. Quæcunque ex consuetis per quietem quis sib cernere videtur, ea animi desiderĩ significant. Quæ vero perterritus fugit, sanguinis repressionem præ siccitate indicãt. Corpus autẽ refrigerare & humectare conducit. Quod si quis E aut pugnare, aut pungi, aut ab aliis vinciri sibi videtur, secretionem ambitui cõtrariam in corpore factam significat. Vomere igitur cõfert & attenuare, ac deambulare, cibísque leuibus vti, & à vomitu per dies quinque, eos sensim adhibere. Quin & errores & ascensus in somnis apparẽtes, grauia quædam denuntiant. Fluuiorum transitus, hostes armati, monstra deformia, morbum aut furorem præsagiunt. His igitur conducit qui talibus insomniis detinentur, vt cibis paucis, leuibus ac mollibus vtantur, & vomitibus factis, ad dies quinque leniter cibos adhibeant. Laboribus quoque multis naturæ F accommodatis vtendum, præterquam à cœna. Balnea calida, otium, frigus & sol vitanda. Qui his velut conscripta sunt vtetur, integram valetudinem sibi tota vita comparabit. Atque hæc victus ratio, quantum humano ingenio consequi licuit, Diis bene iuuantibus, à me est inuenta.



ΓΑΛΗΝΟΥ ΠΕΡΙ ΤΗΣ ΕΞ ΕΝΥΠΝΙΩΝ ΔΙΑΓΝΩΣΕΩΣ.

GALENI DE DIGNOTIONE EX INSOMNIIS, LIBELLVS.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΤΩΝ ΕΝ ΤΩι ΒΙΒΛΙΩι.

Ὅ,τι τὰ τοῖς ὑγιαίνουσί τε καὶ τοῖς νοσοῦσι σημαίνῃ τὰ ἐνύπνια, διδάσκει.

ARGVMENTVM LIBRI.

Quid tum ſanis tum ægris portendant inſomnia, edocet.

INSOMNIVM verò corporis affectionem nobis indicat. Si quis in ſomnis incendium quidem videat, à flaua bile vexatur; ſi fumum, vel caliginem, vel profundas tenebras, ab atra bile. Imber verò frigidam humiditatem abundare indicat; nix & glacies, & grando, pituitam frigidam. Sanè & tempori, & nutrimento ſumpto mentem oportet adhibere. Nam qui niue conſpergi ſibi videtur, ſi in acceſſionis inuaſione, quæ cum rigore, vel horrore, vel perfrigeratione fiat, hoc imaginatus fuerit, tempori plus, non corporis affectioni, tribuendum eſt; ſi in declinatione tale inſomnium viderit, firmiorem nobis indicationem exhibebit frigiditatis exuperantium humorum; adhucque etiam magis, ſi nihil ex pituitoſis eduliis comederit, quibus in ventriculo contentis, talis quædam imaginatio fieri contingit, quamuis quæ in toto corpore eſt affectio, ſimilis non exiſtat. Sed quoniam in ſomnis, non ex corporis affectionibus ſolùm, ſed & ex iis quæ quotidie agere ſolemus, anima imaginatur; imò nonnulla ex iis etiam quæ cogitauimus, ac ſanè etiam quædam fatidica ab ea prænunciantur (nam & hoc experientia confirmatur) difficilis certè efficitur dignotio corporis ex inſomniis quæ è corpore excitantur. Si enim ab iis dumtaxat, quæ quotidie agimus, vel cogitamus, oporteret ipſum diſcernere, nihil vtique difficultatis eſſet, quæcunque nec acta, nec cogitata ſunt, ea cenſere ex corpore excitari; at quoniam etiam vaticinia quædam eſſe concedimus, quomodo hæc ab iis, quæ ex corpore excitantur, diſcernantur, haud facilè dici poteſt. Conſpexerat

A Τὸ ἐνύπνιον δὲ, ἡμῖν ἐνδείκνυται διάθεσιν τοῦ σώματος. πυρκαϊὰς μέν τις ὁρῶν ὄναρ, ὑπὸ τῆς ξανθῆς ἐνοχλεῖται χολῆς. εἰ δὲ καπνὸν, ἢ ἀχλὺν, ἢ βαθὺ σκότος, ὑπὸ τῆς μελαίνης χολῆς. ὄμβρος δὲ, ψυχρὰν ὑγρότητα πλεονάζειν ἐνδείκνυται. χιὼν δὲ, καὶ κρύσταλλος, καὶ χάλαζα, φλέγμα ψυχρόν. δεῖ δὲ, καὶ τῷ καιρῷ, καὶ τῇ ληφθείσῃ τροφῇ προσέχειν. ὁ γὰρ χιονίζεσθαι δοκῶν, εἰ κατ' εἰσβολὴν παροξυσμοῦ μετὰ ῥίγους, ἢ φρίκης, ἢ καταψύξεως γινομένου, τοῦτ' ἐμφαντασθῇ, τῷ καιρῷ τὸ πλέον, οὐ τῇ διαθέσει τοῦ σώματος
B διδόναι χρή. κατὰ μέντοι τὴν παρακμὴν, τοιοῦτον ὄναρ θεασάμενος, βεβαιοτέραν ἡμῖν ἔνδειξιν ἐργάσεται τῆς τῶν ἐπικρατούντων χυμῶν ψυχρότητος. ἔτι δὲ μᾶλλον, ἐὰν μὴ ἐδηδοκὼς ᾖ τι τῶν φλεγματικῶν ἐδεσμάτων, ὧν ἐν τῇ γαστρὶ περιεχομένων, ἐνδέχεται τοιαύτην τινὰ γενέσθαι φαντασίαν, καί τοι τῆς ἐν ὅλῳ τῷ σώματι διαθέσεως οὐχ οὔσης ὁμοίας. ἐπεὶ δὲ ἐν τοῖς ὕπνοις, οὐκ ἐπὶ ταῖς τοῦ σώματος ἡ ψυχὴ διαθέσεσι φαντάζεται μόνον, ἀλλὰ κἀκ τῶν συνήθως ἡμῖν πραττομένων ὁσημέραι, ἔνια δὲ ἐξ ὧν πε-
C φροντίκαμεν, καὶ δή τινα μαντικῶς ὑπ' αὐτῆς προδηλοῦται, καὶ γὰρ τοῦτο τῇ πείρᾳ μαρτυρεῖται, δύσκολος ἡ διάγνωσις τοῦ σώματος γίγνεται ἐκ τῶν ἀπὸ τοῦ σώματος ὁρμωμένων ἐνυπνίων. εἰ μὲν γὰρ ἀπὸ τῶν ἐφ' ἡμέρας πραττομένων, ἢ φροντιζομένων, ἔδει διακρίνειν αὐτὰ μόνον, οὐδὲν ἂν ἦν χαλεπὸν, ὅσα μηδὲ πέπρακται, μηδὲ φροντίζεται, ταῦτα ἐκ τοῦ σώματος ὁρμᾶσθαι δοκεῖν. ἐπεὶ δὲ καὶ μαντικά τινα συγχωρούμενόν ἐστι, πῶς ταῦτα διακριθείη τῶν ἀπὸ τοῦ σώματος ὁρμωμένων, οὐ ῥᾴδιον εἰπεῖν. ἐθεάσατο

ἡγοῦντό τις τὸ ἕτερον τῶν σκελῶν λίθινον γεγονέναι, καὶ τοῦτο ἔκριναν πολλοὶ τῶν περὶ τὰ τοιαῦτα δεινῶν, ὡς πρὸς τοὺς δούλους τείνειν τὸ ὄναρ, ἀλλὰ παρελύθη τὸ σκέλος ἐκεῖνο ὁ ἄνθρωπος, οὐδενὸς ἡμῶν προσδοκήσαντος τοῦτο. τὸν μὲν γὰρ παλαιστὴν ἐν αἵματος δεξαμενῇ δόξαντα ἑστάναι, καὶ μόγις αὐτῆς ὑπερέχοντα, πλῆθος αἵματος ἔχειν ἐτεκμηράμεθα, καὶ δεῖσθαι κενώσεως. τινὲς δὲ ἱδροῦν κριτικῶς μέλλοντες λούεσθαι, καὶ κολυμβᾶν ἔδοξαν ἐν θερμῶν ὑδάτων δεξαμεναῖς. οὕτω δὲ καὶ ἡ τοῦ πίνειν φαντασία, χωρὶς τοῦ πίμπλασθαι, διψῶσι πολὺ συμβαίνει. καθάπερ καὶ τοῦ ἐσθίειν ἀπλήστως, τοῖς πεινῶσι. τοῦ δὲ ἀφροδισιάζειν, τοῖς σπέρματος πλήρεσιν. ἔοικε γὰρ ἐν τοῖς ὕπνοις εἰς τὸ βάθος τοῦ σώματος ἡ ψυχὴ εἰσδῦσα, καὶ τῶν ἐκτὸς ἀποχωρήσασα αἰσθητῶν, τῆς κατὰ τὸ σῶμα διαθέσεως αἰσθάνεσθαι, πάντων, ὧν ὀρέγεται, τούτων ὡς ἤδη παρόντων λαμβάνειν φαντασίαν. καὶ εἴπερ ἔχει ταῦθ᾽ οὕτως, οὐδὲν εἴη θαυμαστὸν, ὁπότε μὲν ὑπὸ πλήθους χυμῶν ἡ ψυχικὴ δύναμις ἐνοχλεῖται βαρυνομένη, μόγις μὲν κινουμένους ἑαυτοὺς κατ᾽ ὄναρ φαντάζεσθαι, καὶ βαστάζοντας ἄχθη τινά. τοὐναντίον δὲ, ὅταν ἡ κούφη τε, καὶ ἀπερίττος ἡ τοῦ σώματος διάθεσις, ἤτοι πετομένους, ἢ θέοντας ὠκύτατα τοὺς οὕτω διακειμένους ὁρᾶν ὄναρ, ὁμοιουμένων ἀεὶ τῶν φαντασμάτων τῆς ψυχῆς, ταῖς τοῦ σώματος διαθέσεσιν, ἄχρι καὶ τῶν δυσωδῶν, ἢ εὐωδῶν αἰσθάνεσθαι δοκεῖν. οἱ μὲν γὰρ ἐν κόπρῳ, καὶ βορβόροις διατρίβειν ἑαυτοὺς φαντασθέντες, ἤτοι τοὺς χυμοὺς ἐν αὑτοῖς μοχθηροὺς, καὶ δυσώδεις, καὶ σεσηπότας ἔχουσιν, ἢ πλῆθος κόπρου περιεχομένης ἐν τοῖς ἐντέροις. τοὺς δὲ ἔμπαλιν τούτων διακειμένους, καὶ δοκοῦντας ἐν εὐώδεσι τόποις διατρίβειν, ἐναντίαν ἔχειν ἐν τῷ σώματι διάθεσιν ἡγητέον. ἃ τοίνυν ὁρῶσιν οἱ κάμνοντες ἐν τοῖς ἐνυπνίοις, καὶ πράττειν δοκοῦσι, συνδείξεται πολλάκις ἡμῖν, ἐνδείας τε καὶ πλεονεξίας, καὶ ποιότητας χυμῶν.

enim quidam alterum crus sibi lapideum euasisse, iudicarantque plerique, qui in hisce rebus periti habebantur, ad seruos insomnium hoc pertinere; at ille eo crure resolutus est, cum nemo id nostrum expectasset. Palæstritam item, qui in sanguinis cisterna stare, ac vix eam supereminere sibi videbatur, copiam sanguinis habere, euacuationéque indigere coniecimus. Nonnulli verò quum criticè sudaturi essent, in calidarum aquarum cisternis lauari natarèque arbitrabantur. Ita quoque imaginatio bibendi citra expletionem, admodum sitientibus; quemadmodum insaturabiliter comedendi, esurientibus; venere vtendi, semine repletis accidit. Videtur enim in somnis anima in corporis profundum ingressa, & ab externis sensilibus digressa, affectionem, quæ in corpore est, sentire; atque eorum omnium, quæ appetit, tanquam iam præsentium, visa concipere. Et, si hæc ita habent, nihil sanè mirum fuerit, si quum animalis facultas ab humorum copia grauata vexatur, homines vix se ipsos mouere, ac onera quædam ferre, per somnum imaginentur: è contra verò, quum leuis superfluitatibúsque vacans affectio corporis fit, si qui ita sunt affecti, se vel volare vel velocissimè currere, per insomnium videant; quum animæ visa corporis affectionibus semper assimilentur; ita vt etiam, qui affecti sunt, graueolentia, vel beneolentia percipere videantur. Qui enim in stercore, & cœno se versari imaginantur, vel humores prauos graueolentésque, & putrefactos in se habent, vel copiam stercoris in intestinis cõtenti; qui autem contra, quàm hi, sunt affecti, ac in locis beneolentibus versari se credunt, contrariam habere in corpore affectionem est censendum. Quæ igitur laborantes in insomniis vident, séque agere arbitrantur, sæpè hæc nobis humorum, tum defectus, tum excessus, tum qualitates coindicabunt.



ΓΑΛΗΝΟΥ ΠΕΡΙ ΔΙΑΓΝΩΣΕΩΣ, ΚΑΙ ΘΕΡΑΠΕΙΑΣ ΤΩΝ ΕΝ ΤΗ ΕΚΑΣΤΟΥ ΨΥΧΗ ΙΔΙΩΝ ΠΑΘΩΝ.

GALENI DE PROPRIORVM ANIMI CVIVSQVE AFFECTVVM DIGNOTIONE, ET CVRATIONE.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ΤΩΝ ΕΝ ΤΩ ΒΙΒΛΙΩ.

Ὅπως ἂν τις τὰ ἑαυτοῦ τε, καὶ τῶν ἄλλων ἁμαρτήματα διαγινώσκῃ τε, καὶ διορθῷ.

ARGVMENTVM LIBRI.

Quo quis pacto sua ipsius & aliorum vitia cognoscat & emendet.

CAPVT PRIMVM.

Quæ sunt peccata, quíque de ipsis emendandis libros conscripsêre.

QVANDOQVIDEM per commentarios habere vis ea quæ ad quæstionem respondi, quam apud me constitueram super scripto ab Antonio Epicureo libro, de præsidio aduersus proprios affectus, iam hoc aggrediar, hócque duco exordiū. Optimum sanè erat ipsum Antonium quid hoc nomine præsidij significare velit, manifestè explicasse. Vt autem aliquis de quibus in libro disserit, coniecturam fecerit, vel obseruationem, vel dignotionem, vel emendationem denique mihi significare videtur. At eorum quæ dixit multa, vt nosti, obscurè adeó interpretatur, vt coniicere faciliùs quàm apertè ea cognoscere liceat. Interdum namque hortari nos videbitur, vt quòd & ipsi plerumque perinde ac alij erramus, consideremus, interdum autem qua ratione quis singula quæ delinquit, agnoscat. Ad hæc rursus quo pacto quis seipsum ab erratis abducat, qui totius orationis scopus mihi esse videtur. Nam vnumquodque eorum quæ priùs dicta sunt, nisi eò referatur, inutile est & superuacaneum, quippe in præcipuis errorum affectibus erigere seipsum ac emendare conuenit. Etenim nonnunquam quasi de solis affectibus ipsius oratio est: plerumque verò tanquam de erroribus; quandoque etiā de vtrisque tibi disputare videbitur. Ego verò idipsum primum, vt nosti, priùs distinxi quum errores ex opinione falsa, affectum ex bruta quadam quæ nobis inest facultate rationi repugnante pro-

A

B

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Α.

Ἅτινα μέν ἐστιν ἁμαρτήματα, καὶ τίσι γέγραπται θεραπευτικὰ τῶν αὐτῶν συγγράμματα.

ΕΠΕΙΔΗ καὶ δι᾽ ὑπομνημάτων ἔχειν βούλει ἃ πρὸς τὴν ἐρώτησιν ἀπεκρινάμην, ἣν ἐνέστησας πρὸς ἡμᾶς ὑπὲρ τοῦ γραφέντος Ἀντωνίῳ τῷ Ἐπικουρείῳ βιβλίου, περὶ τῆς ἐπὶ τοῖς ἰδίοις πάθεσιν ἐφεδρείας, ἤδη πράξω τοῦτο, καὶ τήνδε θήσομαι τὴν ἀρχήν. ἄριστον μὲν ἦν αὐτὸν τὸν Ἀντώνιον εἰρηκέναι σαφῶς, τί ποτε βούλεται σημαίνειν ἐκ τοῦ τῆς ἐφεδρείας ὀνόματος. ὡς δ᾽ ἂν τις ἐξ ὧν λέγει κατὰ τὸ βιβλίον εἰκάσειεν, ἤτοι τὴν παραφυλακὴν, ἢ τὴν διάγνωσιν, δοκεῖ μοι δηλοῦν, ἢ καὶ πρὸς τούτοις τὴν ἐπανόρθωσιν. ἐφαίνετο δὲ, ὡς οἶσθα, καὶ ἀσαφῶς ἑρμηνεύων τὰ πολλὰ τῶν εἰρημένων, ὡς εἰκάσαι μᾶλλόν ἐστιν, ἢ νοῆσαι σαφῶς. ἐνίοτε μὲν γὰρ ἔδοξε προτρέπειν ἡμᾶς ἐννοεῖν, ὅτι καὶ αὐτοὶ πολλὰ παραπλησίως τοῖς ἄλλοις ἁμαρτάνομεν· ἐνίοτε δὲ ὅπως ἂν τις ἕκαστον ὧν ἁμαρτάνει, διαγιγνώσκει. καὶ πρὸς τούτοις αὖθις ὅπως ἂν τις ἑαυτὸν ἀπάγει τῶν ἁμαρτανομένων, ὃ δοκεῖ μοι τοῦ λόγου παντὸς εἶναι σκοπός. ἕκαστον γὰρ τῶν προειρημένων, ἄχρηστόν ἐστι καὶ περιττὸν, εἰ μὴ πρὸς τοῦτον ἀναφέροιτο. διορθοῦν δὲ χρὴ αὑτὸν ἐν τοῖς μάλιστα παθήμασι τῶν ἁμαρτημάτων. ἐνίοτε μὲν γὰρ, ὡς περὶ μόνων τῶν παθῶν αὐτοῦ ὁ λόγος γίνεται, πολλάκις δὲ ὡς περὶ τῶν ἁμαρτημάτων· ἔστι δ᾽ ὅτε περὶ ἀμφοτέρων διαλέγεσθαί σοι δόξει. ἐγὼ δ᾽ αὐτὸ τοῦτο πρῶτον, ὡς οἶσθα, προδιώρισα, τὰ μὲν ἁμαρτήματα κατὰ ψευδῆ δόξαν εἰπὼν γίγνεσθαι, τὸ δὲ πάθος κατά τινα ἄλογον ἐν ἡμῖν δύναμιν

ἀπειθοῦσαν τῷ λόγῳ· κοινῇ δ᾽ ἀμφότερα κατὰ γενικώτερον σημαινόμενον, ἁμαρτήματα κεκλῆσθαι. λέγω μὲν οὖν ἁμαρτάνειν, καὶ τὸν ἀκολασταίνοντα, καὶ τὸν θυμῷ τι πράττοντα, καὶ τὸν διαβολῇ πιστεύοντα. γέγραπται μὲν οὖν καὶ Χρυσίππῳ, καὶ ἄλλοις πολλοῖς τῶν φιλοσόφων, θεραπευτικὰ συγγράμματα τῶν τῆς ψυχῆς παθῶν. εἴρηται δὲ καὶ πρὸς Ἀριστοτέλους, καὶ τῶν ἑταίρων αὐτοῦ, καὶ πρὸ τούτων ὑπὸ Πλάτωνος. καὶ ἦν μὲν βέλτιον ἐξ ἐκείνων μανθάνειν αὐτά, ὥσπερ κἀγώ. τὰ δ᾽ οὖν κεφάλαια διὰ τοῦ πρώτου λόγου τοῦδε διὰ συντόμου, ἐπεὶ κελεύεις, διηγήσω σοι πάντα, καθ᾽ ἣν ἤδη τάξιν ἤκουσας ὅτ᾽ ἐπύθου περὶ τοῦ γεγραμμένου τῷ Ἀντωνίῳ βιβλίου.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Β'.

Πλεῖστα ἡμᾶς ἁμαρτάνειν, εἰ καὶ μὴ δοκοίημεν σφάλλεσθαι.

Ὅτι μὲν εἰκός ἐστιν ἁμαρτάνειν, εἰ καὶ μὴ δοκοίημεν αὐτοὶ σφάλλεσθαί τι, πάρεστιν ἐκ τῶνδε τῶν λόγων λογίσασθαι. πάντας ἀνθρώπους ὁρῶμεν ἑαυτοὺς ὑπολαμβάνοντας, ἤτοι γε ἀναμαρτήτους εἶναι παντάπασιν, ἢ ὀλίγα, καὶ σμικρὰ διὰ λόγου σφάλλεσθαι, καὶ τοῦτο μάλιστα πεπονθότας, οὓς ἄλλοι πλεῖστα νομίζουσιν ἁμαρτάνειν. ἐγὼ οὖν, εἰ καὶ τινος ἑτέρου, καὶ τοῦδε παμπόλλην ἔσχηκα πεῖραν. ὅσοι μὲν τῶν ἀνθρώπων ἐπ᾽ ἄλλοις ἐπέθεντο τὴν περὶ αὐτῶν ἀπόφασιν ὁποῖοί τινές εἰσιν, ὀλιγώτατα ἐθεασάμην ἁμαρτάνοντας. ὅσοι δὲ ἑαυτοὺς ὑπειλήφασιν εἶναι ἀρίστους χωρὶς τοῦ τὴν κρίσιν ἑτέροις ἐπιτρέψαι, μέγιστα καὶ πλεῖστα τούτους ἑώρακα σφαλλομένους, ὥσθ᾽ ὅπερ ᾤμην ὅτε μειράκιον ἦν ἐπαινεῖσθαι μάτην (τοῦτο δ᾽ ἦν τὸ Πύθιον γνῶναι κελεῦον ἑαυτόν) οὐ γὰρ εἶναι μέγα τὸ πρόσταγμα, τοῦθ᾽ εὗρον ὕστερον δικαίως ἐπαινούμενον. ἀκριβῶς μὲν γὰρ ὁ σοφώτατος, ὁ μόνος ἂν ἑαυτὸν γνοίη, τῶν δ᾽ ἄλλων ἁπάντων ἀκριβῶς μὲν οὐδείς, ἧττον δὲ καὶ μᾶλλον ἕτερος ἑτέρου. καθάπερ γὰρ ἐν ὅλῳ τῷ βίῳ, καὶ κατὰ πάσας τὰς τέχνας, τὰς μὲν μεγάλας ὑπεροχάς τε, καὶ διαφορὰς τῶν πραγμάτων ἅπαντος ἀνδρὸς ἐστὶ γνῶναι· τὰς δὲ μικρὰς τῶν φρονίμων τε καὶ τεχνιτῶν, οὕτω κἀπὶ τῶν ἁμαρτημάτων ἔχει καὶ παθῶν. ὅστις μὲν ἐπὶ μικροῖς ὀργίζεται σφοδρῶς, δάκνει τε καὶ κακίζει τοὺς οἰκέτας, ἔστι μέν σοι δῆλός ἐστιν, ὅτι ἐν πάθει καθέστηκεν. ὁμοίως δὲ καὶ ὅστις ἐν μέθαις τε, καὶ ἑταίραις, καὶ κωμασταῖς παραγίνεται. τὸ δ᾽ ἐπὶ μεγάλῃ βλάβῃ χρημάτων, ἢ ἀτιμίᾳ μετρίως ταραχθῆναι τὴν ψυχήν, οὐκ ἔθ᾽ ὁμοίως ἐστὶ φανερὸν ἐκ τοῦ γένους τῶν παθῶν ὑπάρχον, ὥσπερ οὐδὲ τὸ πλακοῦντα φαγεῖν ἀκρατέστερον. ἀλλὰ καὶ ταῦτα κατάδηλα γίγνεται τῷ προμελετήσαντι τὴν ψυχήν, ἐξοδιάσαντί τε ἁπάντων παθῶν, ἐπανορθώσεως δεόμενα, καὶ μεῖζον γ᾽ ἔμπης ἀποφυγεῖν αὐτὰ διότι μικρά. ὅστις οὖν βούλεται καλὸς κἀγαθὸς γενέσθαι, τοῦτο ἐννοήσας, ὡς ἀναγκαῖόν ἐστιν αὐτὸν ἀγνοεῖν πολλὰ τῶν ἰδίων ἁμαρτημάτων. ὅπως ἂν ἐξεύροι πάντα, δυνάμενος ἐγὼ λέγειν, ὅπως εὗρον αὐτὸς, οὔπω λέγω, διότι τὸ βιβλίον τοῦτο δύναταί ποτε, καὶ εἰς ἄλλων ἀφικέσθαι χεῖρας· ὅπως ἂν κἀκεῖνοι γυμνασθῶσιν πρὸς ὁδὸν εὑρεῖν τῆς γνώσεως τῶν ἁμαρτημάτων, ὥσπερ καὶ σέ μοι λέγειν ἠξίωσα, καὶ μέχρι τοσαῦτα δοκεῖν ἀπεφηνω, διεσιώπησα. καὶ νῦν οὕτω πράξω, παρακαλέσας τὸν ὁμιλοῦντα τῷδε τῷ γράμματι, καταθέμενον αὐτῷ ζητῆσαι, πῶς ἄν τις ἑαυτὸν δύναται γνωρίζειν ἁμαρτάνοντα. δύο

A ficisci dicerem; communiter autem ambo generaliori significatu vocatos esse errores. Itaque tum eum qui intemperanter viuit, tum qui iracundiâ quid agit, tum qui calumniæ fidem adhibet, errare aut peccare dico. Quare Chrysippus, & philosophorum plerique alij libros de curandis animi affectibus conscripserunt. Quinetiam ab Aristotele, eiusque sectatoribus, atque ante hos à Platone eadem dicta sunt. Ac certè ex illis ipse discere, quemadmodum & ego didici, longè præstiterat. Itaque primo hoc libro capita, quoniam ita iubes, compendiosè tibi recensebo omnia, quo iam ordine B audiuisti, quum de edito Antonij commentario percontareris.

CAPVT II.

Peccare nos plurimùm, tametsi nos errare haud existimemus.

Qvod equidem errare nos sit vero simile etiamsi nequaquam aberrare ipsi putemus, ex hisce verbis promptum est colligere. Videmus omnes homines existimare sese vel ab erroribus omninò esse immunes, vel parum & modicè per C rationem falli, idque his potissimum accidit, quos alij plurimùm existimant aberrare. Ego itaque etsi alterius rei cuiusdam, certè huius experimentum habui maximum. Qui sanè homines aliis permiserunt, vt de se, qualésnam sint, ferrent sententiam, eos in paucissimis errare conspexi. Qui verò seipsos optimos esse cogitarunt, neque iudicium ferendum aliis commiserunt, eos in maximis ac plurimis falli conspeximus, quare quod quum iunior essem frustrà laudari putabam (id autem erat Pythium illud quod seipsum nosse imperabat) non enim magnum esse mandatum, sed postea ipsum iure laudari comperi. Siquidem solus sapientissimus perfectè seipsum nouerit, aliorum autem omnium perfectè nemo; verùm minus magísque alter altero. Quemadmodum enim in tota vita ac in singulis artibus magnas rerum eminentias ac differentias cuiuscunque viri est cognoscere; exiguas autem prudentium dumtaxat, & artificum; ita quoque in erroribus & affectibus habet. Nam quisquis ob minima vehementer excandescit, seruos domesticos & mordet, & vituperat, in affectu tibi constitutum hunc esse constat. Similiter autem quisquis inter temulentos, scorta, & comessatores versatur. Verùm ob ingentem faculta- E tum iacturam, vel infamiam mediocriter animum esse perturbatum, ex quo affectuum genere sit, nondum peræquè manifestum est; vt neque placentam auidiùs edere. Sed & hæc ei innotescent qui animum exercuerit & explorarit, quinam inter vniuersos affectus emendationem desiderent, magis tamen arduum, ipsa euitare, quòd parua sint. Quisquis igitur honestus probúsque vult euadere, hoc animaduerterit necessariò ipsum plerosque errores proprios ignorare. At omnes vt deprehendat, possum ego dicere; quo pacto ipse deprehenderim, nondum aperio: quòd hic libellus in F aliorum manus aliquando venire queat; quomodo illi quoque ad cognitionis errorum viam indagandam sese exerceant; quemadmodum etiam te mihi dicere volui, & quoad tot tibi videri pronunciasses, cōticui. Et nūc sic agā, adhortatus libri huius lectorem, vt quo modo quis errantem sese possit agnoscere, inquirēdum sibi proponat. *Binas*

enim manticas, vt Æsopus aiebat, *habemus collo propendentes; alienorum vitiorum anteriorem; propriorum verò posteriorem; ob id aliena semper spectamus; propria verò nunquam intueri possumus.* Atque hanc orationem, vt veram omnes recipiunt. Plato rei factæ causam etiam reddit, *Cæcutit*, inquit, *amans circa id quod amatur.* Ergo si quisquam nostrum semet præ cæteris maximè amet, in censura sui ipse cæcutiat necesse est. Quonam igitur pacto propria vitia conspiciet? Qua ratione se errare cognoscet? Nam & Æsopi fabula, & Platonis oratio, propriorum errorum inuentionem nobis magis insperatam demonstrare videntur. Si enim neque quis facere possit, quin seipsum amet, amans in amato cæcutiat necesse est. Sed nec ego commentarij huius lectorem, apud se erratorum propriorum inuentionis viam considerare vellem, nisi res foret perardua, etiamsi quamplurimum quis ea apud se perpenderit. Proinde meam ego profero sententiam, quam quidem, & siquam is quisque aliam viam inuenerit, meam quoque assumpserit, iuuabitur impensius, duplicem pro simplici salutis viam consequutus. Sin autem, saltem hac nostra continuò vtatur, donec aliam reperiat meliorem. Quæ igitur mea sit, dicendi iam tempus est, hocce condito orationi exordio.

A γὰρ, ὡς Αἴσωπος ἔλεγε, πήρας ἐξήμμεθα τοῦ τραχήλου, τὴν μὲν ἀλλοτρίων τὴν πρόσω, τὴν ἰδίων δὲ τὴν ὀπίσω. καὶ διὰ τοῦτο τὰ μὲν ἀλλότρια βλέπομεν ἀεὶ, τῶν δ᾽ οἰκείων ἀθέατοι καθιστάμεθα. καὶ τοῦτόν γε τὸν λόγον, ὡς ἀληθῆ πάντες προσίενται. ὁ δὲ Πλάτων ἀποδίδωσι καὶ τὴν αἰτίαν τοῦ γιγνομένου. τυφλώττειν γάρ φησι τὸ φιλοῦν περὶ τὸ φιλούμενον. εἴπερ οὖν ἕκαστος ἡμῶν ἑαυτὸν ἁπάντων μάλιστα φιλεῖ, τυφλώττειν ἀναγκαῖόν ἐστιν αὐτὸν ἐφ᾽ ἑαυτοῦ. πῶς οὖν ὄψεται τὰ ἴδια κακά; καὶ πῶς ἁμαρτάνων γνώσεται; πολλῷ γὰρ ἔοικεν ὅ τε τοῦ Αἰσώπου μῦθος, καὶ ὁ τοῦ Πλάτωνος λόγος, ἀνελπιστοτέραν ἡμῖν τὴν τῶν ἰδίων ἁμαρτημάτων
B εὕρεσιν ἀποφαίνειν. εἰ γὰρ μήτε τοῦ φιλεῖν τις ἑαυτὸν ἀποστῆσαι δύναται, τυφλώττειν ἀναγκαῖόν ἐστι τὸ φιλοῦν περὶ τὸ φιλούμενον· οὐ μὴν οὐδ᾽ ἐγὼ τὸν ἀναγινώσκοντα τόδε τὸ βιβλίον, ἠξίουν ἐπισκέψασθαι καθ᾽ αὑτὸν ὁδὸν τῆς τῶν ἰδίων ἁμαρτημάτων εὑρέσεως, εἰ μὴ χαλεπὸν ἦν τὸ πρᾶγμα, καίτοι ὡς ἐπὶ πλεῖστον ἐσκεμμένος ᾖ καθ᾽ αὑτόν. καὶ τοίνυν ἐγὼ τὴν ἐμὴν ἀποφαίνομαι γνώμην, ἥν, εἰ μέν τινα καὶ αὐτὸς ἕκαστος ἑτέραν ὁδὸν εὕροι προσλαβὼν καὶ τὴν ἐμὴν, ὠφελήσεται πλεονεκτικῶς, διπλῆν ἀνθ᾽ ἁπλῆς εὑρὼν ὁδὸν σωτηρίας. εἰ δὲ μὴ, ἀλλ᾽ αὐτῇ γε τῇ ἡμετέρᾳ διατελεῖ χρώμενος, ἄχρι περ ἂν ἑτέραν εὕροι βελτίονα. τίς οὖν ἡ
C ἐμὴ, λέγειν ἂν ἤδη καιρὸς, ἀρχὴν τῷ λόγῳ τήνδε ποιησάμενος.

CAPVT III.

Quis vir aptus nostra nos peccata perdocet; quando & quomodo calumniis respondendum, & præclara Zenonis sententia.

QVoniam errores ob falsam opinionem oriuntur; affectus autem ob brutum animi impetum, visum mihi est priùs ipsum ab affectibus liberare. Consentaneum enim propter hos falsum nos opinari. Sunt autem affectus animi quos omnes norunt, iracundia, ira, metus, mœror, inuidia, & vehemens cupiditas. Mea quidem sententia, quamcunque rem amore vehementi, aut odio prosequi, etiam affectus est. Rectè enim dictum esse videtur, moderatum optimum, adeout nihil quod immoderatum est, probè fiat. Quomodo igitur aliquis hæc præcidet nisi priùs ipsa se habere cognouerit? At cognoscere vt dicebamus, non possumus, quoniã vehementer nos ipsos amamus. At neque oratio hæc tibi permittit, teipsum iudicare, sed de altero quem neque ames, neque oderis, posse te ferre iudicium concedit. Quum itaque audieris in vrbe aliquem, quem neque amare noueris, neque odio prosequi, à plerisque laudari quod nemini adulettur, ad hunc quum accesseris, hocce periculo iudicabis, an talis sit, qualis esse dicitur. Ac primùm si ipsum diuitum ac insigniter potentum, aut etiam monarcharum ædes frequentare videas, scito frustra te audiuisse hominem omnia pronunciare vera, nam eiusmodi adulationes mendacium sequitur. Deinde siue hunc salutantem, siue talibus seipsum comitem exhibentem ac concœnantem conspicias. Qui namque talem elegerit vitam, non solum non vera dicit, sed etiam vniuersam malitiam sortitur, quippe qui aut pecunias, aut principatum, aut gloriam, aut honorem ambiat, aut quædam ex iis, aut omnia. Qui verò neque potentes illos ac opulentos salutat, neque comitatur, neque his concœnat, eum frugali vsum victu vera loqui speraueris; eius notitiam penitiorem experiare quæ

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Γ'.

Ὁποῖος ὁ τὰ ἡμέτερα ἁμαρτήματα μηνυόμενος ἀνήρ· ὅτε καὶ πῶς δεῖ ἀπολογεῖσθαι τοῖς ἐπηρεάζουσι, καὶ καλὸν τὸ τοῦ Ζήνωνος δόγμα.

ΕΠειδὴ τὰ μὲν ἁμαρτήματα διὰ τὴν ψευδῆ δόξαν γίγνονται, τὰ δὲ πάθη διὰ τὴν ἄλογον ὁρμὴν, ἔδοξέ μοι πρότερον αὐτὸν ἐλευθερῶσαι τῶν παθῶν. εἰκὸς γάρ πως καὶ διὰ ταῦτα ψευδῶς ἡμᾶς δοξάζειν. ἔστι δὲ πάθη ψυχῆς
D ἅπερ ἅπαντες γιγνώσκουσι, θυμὸς, καὶ ὀργὴ, καὶ φόβος, καὶ λύπη, καὶ φθόνος, καὶ ἐπιθυμία σφοδρά. κατὰ δὲ τὴν ἐμὴν γνώμην, καὶ τὸ φθάσαι πάνυ σφόδρα φιλεῖν, ἢ μισεῖν ὁτιοῦν πρᾶγμα, πάθος ἐστίν. ὀρθῶς γὰρ ἔοικεν εἰρῆσθαι. τὸ μέτρον ἄριστον, ὡς οὐδενὸς ἀμέτρου καλῶς γιγνομένου. πῶς οὖν ἄν τις ἐκκόψῃ ταῦτα, μὴ γνοὺς πρότερον ἔχων αὐτά; γνῶναι δ᾽, ὡς ἐλέγομεν, ἀδύνατον, ἐπειδὴ σφόδρα φιλοῦμεν ἡμᾶς. ἀλλὰ καὶ μὴ σαυτὸν ὁ λόγος οὗτος ἐπιτρέπει σοι κρίνειν, ἄλλον δέ τε συγχωρεῖ δύνασθαι κρίνειν τὸν μήτε φιλούμενον ὑπὸ σοῦ, μήτε
E μισούμενον. ἐπειδὰν οὖν ἀκούσῃς τινὰ τῶν κατὰ τὴν πόλιν, ὃν μήτε φιλήσειν οἶδας, μήτε μισήσειν ἐπαινούμενον ὑπὸ πολλῶν, ἐπὶ τῷ μηδένα κολακεύειν, ἐκείνῳ προσφοιτήσας, τῇ αὐτῇ πείρᾳ κρῖνον, εἰ τοιοῦτός ἐστιν οἷος εἶναι λέγεται. καὶ πρῶτον ἐὰν ἴδῃς αὐτὸν, ἐπὶ τὰς τῶν πλουσίων τε καὶ πολὺ δυναμένων, ἢ καὶ τὰς τῶν μονάρχων οἰκίας ἀπιόντα συνεχῶς, γίγνωσκε μάτην ἀκηκοέναι τὸν ἄνθρωπον τοῦτον ἀληθεύειν ἅπαντα· ταῖς γὰρ τοιαύταις κολακείαις ἕπεται καὶ τὸ ψεύδεσθαι. δεύτερον, ἢ προσαγορεύοντα, ἢ παραπέμποντα τοῖς τοιούτοις ὁρῶν ἑαυτὸν, ἢ καὶ συνδειπνοῦντα. τοιοῦτον γάρ τις ἑλόμενος βίον, οὐ
F μόνον οὐκ ἀληθεύει, ἀλλὰ καὶ κακίαν ὅλην ἐξ ἀνάγκης ἔχει, φιλοχρήματος ὤν, ἢ φίλαρχος, ἢ φιλόδοξος, ἢ φιλότιμος, ἤ τινα τούτων, ἢ πάντα. τὸν δὲ μὴ προσαγορεύοντα, μήτε παραπέμποντα, μήτε συνδειπνοῦντα, καὶ τοῖς πολὺ δυναμένοις, ἢ πλουτοῦσι, κεκολασμένῃ τῇ διαίτῃ χρώμενον ἐλπίσας ἀληθεύειν, εἰς βαθυτέραν ἀφικέσθαι πειράθητι γνῶσιν,

ὁποῖός τίς ἐστιν, ἐν συνουσίαις δ' αὕτη πολυχρονιωτέραις γίνεται. κἂν εὕρῃς τοιοῦτον, ἰδίᾳ ποτὲ μόνῳ διαλεχθῆναι παρακαλέσας, ὅ,τι ἂν σοι βλέπῃ τῶν εἰρημένων παθῶν, εὐθέως δηλοῦν, ὡς χάριν ἕξοντι τούτῳ μεγίστην, ἡγησομένῳ τε σωτῆρα μᾶλλον, ἢ εἰ νοσοῦντά σου τὸ σῶμα διέσωσε, κἂν ὑπόσχηται δηλώσειν, ὅταν τι τῶν εἰρημένων πάσχοντά σε βλέπῃ. κἄπειτα πλειόνων ἡμερῶν μεταξὺ γενομένων μηδὲν εἴπῃ, συσχετλιάζων δηλονότι μέμψῃ τῷ ἀνθρώπῳ, αὖθίς τε παρακαλέσεις ἔτι λιπαρώτερον, ἢ ὡς πρόσθεν, ἅ τι ἂν ὑπὸ σοῦ βλέπῃ παθῶν πραττόμενον, εὐθέως μηνύειν. ἐὰν δὲ εἴπῃ σοι, διὰ τὸ μηδὲν ἑωρακέναι πώ σε τοιοῦτον ἐν τῷ μεταξὺ, διὰ τοῦτο μηδὲν αὐτὸν εἰρηκέναι, μὴ πεισθῇς εὐθέως, μηδ' οἰηθῇς ἀναμάρτητος ἐξαίφνης γεγονέναι. ἀλλὰ δυοῖν θάτερον, ἢ διὰ ῥαθυμίαν οὐ προσεσχηκέναι σοι τὸν παραβεβλημένον φίλον, ἢ ἔλεγχον αἰδούμενον σιωπᾶν. ἢ καὶ μισηθῆναι μὴ βουλέσθαι, διὰ τὸ γινώσκειν ἅπασιν, ὡς ἔπος εἰπεῖν, ἀνθρώποις ἔθος εἶναι μισεῖν τοὺς τἀληθῆ λέγοντας. ἢ εἰ μὴ διὰ ταῦτα, ἴσθι μὴ βουλόμενον αὐτὸν ὠφελεῖν σε, διὰ τοῦτο σιωπᾶν, ἢ καὶ ἄλλην τινὰ αἰτίαν, ἣν οὐκ ἐπαινοῦμεν ἡμεῖς. ἀδύνατον γὰρ ἴσως αὐτῷ ἡμαρτῆσθαι μηδέν, πιστεύσας ἐμοί. τοῦτο νῦν ἐπαινέσεις ὕστερον, θεώμενος ἅπαντας ἀνθρώπους καθ' ἑκάστην ἡμέραν μυρία μὲν ἁμαρτάνοντας, καὶ κατὰ παθῶν πράττοντας, οὐ μὴν ἑαυτούς γε παρακολουθοῦντας, ὥστε μηδὲ σὺ νόμιζε σαυτόν, ἄλλο τι μᾶλλον, ἢ ἄνθρωπον εἶναι. νομίζεις δ' ἄλλο τι μᾶλλον, ἢ ἄνθρωπον ὑπάρχειν, ἐὰν ἀναπείσῃς σαυτόν, ἅπαντα καλῶς σοι πεπρᾶχθαι, μὴ ὅτι ἑνὸς μηνός, ἀλλὰ μιᾶς ἡμέρας. ἴσως οὖν ἐρεῖς εἰ ἐναντιολογικὸς ἦς, ἤτοι κατὰ προαίρεσιν, ἢ ἐκ μοχθηροῦ τινος ἔθους γεγονὼς τοιοῦτος, καὶ φύσει φιλόνεικος ὤν, ὅσον ἐπὶ τῶν νῦν ὑπ' ἐμοῦ προσκεχρημένων λόγων, τοὺς σοφοὺς ἄνδρας, ἄλλο τι μᾶλλον, ἢ ἀνθρώπους εἶναι. τούτῳ δή σοι τῷ λόγῳ, τὸν ἡμέτερον ἀντίθες διττὸν ὄντα, τὸν μὲν ἕτερον, ὅτι μὴν ὁ σοφός, ἀναμάρτητός ἐστι τὸ πάμπαν· ἕτερον δ' ἐπ' αὐτῷ τῷ προσιεμένῳ, εἴπερ ἀναμάρτητός ἐστιν ὁ σοφός, οὐδ' ἄνθρωπον ὑπάρχειν αὐτόν, ἴσα δ' ἐπὶ τῷδε, καὶ διὰ τοῦτο τῶν παλαιοτάτων φιλοσόφων ἀκούσεις, ὅμοιον εἶναι θεῷ τὴν σοφίαν. ἀλλὰ σύ γε θεῷ παραπλήσιος ἐξαίφνης οὐκ ἄν ποτε γένοιο. ὅπου γὰρ οἱ δι' ὅλου τοῦ βίου ἀπάθειαν ἀσκήσαντες, οὐ πιστεύοντες τελέως αὐτὴν ἐσχηκέναι, πολὺ δήπου μᾶλλον ὁ μηδέποτ' ἀσκήσας σύ. μὴ τοίνυν πιστεύσῃς τῷ λέγοντι μηδὲν ἑωρακέναι κατὰ παθῶν ὑπὸ σοῦ πραττόμενον, ἀλλ' ἤτοι μὴ βουλόμενον ὠφελεῖν σε, νόμιζε λέγειν οὕτως, ἢ μὴ παραφυλάξαι προῃρημένον, ἃ πράττεις κακῶς, ἢ φυλαττόμενον ὑπὸ σοῦ μισηθῆναι. τάχα δὲ καὶ εἰδέναι σέ ποτε πρὸς τὸν ἐπιτιμήσαντα, καὶ δυσχεράναντα τοῖς σοῖς ἁμαρτήμασί τε καὶ πάθεσιν, ὡς εἰκότως σιωπᾶν, ἢ πιστεύειν μὴ ἀληθεύοντά σε λέγοντα, βούλεσθαι ἕκαστον εἰδέναι ὧν ἁμαρτάνεις. ἐὰν δὲ πρότερον τῆς ὑπὸ σοῦ σφαλλομένων ἀπαλλαγῇ σιωπήσῃς, εὑρήσεις πολλοὺς ὀλίγον ὕστερον ἀληθῶς ἐπανορθουμένους σε, καὶ πολύ γε μᾶλλον, ἐὰν χάριν γνοὺς τῷ μεμψαμένῳ, χωρὶς ἀθρούσης σου τῆς βλάβης, τούτου γ' ἕνεκεν. ἐξ αὐτοῦ δὲ τούτου διασκέψασθαι, πότερον ἀληθῶς, ἢ ψευδῶς ἐπετίμησέ σοι, μεγάλης ὠφελείας αἰσθήσῃ, κἂν συνεχῶς πράττῃς αὐτό, προῃρημένος ὄντως εἰς γενέσθαι καλὸς κἀγαθός, ἔσῃ τοιοῦτος. ἐν μὲν δὴ τῷ πρώτῳ χρόνῳ, μηδ' ἂν καὶ σκεπτόμενος ἀκριβῶς, εὕρῃς ἐπηρεαστικῶς τε καὶ ψευδῶς σε κρίνειν, καὶ ἀπείρως αὐτὸν πείθειν, ὡς οὐδὲν

& qualis sit, hæc autem diuturniore consuetudine
A comparatur. Quòd si talem offenderis, nonnunquam priuatim cum solo differe eum precatus vt quem tibi ex supra nominatis affectibus adesse conspexerit, statim significet, gratiam habituro ipsi maximam, eúmque medicum potius existimabis quàm si corpore laborantem, sospitem reddiderit. Quòd si declaraturum se promiserit, quum in aliquem dictorum affectuum incidere inspexerit, ac postea pluribus diebus interiectis nihil prodiderit, in mutua vtique consuetudine hominem accusabis, iterúmque adhortaberis accuratiùs quàm priùs, vt quod à te pathematum animi com-
B mitti aduerterit, id protinus significet. Si nihil se interim eiusmodi in te conspexisse, eóque tacuisse respondeat, ne statim dicto fidem adhibeas, néve existimes te quamprimum errore vacare ac inculpatum esse; quin potius alterum è duobus perpendas, amicum quem nactus es tacere: aut quòd per negligentiam animum tibi non adhibuerit, aut quòd increpare vereatur, aut etiam quòd odio esse nolit, haud ignarus omnibus, vt ita dicam, hominibus morem esse vt vera loquentem oderint. Vel si non horum causa, scito tum nolle tibi prodesse, eóque silere, vel ob aliam quoque
C causam aliquam quam nos improbamus. Nam si mihi credideris, fortassis impossibile esse tibi ipsi nihil peccasse, id tum postea laudabis quum videas homines vniuersos, innumeros quotidie etiã errores committere, ex affectibus ductos agere, non tamen seipsos assequi. Quapropter te non arbitrare aliud quicquam magis quàm hominem esse. Arbitraris autem te aliquid homine maius esse quum tibi persuaseris omnia probè te fecisse vno die, nedum mense. Forsan igitur dices, si litigiosus sis, vel ex animi proposito, vel praua quadam consuetudine talis euaseris, naturáque contentiosus sis, viros sapientes, quantum ad
D sermones paulò antè vsurpatos *attinet*, aliud quid magis quàm homines esse. Huic tuæ rationi nostram oppone duplicem; alteram quidem, quòd sapiens omninò careat errore, alteram verò consequentiæ gratia, si errore vacat sapiens, ne ipsum esse hominem. At quæ de hocce, ac propter hoc ipsum à vetustissimis Philosophis dicta sunt, similem Deo esse sapientiam. Verùm tu Deo similis repente fias nunquam. Quum enim ij qui per totam vitam apathiam exercuerunt, nondum ipsam perfectè se consequutos credant, multò vtique magis tu qui nunquam exercuisti. Ne
E ergo credas dicenti nihil ex affectu à te efficividisse, sed vel eum, quòd te iuuare nolit, arbitrare ita loqui, aut quòd quæ malè agis, obseruare non instituerit; aut quòd in tui odium incidere caueat; fortassis autem quòd & nouerit aliquando te, accusantẽ errores & affectus tuos, ægrè tulisse, ac ideo iure tacere, aut credere te quum dicis velle te nosse singula quæ perperam agis, non vera dicere; sin autem cum eorum quæ prius egeras, mutatione silueris, non multò post plures inuenies qui te verè corrigant, multóque magis si corrigenti gratiam citra tuum incommodum re-
F feras. Ex hoc autem ipso considera veréne an falsò te corripuerit, & magnam vtilitatem percipies. Quòd si frequenter idem agas, statuásque reuera bonus ac probus fieri, talis euades. Primò quidem tempore ne si quidem diligenter aduertas, contentiosè & falsò te iudicare illum, & imperitè persuadere quod nusquam errauereris, reperies.

reperies. Sed hoc item tibi philosophiæ studium subeundum erit; nempe vt calumniantem sustineas. Postea verò, vbi & animum nactus fueris remissiorem, & affectus tuos sentias moderatos, respondere corripienti aliquando conaberis, idque non acerbis verbis aut conuitiosis, ne contentionis studio aut controuersiæ, sed vtilitatis potius tuæ gratia facere videaris, vt quum ipse probabile contrà dixerit, melius illum cognoscere tibi persuadeas, si longiori disquisitione extra crimen ipsum inuenias. Hunc enim in modum Zeno volebat omnia nos tutò agere, quasi pædagogis paulò post responsuros. Sic vir ille vocabat plerosque omnes qui quamuis nullus eos prouocaret, propinquos tamen parati essent obiurgare. Oportet autem audientem, nec diuitiis pollere, nec dignitatem habere ciuilem, hanc enim si habeat, nemo propter metum illi vera dicet, sicut nec diuitibus, lucri gratia assentatores; verùm etsi quis apparuerit verax, ab ipsis corrumpetur. Itaque si egregiè quisquam potens aut locuples, bonus atque probus reddi cupiat, personam suam priùs exuat opus erit, & maximè nunc, quandoquidem non inueniet Diogenem verum fateri posse, si opulentissimus sit, si monarcha. Illi igitur suimet ipsi iudices erunt. At tu, qui nec diuitias, nec potentiam in ciuitate habes, omnibus permitte vt quæ in te damnent, ostendant; nulli verò ipse indignare, sed omnes sic habeto, vt Zeno dicebat, pædagogos. Non tamen omnibus ex æquo, de quibus dixerint, animum velis adhibere, sed senibus qui optimam vitam transegerint. Quinam autem sint qui optimè viuant, paulò ante indicauimus. Cæterum temporis processu tu temet intellectu consequeris, intelligesque qualia sint quæ per errorem antea commiseris, quando maximè verum hoc tibi narrasse videbor, qui asseram nullum ab affectibus & erroribus immunem esse, ne vel optima præditum indole, aut apud gentes optimè educatas, sed omninò aliquem errare, ac præsertim adhuc quum sit iuuenis.

CAPVT IV.

Neque ætatem, neque si nos optimos euasuros non speremus, emendationi nostræ obesse debere, ac de ratione iræ & furoris coërcendi.

INdiget enim vnusquisque nostrum, vt in perfectum virum euadat, totius propemodum vitæ exercitio. Neq; tamen deterreri quempiá oportet, ne se meliorem efficiat, quamuis iam factus quinquagenarius, modo non immedicabili aut quod emédari non possit vitio animum sentiat deprauatum. Neque enim si corpore malè sit affectus quinquagenarius, desperatus tradit se malæ habitudini, sed omninò conatur in meliorem statum reducere, optimum licet Herculeæ valetudinis habitum consequi non possit. Ne igitur nos quoque desinamus animum reddere meliorem, quamuis sapientis animum consequi non possimus, verùm maximè quidem etiá illum speremus nos habituros si iam inde ab adolescentia rationé animæ nostræ habeamus. Sin minus, at saltē ne prorsus eum turpé, vt Thersitæ corpus nāciscamur, curemus. Si igitur nobis nōdum natis generationis nostræ rationé prospicere liceret, optaremus haud dubiè corpus aliquod generosissimū accipere. Hoc negato secundū certè, aut tertium deinceps, aut quartū ipsum bonæ habitudinis respectu post primū, precaremur obtinere.

A ἥμαρτες. ἀλλά σοι καὶ τοῦτο φιλοσόφημα τὸ καρτερεῖν ἐπηρεαζόμενον. ὕστερον δέ ποτε κατεσταλμένος ἱκανῶς, σαυτοῦ παθῶν αἰσθόμενος, ὅτι χρὴ πρὸς ἀπολογεῖσθαι τοῖς ἐπηρεάζουσι μηδέ ποτε πικρῶς, μηδ᾽ ἐλεγκτικῶς, μηδὲ τὸ φιλόνεικον ἐμφαῖνον, μηδὲ τὸ καταβάλλειν ἐθέλειν ἐκεῖνον, ἀλλ᾽ ὠφελείας ἕνεκα τῆς σῆς, ἵνα τι καὶ πρὸς ἀντιλογίαν ἀντειπόντος αὐτοῦ πιθανόν, πεισθεὶς ἐκεῖνον ἄμεινον γινώσκειν, εἰ μετὰ πλείονος ἐξετάσεως εὕροις αὐτὸν, ἔξω τῶν ἐγκλημάτων. οὕτω γοῦν καὶ Ζήνων ἠξίου πάντα πράττειν ἡμᾶς ἀσφαλῶς, ὡς ἀπολογησομένους ὀλίγον ὕστερον παιδαγω-

B γοῖς. ὠνόμαζε γὰρ οὕτως ἐκεῖνος ὁ ἀνὴρ, τοὺς πολλοὺς τῶν ἀνθρώπων ἑτοίμους ὄντας τοῖς πέλας ἐπιτιμᾶν, κἂν μηδεὶς αὐτοὺς παρακαλῇ. χρὴ δὲ τὸν ἀκούοντα μηδὲ πλούσιον εἶναι, μηδὲ αἰδῶ ἔχοντα πολιτικήν· ὡς ἂν γε ταύτην ἔχῃ, διὰ φόβον οὐδεὶς αὐτῷ τἀληθῆ λέξει, καθάπερ οὐδὲ τοῖς πλουτοῦσι, διὰ κέρδος οἱ κόλακες. ἀλλὰ κἂν εἴ τις ἀληθεύων παραφανῇ, διαφθείρεται πρὸς αὐτῶν. ἐὰν οὖν τις, ἤτοι πολλὰ δυνάμενος, ἢ καὶ πλούσιος ἐθέλῃ σοι γενέσθαι καλὸς κἀγαθὸς, ἀποθέσθαι πρότερον αὐτὸν δεήσει, καὶ μάλιστα νῦν ὅπου οὐχ εὑρήσει Διογένην δυνάμενον εἰπεῖν ταὐτὸν τἀλη-

C θὲς, κἂν πλουσιώτατος ᾖ, κἂν μόναρχος. ἐκεῖνοι μὲν οὖν ὑπὲρ ἑαυτῶν βουλεύσονται. σὺ δὲ ὁ μὴ πλούσιος μήτε δυνατὸς ἐν πόλει, πᾶσι μὲν ἐπίτρεπε λέγειν ἃ καταγινώσκουσί σου· πρὸς μηδένα δ᾽ αὐτὸς ἀγανάκτει, καὶ οὕτως ἔχε ἅπαντας, ὡς Ζήνων ἔλεγε, παιδαγωγούς. οὐ μὴν ὁμοίως γε πᾶσι περὶ ὧν ἂν εἴπωσιν ἀξιοῦ προσέχειν, ἀλλὰ τοῖς ἄριστα βεβιωκόσι πρεσβύταις. ὁποῖοι δ᾽ εἰσὶν οἱ ἄριστα βιοῦντες, ὀλίγον ἔμπροσθεν εἶπον. ἐν δὲ τῷ χρόνῳ προϊόντι, αὐτὸς παρακολουθήσεις, καὶ γνώσῃ ἡλίκα πρόσθεν ἦν ἃ ἡμάρτανες, ἡνίκα μάλιστα ἐγώ σοι φανοῦμαι λέγων ἀληθῆ, μηδένα

D φάσκων ἔξω παθῶν, ἢ ἁμαρτημάτων εἶναι, μηδ᾽ ἂν εὐφυέστατος ᾖ, μηδ᾽ ἂν ἐν ἔθεσι τοῖς καλῶς τεθραμμένοις, ἀλλὰ πάντως τινὰ σφάλλεσθαι· καὶ μᾶλλον ὅταν ἔτι νέος ᾖ.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Δ.

Μηδὲ διὰ τὴν ἡλικίαν χρῆναι, μηδὲ ἂν μὴ ἐλπίζωμεν ἀρίστους γενέσθαι, τῆς ἐπανορθώσεως ἡμῶν ἀφίστασθαι. καὶ περὶ τοῦ κρατεῖν τοῦ θυμοειδοῦς.

ΔΕῖται γὰρ ἀσκήσεως ἕκαστος ἡμῶν σχεδὸν ὅλου τοῦ βίου,

E πρὸς τὸ γενέσθαι τέλειος ἀνήρ. οὐ μὴν ἀφίστασθαι χρὴ τοῦ βελτίω ποιεῖν ἑαυτὸν, ἢ καὶ πεντηκοντούτης τις ὢν, αἴσθοιτο τὴν ψυχὴν λελωβημένος, οὐκ ἀνίατον, οὐδ᾽ ἀνεπανόρθωτον λώβην. οὐδὲ γὰρ εἰ τὸ σῶμα κακῶς διέκειτο πεντηκοντούτης ὤν, ἔκδοτος ἀνέδωκε τῇ καχεξίᾳ, ἀλλὰ πάντως ἂν ἐπειράθη βέλτιον αὐτὸ κατασκευάσαι, καίτοι τὴν Ἡράκλειον εὐεξίαν οὐ δυνάμενος σχεῖν. μὴ τοίνυν μηδ᾽ ἡμεῖς ἀφιστώμεθα τοῦ βελτίονα τὴν ψυχὴν ἐργάζεσθαι, κἂν τὴν τοῦ σοφοῦ μὴ δυνώμεθα σχεῖν, ἀλλὰ μάλιστα μὲν ἐλπίζωμεν ἕξειν κἀκείνην, ἂν ἐκ μειρακίου προνοώμεθα τῆς ψυχῆς

F ἡμῶν. εἰ δὲ μὴ, ἀλλὰ τό γε μὴ πάνυ αἰσχρὰν αὐτὴν γενέσθαι, καθάπερ ὁ Θερσίτης τὸ σῶμα, φροντίζωμεν. εἴ τ᾽ οὖν ἐφ᾽ ἡμῖν ἦν μὴ γενομένοις, ἐντυχεῖν τῷ προνοουμένῳ τῆς γενέσεως ἡμῶν, ἐδεόμεθα ἄν τι λαβεῖν σῶμα γενναιότατον. ὁ δ᾽ ἠρνήσατο, πάντως οὖν ἐφεξῆς ἐδεήθημεν ἂν αὐτοῦ, δεύτερον γοῦν, ἢ τρίτον, ἢ τέταρτον αὐτὸ σχεῖν, ἀπὸ τοῦ πρώτου κατ᾽ εὐεξίαν.

ἀγαπητὸν γοῦν ἢ καὶ μὴ τὸ τοῦ Ἡρακλέους, ἀλλὰ τό γε τοῦ Ἀχιλλέως σχεῖν· ἢ εἰ μηδὲ τοῦτο, τό γε τοῦ Αἴαντος, ἢ Διομήδους, ἢ Ἀγαμέμνονος, ἢ Πατρόκλου. εἰ δὲ μὴ τούτων, ἄλλων γέ τινων ἀγαθῶν τῶν ἡρώων. οὕτως οὖν εἰ καὶ μὴ τὴν τελεωτάτην εὐεξίαν τις οἷός τ' ἐστὶ τῆς ψυχῆς ἔχειν, δέξαιτ' ἄν, οἶμαι, δεύτερος, ἢ τρίτος, ἢ τέταρτος γενέσθαι μετὰ τῶν ἄκρων. οὐκ ἀδύνατον δὲ τοῦτο τῷ βουληθέντι κατεργάσασθαι, χρόνῳ πλείονι συνεχοῦς τῆς ἀσκήσεως γινομένης. ἐγὼ δὲ μειράκιον ὢν ἔτι ταῦτ' ἀκούσας, ἐπεῖδον ἄνθρωπον ἀνοῖξαι θύραν σπεύδοντα· μὴ προχωρούσης δὲ εἰς ὃ δέον αὐτῷ τῆς πράξεως, δάκνοντα τὴν κλεῖδα, καὶ λακτίζοντα τὴν θύραν, καὶ λοιδορούμενον τοῖς θεοῖς, ἠγριωμένον τε τοὺς ὀφθαλμοὺς, ὥσπερ οἱ μαινόμενοι, καὶ μικροῦ δεῖν αὐτὸν ἀφρὸν, ὡς οἱ κάπροι, προϊέμενον ἐκ τοῦ στόματος, ἐμίσησα τὸν θυμὸν οὕτως, ὥστε μηκέτι ὀφθῆναι δι' αὐτὸν ἀσχημονοῦντά με. ἀρκέσει δὲ καὶ τοῦτο τήν γε πρώτην, ὡς μήτε θεοῖς λοιδορεῖσθαί σε, μήτε λακτίζειν, μήτε δάκνειν τοὺς λίθους καὶ τὰ ξύλα, καὶ μήτ' ἄγριον ἐμβλέπειν, ἀλλ' ἐν σαυτῷ κατέχειν τε καὶ κρύπτειν τὴν ὀργήν. ἀόργητος μὲν γὰρ εὐθέως, ἅμα τῷ βουληθῆναι, γενέσθαι τις οὐ δύναται, κατασχεῖν δὲ τὸ τοῦ πάθους ἄσχημον δύναται. τοῦτο δ' ἂν πολλάκις ποιήσῃ, γνώσεταί ποτε καὶ αὐτὸς ἑαυτὸν ἧττον νῦν ἢ πρόσθεν ὀργιζόμενον, ὡς μήτ' ἐπὶ σμικροῖς, μήτ' ἐπὶ μεγάλοις θυμοῦσθαι, ἀλλ' ἐπὶ μόνοις τοῖς μεγάλοις μιασμοῖς. οὕτε γὰρ ὑπὸ χρόνου παθεῖν ὕστερον αὐτὸν, καὶ ἐπὶ τοῖς μεγάλοις ὀργίζεσθαι μιασμοῖς, εἴ τις, ὅπερ ἐγὼ προστάξας αὐτῷ μειράκιον ὢν ἔτι, διὰ παντὸς ἐφύλαξα τοῦ βίου, φυλάξῃ, τὸ μηδέποτε τυπῆσαι τῇ χειρί μου μηδένα τῶν οἰκετῶν, ὅπερ ἤσκητο μου καὶ τῷ πατρί, καὶ πολλοῖς ἐπετίμησε τῶν φίλων, προσθλάσασιν ἐν ὀργῇ τῷ πατάξαι κατὰ τῶν ὀδόντων οἰκέτας, ἀξίους εἶναι λέγων ἐπὶ τῇ γινομένῃ φλεγμονῇ, καὶ σπασθῆναι, καὶ ἀποθανεῖν. ὅπου γὰρ ἐξῆν αὐτοῖς καὶ νάρθηκι, καὶ ἱμάντι μικρὸν ὕστερον ἐφορεῖσαι πληγὰς ὅσας ἠβούλοντο, καὶ τῇ βουλῇ τὸ τοιοῦτον ἔργον ἐπιτελεῖν. ἄλλοι δὲ οὐ μόνον πὺξ, ἀλλὰ καὶ λακτίζουσι, καὶ τοὺς ὀφθαλμοὺς ἐξορύττουσι, καὶ γραφείῳ κεντοῦσιν, ὅταν τοῦτο τύχωσιν ἔχοντες. εἶδον δέ τινα καὶ καλάμῳ, δι' οὗ γράφομεν, ὑπ' ὀργῆς εἰς τὸν ὀφθαλμὸν πατάξαντα τὸν οἰκέτην. Ἀδριανὸς αὐτοκράτωρ, ὥς φασι, γραφείῳ ἐπάταξεν εἰς τὸν ὀφθαλμὸν ἕνα τῶν ὑπηρετῶν. ἐπεὶ δὲ διὰ τὴν πληγὴν ταύτην ἔγνω γενόμενον ἑτερόφθαλμον, ἐκάλεσέ τε, καὶ συνεχώρησεν αὐτῷ τοῦ πάθους αἰτεῖν παρ' αὐτοῦ δῶρα. ἐπεὶ δὲ ἐσιώπησεν ὁ πεπονθὼς, αὖθις ἠξίωσεν ὁ Ἀδριανὸς αἰτεῖν ὅ τι βούλοιτο. τὸν δ' ἀρνοῦντα ἄλλου μὲν οὐδὲν, ὀφθαλμὸν δὲ αἰτῆσαι. τί γὰρ ἂν καὶ γένοιτο δῶρον ἀντάξιον ἀπωλείας ὀφθαλμοῦ; βούλομαι δέ σε καὶ τῶν ἐμοί ποτε συμβαινόντων, ἑνὸς ἀναμνῆσαι, καίτοι γε ἤδη πολλάκις παρ' αὐτοῦ εἰρηκώς. ἀπονοστήσαντι ἐκ Ῥώμης συνοδοιπορῆσαί τινι φίλῳ τῶν ἐκ Γορτύνης τῆς Κρήτης ἀνδρὶ τὰ μὲν ἄλλα λόγου τινὸς ἀξίῳ. καὶ γὰρ ἁπλοῦς ἦν, καὶ φιλικὸς, καὶ χρηστὸς, ἐλευθέριός τε περὶ τὰς ἐφ' ἡμέρας δαπάνας ἦν· ὀργίλος δὲ οὕτως, ὡς ταῖς ἑαυτοῦ χερσὶ χρῆσθαι κατὰ τῶν οἰκετῶν, ἔστι δ' ὅτε καὶ τοῖς σκέλεσι, πολὺ δὲ μᾶλλον ἱμάντι, καὶ ξύλῳ τῷ παρατυχόντι. γενομένοις οὖν ἡμῖν ἐν Κορίνθῳ, πάντα μὲν ἔδωκε τὰ σκεύη, καὶ τοὺς οἰκέτας ἀπὸ Κεγχρεῶν εἰς Ἀθήνας ἐκπέμψαι κατὰ πλοῦν· αὐτὸς δὲ ἐν ὄχημα μισθωσάμενος, πεζῇ διὰ Μεγάρων πορεύεσθαι. καὶ δὴ διελθόντων ἡμῶν Ἐλευσῖνα, καὶ κατὰ τὸ Θριάσιον ὄντων, ἤρετο τοὺς ἑπομένους οἰκέτας αὐτοῦ περί τινος σκεύους, οἱ δ' οὐκ εἶχον ἀποκρίνασθαι. θυμωθεὶς οὖν, ἐπεὶ μὴ ἄλλο εἶχε, δι' οὗ πατάξειε τοὺς νεανίσκους, ἐν θήκῃ περιεχομένην μάχαιραν ἀνελόμενος, ἅμα

A Desiderandum est Achillis robur, si non Herculis conceditur; vel si neque illius, Aiacis, aut Diomedis, aut Agamemnonis, aut Patrocli. At si neque horum contingit, aliorum quorumdam præstantium heroum. Sic vbi quis absolutum animi habitum obtinere non potest, receperit, opinor, secundus, aut tertius, aut quartus post summos numerari. Id autem haud impossibile est perficere volenti, modo sedulitas exercitij, longiori temporis processu, adfuerit. Ego autem adolescens adhuc ista audiens, hominem ad fores aperiendas festinantem conspexi, quum verò res ipsi parum commodè succederet, clauem mordere, in ianuam pedi-B bus insultare, diis conuitia dicere, oculos insanientis instar truces ferinósque ostendere, & spumam ferè sicut apri, ex ore emittere: ita cœpi iracundiam odio prosequi, vt postea nunquam visus sim propter ipsam impatienter dolere. Atque hoc ipsum primò satis erit, si nec deos conuitiis petas, nec insultes aut mordeas lapides ac ligna, tum ne truces habeas oculos, sed in teipso & contineas & occultes iracundiam; nam ab ira liberari statim atque velit, nullus potest, affectus autem turpitudinem cohibere potest. Hoc si frequenter fecerit, cognoscet aliquando ipse se minus nunc quàm C prius irasci, adeo vt neque ob rem leuem neque magnam postea, sed solùm piacula grandia excandescat. Quin etiam ne ob magna quidem scelera ipsum postea indignari continget si id quod ego ab adolescentia susceptum per omne vitæ tempus seruaui, obseruet, nullum videlicet seruorum manu mea verberaui vnquam, nec pater meus id in vsu habuit: verùm plerosque amicos qui seruorum dentes pugnis contunderent, corripuit, dignos esse dicens vt inflammatione conuulsi perirent. Licebat enim illis ferula & loro plagas, quot vellent, inferre, tum consilio rem paulo post D conficere. Alij non pugnis solùm, sed etiam calcibus petunt, oculósque effodiunt, & stylo pungunt, siquando in manus venerit. Noui quendam qui calamo, quo scribimus, præ iracundia in famuli oculum impegerit. Adrianus imperator stylum, vt aiunt, in cuiusdam ex famulis oculum intruserat. Vbi iam ob vulnus impactum vnoculum factum esse cognouisset, accersiuit, & pro damno accepto dona petere à se concessit. Seruus quum subticuisset, Adrianus denuo rogare dignatus est, quid vellet. Tandem ille ait se ne quicquam velle: oculum dumtaxat repetere. Quodnam enim munus esset quod oculi iacturam dignitate adæquauerit? Volo E quidem & ego tibi recensere quippiam inter ea quæ mihi acciderint, etsi iam sæpius de eodem dixerim. E Roma paranti reditum cum amico quodam ciue Gortynæ Cretæ ciuitatis, simul iter facere contigit; is erat inter cætera non contemnendus, quippe qui & simplex, comis, probus, & victu quotidiano liberalis; sed iracundus adeo, vt suis ipsius manibus aduersus seruos vteretur, nonnunquam etiam cruribus, sed multo magis loris, & ligno, quodcunque occurrisset. Quum iam essemus Corinthi, omnes sarcinas & famulos à Cen-F chris Athenas perferendos nauigio curauit, ipse verò vehiculo vno mercede conducto, pedes per Megaras ibat. Itaque quum Eleusinam præteriissemus, ac Thriasium attingeremus, rogabat famulos à tergo comitantes eum de quadam sarcinula, illi verò quid responderent non habuerunt. Furore ergo correptus ille, quandoquidem nihil aliud habebat quo adolescentes cæderet, gladium simul

simul cum vagina in qua reconditus erat, cepit impegitq; ipsorum capiti, non quâ latus ac planus est, inferens, (sic enim graue nihil fuisset) sed quâ secandi vim habet gladius. Dissecta igitur illico est vagina, vulnúsque maximum in capite duplex vtrique inflixit, ipse etenim bis vtrumque percussit. Postquam vero plurimum sanguinis fundi largiter conspexisset, nobis relictis, Athenas subitò se contulit, veritus ne ipso adhuc præsente seruorum alter periret. Nos tamen illos seruauimus adusque Athenas. Porrò amicus ille Cretensis sese detestatus, Megaras in domum quandam manu prehensa me deducit, & loro tradito, vestimentis exutum se, ob ea quæ execrata iracundia, coactus (sic enim appellabat) perpetrasset, verberari iussit. Quod quum ego vt æquum erat irriderem, in genua procumbens orabat ne secus facerem. Perspicuum igitur est, quòd tantò magis illum mihi risum commoueret, quantò magis eum in eo proposito vt cæderetur, videbam perseuerare. Quum iam satis interea temporis ista nobis agentibus tereretur, pollicebar me illi plagas inflicturum si & ipse quoque exiguum adeo quippiam petituro mihi concederet. Quod quum affirmaret se facturum, adhortabar insuper, vt dicenti nonnulla præbiturum aures promitteret, atque hanc aiebam esse petitionem. Quod quum recepisset se præstiturum, copiosius cum eo disserui, præponens quomodo conueniret animum iracundum coercere, ratione nimirum, non enim flagris, sed alio modo seruos emendari. Ille igitur ratione paulisper secum inita, multò melior seipso euasit. Tu verò etsi non multò fias melior, satis esse ducito, si vel parum anno priore ad meliora promoueris. Nam si pergas affectui resistere ac animum iracundum lenire, maiorem laboris fructum anno subsequenti percipies. Deinde si in eo mentis statu persistas, perpendens tecum singula, maius ac maius tertio, & post eum quarto & quinto anno ad vitam honestiorem virtutis senties incrementum. Turpe siquidem est multis aliquem annis, vt medicus, aut grammaticus, aut rhetor, aut geometra fiat, laborare, verùm vt in bonum virum euadat, ne pauxillo quidem tempore laborem vnquam assumere.

CAPVT V.

De seruis qui peccant emendandis, ac quomodo quis probus ac bonus euadat.

QVod ergo sit exercitij initium, denuò repetamus. Nam de iis quæ maximè necessaria sunt, bis ac ter eadem dicere non est inutile. Monet hoc videlicet, ne quis vllum seruum peccantem suis ipsius manibus corrigat, sed quemadmodum ego, quod Platonem audiuissem aduersus quendam seruorum peccantem maluisse agere, sic semper egi honestum arbitratus esse hoc officium. Simili modo & tu tibi præcipe, ne famulos tuis manibus quo tempore iratus es, cædas, neque alteri vt id faciat, imperes, sed in diem posterum differas. Nam post iracundiam prudentiùs apud te perpendes quot verbera ei qui puniendus est conueniat infligere. Num præstat initio veniâ concessâ sic rem perficere, vbi lorum postulaueris & verbis increpaueris, minatus deinceps nequaquam condonaturum si tantundem peccauerit? Multò namque maius est, animo non ampliùs

A τῇ θήκῃ καταφέρει τὴν κεφαλὴν, οὐ πλατεῖς ἐπενεγκών. (οὐδὲν γὰρ οὕτως εἰργάσατο δεινόν,) ἀλλὰ κατὰ τὸ τέμνον τοῦ ξίφους. ἥ τε οὖν θήκη διετμήθη παραχρῆμα, καὶ τραῦμα μέγιστον ἐπὶ τῆς κεφαλῆς διπλοῦν ἀμφοτέροις εἰργάσατο, δὶς γὰρ ἑκάτερον αὐτὸς ἐπάταξε. ὡς δὲ πλεῖστον ἀμέτρως αἷμα χεόμενον ἐθεάσατο, καταλιπὼν ἡμᾶς, εἰς Ἀθήνας ἀπῄει βαδίζων εὐθέως, ἕνεκα τοῦ μὴ διαφθαρῆναί τινα τῶν οἰκετῶν ἔτι παρόντος αὐτοῦ. ἐκείνους μὲν οὖν ἡμεῖς ἐσώσαμεν εἰς τὰς Ἀθήνας. ὁ δὲ φίλος ὁ Κρὴς ἑαυτοῦ καταγνοὺς, Μεγάροις εἰσάγει με, λαβόμενος τῆς χειρὸς εἰς οἶκόν τινα, καὶ προσδοὺς ἱμάντα, B καὶ ἀποδυσάμενος, ἐκέλευσε μαστιγοῦν αὐτὸν ἐφ' οἷς ἔπραξεν ὑπὸ τοῦ καταράτου θυμοῦ βιασθεὶς, αὐτὸς γὰρ οὕτως ὠνόμαζεν. ἐμοῦ δὲ, ὡς εἰκὸς, γελῶντος, ἐδεῖτο προσπίπτων τοῖς γόνασι, μὴ ἄλλως ποιεῖν. δῆλον οὖν, ὅτι μᾶλλον ἐποίει με γελᾶν, ὅσῳ μᾶλλον ἐν ἐκείνῳ τῷ μαστιγωθῆναι ἐπέμενεν. ἐπεὶ δὲ ταῦτα ποιούντων ἡμῶν, ἱκανὸς ἐτρίβετο χρόνος, ὑπεσχόμην αὐτῷ δώσειν πληγὰς, εἰ μέντοι παράσχῃ καὶ αὐτὸς ἓν ὃ ἂν αἰτήσω σμικρὸν πάνυ. ὡς δ' ὑπέσχετο, παρεκάλουν ὑπέχειν μοι τὰ ὦτα λόγον τινὰ διερχομένῳ, καὶ τοῦτ' ἔφην εἶναι τὸ αἴτημα. C τοῦ δὲ ὑποσχομένου πράξειν οὕτως, πλέον αὐτῷ διειλέχθην ὑποτιθέμενος ὅπως χρὴ παιδαγωγῆσαι τὸ ἐν ἡμῖν θυμοειδὲς, τῷ λόγῳ δηλονότι, καὶ οὐ διὰ μαστίγων, ἀλλ' ἑτέρῳ τρόπῳ παιδαγωγῆσαι δῆλον. ἐκεῖνος μὲν οὖν ἐν ἑαυτῷ προνοησάμενος, ἑαυτοῦ πολὺ βελτίων ἐγένετο. σὺ δὲ, εἰ καὶ μὴ πολὺ γένοιο βελτίων, ἀρκεσθήσῃ γε, καὶ μικρῷ τινι κατὰ τὸν πρῶτον ἐνιαυτὸν ἐπιδοῦναι πρὸς τὸ κρεῖττον. ἐὰν γὰρ ἐπιμείνῃς τῷ πάθει ἀντέχων, καὶ πραΰνων τὸν θυμὸν, ἀξιολογωτέραν ἐπίδοσιν κατὰ τὸ δεύτερον ἔτος. εἶτ' ἐὰν ἔτι διαμείνῃς σαυτοῦ προνοούμενος, D καὶ μᾶλλον ἐν τῷ τρίτῳ, καὶ μετ' αὐτὸ ἐν τῷ τετάρτῳ, καὶ πέμπτῳ, αἰσθήσῃ μεγάλης αὐξήσεως εἰς βίον σεμνότερον. αἰσχρὸν γὰρ, ἵνα μὲν τις ἰατρὸς, ἢ γραμματικὸς, ἢ ῥήτωρ, ἢ γεωμέτρης γένηται πολλοῖς ἔτεσιν ἐφεξῆς καμεῖν, ὡς δὲ ἄνθρωπος ἀγαθὸς, μηδὲ πώποτε ἐλέσθαι τῷ μήκει τοῦ χρόνου καμεῖν.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ε.

Περὶ τοῦ νουθετεῖν τοὺς ἁμαρτάνοντας οἰκέτας, καὶ ὅπως τις καλὸς κἀγαθὸς γένηται.

E ΤΙς οὖν ἐστιν ἡ τῆς ἀσκήσεως ἀρχὴ, πάλιν ἀναλάβωμεν. ὑπὲρ γὰρ τῶν ἀναγκαιοτάτων οὐδὲν χεῖρόν ἐστι, καὶ δὶς καὶ τρὶς λέγειν τὰ αὐτὰ, τὸ μηδέποτε μηδένα τῶν οἰκετῶν ἁμαρτάνοντα διὰ τῆς ἑαυτοῦ χειρὸς νουθετεῖν, ἀλλ' ὥσπερ ἐγώ ποτε, πυθόμενος αἱρεῖσθαι Πλάτωνα, πρός τινα τῶν ὑπηρετῶν ἁμαρτάνοντα, διὰ παντὸς οὕτως ἔπραξα, καλὸν ἡγησάμενος εἶναι τὸ ἔργον. οὕτω καὶ σὺ παράγγελλε σαυτῷ, μήτ' αὐτὸς διὰ τῆς σαυτοῦ χειρὸς οἰκέτην πλῆξαι, μήτ' ἄλλῳ προστάξαι, παρ' ὃν ἂν ὀργισθῇς χρόνον, ἀλλ' εἰς τὴν ὑστεραίαν ἀνακαλέσασθαι. F μετὰ γάρ τοι τὸν θυμὸν σωφρονέστερον ἐπισκέψῃ, πόσας χρὴ πληγὰς ἐντεῖναι τῷ τῆς κολάσεως ἀξίῳ. ἢ μηδὲ τὴν ἀρχὴν ἄμεινόν ἐστι, συγγνώμην πρᾶξαι οὕτως αἰτήσαντα ἱμάντα, καὶ σωφρονίσαντα λόγῳ, καὶ ἀπειλήσαντα μηκέτι τὸ λοιπὸν συγχωρῆσαι, ἐὰν ὁμοίως ἁμάρτοι; πολλῷ γὰρ ἄμεινόν ἐστι, μηκέτι ζέοντος τοῦ θυμοῦ

πράττειν ἃ πράττεις, ἔξω τῆς ἀλογίστου μανίας γενόμενον, ὁπότε καὶ τῷ λογισμῷ τὸ πυκτεῦον εὕρῃς. ὅτι γὰρ ὁ θυμὸς οὐδὲν ἀποδεῖ μανίας, ἐξ αὐτῶν ἤδη ὧν ποιοῦσιν οἱ θυμούμενοι μαθεῖν ἐστιν· παίοντες γὰρ, καὶ λακτίζοντες, καὶ καταρήζοντες ἱμάτια, καὶ θορυβῶδες ἐμβλέποντες ἕκαστα πράττουσιν ἄχρι τοῦ, καθάπερ ἔφην, καὶ θύραις, καὶ λίθοις, καὶ κλεισὶν ὀργίζεσθαι, καὶ τὰ μὲν καταράσσειν, τὰ δὲ δάκνειν, τὰ δὲ λακτίζειν. ἀλλ' ἴσως φήσουσι ταῦτα τῶν ὄντως μαινομένων εἶναι, τὰ δὲ ὑπό σου γιγνόμενα, σωφρονούντων. ἐγὼ δὲ, ὅτι μὲν ἔλαττον ἁμαρτάνουσι τῶν τοὺς λίθους, καὶ τὰς θύρας, καὶ τὰς κλεῖς δακνόντων τε, καὶ λακτιζόντων, οἱ τοὺς οἰκέτας τοὺς ἑαυτῶν παίοντες χερσὶν, ὁμολογῶ· πέπεισμαι δὲ, καὶ τὸ πρὸς ἄνθρωπον ἅμα τι ποιεῖν, ἢ μικρᾶς μανίας ἔργον ὑπάρχειν, ἢ ζώου τινὸς ἀλόγου τε, καὶ ἀγρίου. οὐ γὰρ μόνος ἄνθρωπος ἐξαίρετον ἔχει, ἆρα παρὰ τἄλλα λογίζεσθαι ταῦτα, ἐὰν ἀποῤῥίψωσι τὸν θυμὸν χαρίζεσθαι ζωὴν, οὐκ ἀνθρώπου βίος. μὴ τοίνυν νόμιζε φρόνιμον ἄνθρωπον ὑπάρχειν ὃς ἂν αὐτὸ τοῦτο μόνον ἐκφύγῃ λακτίζειν, καὶ δάκνειν, καὶ κεντεῖν τοὺς πέλας. ὁ γὰρ τοιοῦτος, οὐκ ἔτι μὲν ἐστὶ θήρειος, οὐ μὴν ἤδη γε φρόνιμος ἄνθρωπος, ἀλλ' ἐν τῷ μεταξὺ τούτων τε καὶ τῶν θηρείων. ἆρ' οὖν ἀσκήσεις μηκέτ' εἶναι θήρειον, τοῦ ἄνθρωπος γενέσθαι καλὸς κἀγαθὸς οὐ πεφροντικώς, ἢ βέλτιον, ὥσπερ οὐκ ἔτι θήρειον, οὕτω μηδ' ἄφρονά σε, μηδ' ἀλόγιστον ἔτι διαμένειν; ἔσῃ δὲ τοιοῦτος, ἐὰν μηδέποτε θυμῷ δουλεύων, ἀλλ' ἀεὶ διαλογιζόμενος, ἅπαντα πράττῃς, ἃ πάντα σοι χωρὶς τοῦ πάθους σκεπτομένῳ φαίνεται κράτιστα. πῶς οὖν ἕξει τοῦτο; τιμήσαντός σου τιμὴν σαυτὸν μεγίστην, ἧς οὐδ' ἐπινοῆσαι δυνατόν ἐστι μείζονα. τὸ γὰρ ἁπάντων ἀνθρώπων ὀργιζομένων, αὐτὸν ἀόργητον εἶναι, τί ἄλλο ἐστὶν, ἢ ἑαυτὸν ἀποδεῖξαι πάντων ἀνθρώπων βελτίονα; σὺ δ' ἴσως νομίζεσθαι, τί ἄλλο ἐστὶν, ἢ ἑαυτὸν ἀποδεῖξαι νομίζεσθαι μὲν εἶναι βελτίω ἐθέλειν, εἶναι δὲ οὕτως βελτίω μὴ βούλεσθαι, καθάπερ εἴ τις ἐπεθύμησε νομίζεσθαι μὲν ὑγιαίνειν τὸ σῶμα, νοσεῖν δὲ κατ' ἀλήθειαν. ἢ οὐχ ἡγῇ νόσημα ψυχῆς εἶναι τὸν θυμόν; ἢ μάτην ὑπὸ τῶν παλαιῶν ὀνομάζεσθαι νομίζεις ψυχῆς πάθη πέντε ταῦτα, λύπην, ὀργὴν, θυμὸν, ἐπιθυμίαν, φόβον; ἀλλ' ἔμοιγε βέλτιον εἶναι δοκεῖ μακρῷ, πρῶτον μὲν ἐπὶ πολὺ ἔχειν αὐτῶν τῶν εἰρημένων παθῶν, ἐξαναστάντα τῆς κοίτης, ἐπισκοπεῖσθαι πρὸς πάντων τῶν κατὰ μέρος ἔργων, ἆρα βέλτιόν ἐστι πάθεσι δουλεύοντα ζῆν, ἢ λογισμῷ χρῆσθαι πρὸς ἅπαντα· δεύτερον δ' ὅτῳ τῷ βουλομένῳ γίγνεσθαι καλὸς κἀγαθὸς, παρακλητέον ἐστὶ τὸν δηλώσοντα τῶν ὑφ' ἑαυτοῦ πραττομένων οὐκ ὀρθῶς ἕκαστον. εἶτ' ἔτι καθ' ἑκάστην ἡμέραν τε καὶ ὥραν, ἔχειν ἐν προχείρῳ τὴν δόξαν ταύτην, ὡς ἄμεινον μὲν ἐστὶν ἑαυτὸν τιμήσαντα καλὸν κἀγαθόν. τοῦτο δ' ἄνευ τοῦ ἔχειν τὸν δηλώσοντα τῶν ἁμαρτανομένων ἕκαστον, ἀδύνατόν ἐστιν ἡμῖν περιγενέσθαι. καὶ μέντοι καὶ τὸν σωτῆρα ἐκεῖνον, καὶ φίλον μέγιστον ἡγεῖσθαι, τὸν μηνύσαντα τῶν πλημμελουμένων ἕκαστα· εἶθ' ὅτι κἂν ψευδῶς σοι φαίνηταί ποτ' ἐγκαλέσας, ἀόργητον προσήκει φαίνεσθαι· πρῶτον μὲν ὅτι δυνατόν ἐστιν ἐκεῖνόν σου βέλτιον, ὁρᾶν ἕκαστον ὧν ἁμαρτάνων τυγχάνεις, ὥστε καί σε τῶν ἐκείνου, κἂν ἐπηρεάσῃ ποτὲ ψευδῶς. ἀλλ' οὖν ἐπήγειρέ σε πρὸς ἀκριβεστέραν ἐπίσκεψιν, ὧν πράττεις· ὃ δ' ἐστὶ μέγιστον ἐν τούτῳ, ἀεὶ φύλαττε προῃρημένος γε, τιμᾶσθαι σεαυτόν· ἔστι δὲ τοῦτο διὰ μνήμης ἔχειν πρόχειρα, τό τε τῶν ὀργιζομένων τῆς ψυχῆς αἶσχος, τό τε τῶν ἀορ-

A furenti, atque ab insania libero, ea quæ facis, facere, nempe quando cum ratione pœnam inueneris. Quod etenim iracundia nihil ab insania differat, ex iis quæ iracundi faciunt, promptum est discere; pulsantes enim & calcitrantes, & vestimenta scindentes, & toruum quiddam intuentes, omnia conficiunt vsque adeo vt, quemadmodum dixi, ostiis, lapidibus & clauibus succenseant, & alia quidem collidant, alia mordeant, alia calcibus petant. Hæc forsan verè insanientium esse dicent, quæ verò à te fiant prudentium. Nos profectò qui propriis manibus seruos pulsant, minùs peccare illis qui lapides, ostia, clauésque mor-
B deant, & pedibus trudant fatemur; verùm aduersus hominem simul atque peccauerit, sæuire, vel paruæ insaniæ opus esse, vel animantis cuiusdam agrestis, & ratione carentis, persuasum habemus. Non enim hæc homo solus habet eximia, sed præ cæteris aliis rationem: si igitur illa, ira deposita vitam condonent, nónne hominis id erit factum. Quamobrem noli hominem iudicare prudentem, qui hoc vnum solum cauerit ne recalcitret, mordeat, & pungat proximos, qui enim talis est, non amplius quidem ferinus est, sapiens tamen nondum est, sed medium inter illos statum obtinet.
C Nunquid igitur studebis desinere te feram esse, si non curas vt in virum & honestum & probum euadas? an satius fuerit vt non ampliùs ferinum, sic neque insipientem, neque rationis expertem permanere? Talis autem euades, si nunquam iracundiæ deseruiens, sed rationi obtemperans, omnia agas, quæ omnia tibi citra affectum consideranti videantur optima. Quomodo tandem hoc continget? nempe quum honore te effeceris, quo ne cogitare quidem possis maiorem. Omnibus namque hominibus irascentibus, te solum ira non moueri, quid aliud est quàm cunctis hominibus meliorem te ostendere? Ac si fortè teipsum existimes, quid
D aliud est quàm ostendere teipsum existimari velle cæteris præstare, reuera tamen præstantiorem esse nolle, quemadmodum si quis corpus suum valere putari desiderauerit, reuera tamen ægrotet. Nunquid enim animi morbum esse censes iracundiam? An frustra à veteribus quinque eius affectus hos putas nominari, dolorem, irã, iracundiam, cupiditatem, & metũ? Sed mihi multò melius esse videtur, primùm quidem dictis perturbationibus diu resistere, & lecto surgentem de omni particulatim opere considerare, satiúsne sit affectibus seruientem viuere, an in omnibus ratione vti: dein
E ei qui ad bonitatem probitatémque aspiret, aduocandum esse, qui singula quæ parum rectè ab eo gerantur, indicet. Postea quotidie adhuc horisque singulis in promptu hanc opinionem habere, nempe melius esse bonum atque probum te ipsum honorare. At hoc assequi nobis non licet, nisi habeamus qui singula quæ per errorem delinquimus, indicet. Quinetiam illum qui delicta singula ostenderit, seruatorem & amicum maximum arbitrari oportet: ad hæc, si quando falsò criminari videtur idem, iram continere debes, primùm, quod fieri possit vt ea melius videat in quibus
F pecces quàm ipse tu, vt tu illius vitia perspicere faciliùs potes, etsi nonnunquam calumniam falsam moliatur. Quin igitur exactiùs acriúsque res tuas inspice, propterea quod in hoc maximum est, obserues, nempe temet honorare instituas, hoc est, memineris promptè & irascentium animæ turpitudinem, & non irascentium pulchritudinem,

dinem. Nam qui errare diu consueuit, difficulter A clauem affectuum potest assumere, *hoc est affectus coercere*, Similiter & dogmata quibus subaudiens bonus simul & probus euadat, longo tempore singula conuenit exercere. Obliuiscimur enim ipsius rei facilè, vt quæ protinus ex anima nostra propter affectuum copiam ei insilientem excidat. Proximum itaque huic est, vt quisquis seruari velit, ne horulâ quidem vnâ ferias ac otium agat. Incitandi sunt omnes vt nos corripiant, modestéque audiendi ipsi; quinetiam gratia non assentatoribus, verùm increpantibus habenda. Pateat domus tuæ ostium familiaribus; quouis B tempore liceat ingredi, si in hunc modum te comparaueris. Quare fidas oportet tanquam ab introeuntibus nulli vitio insigni obnoxius esse maximè comprehendaris. Est autem, sicut omne inuito excindere vitium difficile, ita magna volenti, facillimum. Foribus itaque tuarum ædium apertis, vt dixi, copiam semper familiaribus ad te accedendi exhibeto. Sed quemadmodum alij omnes in publicum progressi, omnia conantur facere vt decet, tu domi tuæ ita facias. Illos autem alios deprehendi errantes nonnihil pudet, semetipsos deprehendi non pudet. Tui verò præsertim quum admonearis peccati, erubescas, imò om- C nium maximè pudeat.

ἤτοι κάλλος. ὃς γὰρ ἁμαρτάνειν ἐθισθῇ χρόνῳ πολλῷ, δυσεκλύτως ἔχει τὴν κλεῖδα τῶν παθῶν, οὕτω καὶ τῶν δογμάτων, οἷς πειθόμενος ἀνὴρ γένοιτο καλὸς κἀγαθὸς, ἐν πολλῷ χρόνῳ προσήκει μελετᾶν ἕκαστον. ἐπιλανθανόμεθα γὰρ αὐτοῦ ῥᾳδίως ἐκπίπτοντος τῆς ψυχῆς ἡμῶν, διὰ τὸ φθάσαι πεπληρῶσθαι τοῖς πάθεσιν αὐτήν. τοιγαροῦν ἀκόλουθόν ἐστιν, ἕκαστον τῶν σωθῆναι βουλομένων, ὡς μηδεμίαν ὥραν ἀπραγμονεῖν. ἐπιτρεπτέον τε πᾶσι κατηγορεῖν ἡμῶν, ἀκουστέον τε πρᾴως αὐτῶν, καὶ χάριν οὐ τοῖς κολακεύουσιν, ἀλλὰ τοῖς ἐπιπλήττουσιν ἔχειν. ἀνεῴχθω σου ἡ θύρα διὰ παντὸς τῆς οἰκήσεως, ἔξεστι τοῖς συνήθεσιν εἰσιέναι πάντα καιρὸν, ἐὰν οὕτως ᾖς παρεσκευασμένος. δεῖ οὖν θαρρεῖν, ὡς ὑπὸ τῶν εἰσιόντων εὑρίσκεσθαι μηδενὶ τῶν μεγάλων ἁμαρτημάτων ἰσχυρῶς κατειλημμένον. ἔστι δ' ὥσπερ τὸ πᾶν τῷ ἄκοντι ἐκκόψαι δύσκολον, οὕτως τὰ μεγάλα τῷ βουληθέντι ῥᾷστον. τῆς θύρας οὖν ἀνεῳγμένης σου διὰ παντὸς, ὡς εἶπον, ἐξουσία τοῖς συνήθεσιν ἔστω κατὰ πάντα καιρὸν εἰσιέναι. ὡς δ' ἄλλοι πάντες ἂν, οἱ προελθόντες εἰς τὸ δημόσιον, ἅπαντα πειρῶνται πράττειν κόσμια, οὕτω σὺ κατὰ τὴν ἰδίαν οἰκίαν πράττῃς. ἀλλ' ἐκεῖνοι μὲν αἰδούμενοι τοὺς ἄλλους ἁμαρτάνοντες φωραθῆναι, μόνους ἑαυτοὺς οὐκ αἰδοῦνται. σὺ δὲ σαυτὸν αἰδοῦ μάλιστα πειθόμενος τῷ φάντι, πάντων δὲ μάλιστ' αἰσχύνεο σαυτόν.

CAPVT VI.

De Concupiscentia & libidine frænanda.

HOc namque faciens, poteris aliquando concupiscibis facultatis vim irrationalem tanquam ferinum aliquid edomare & coërcere. Num graue fuerit, viros equestres indomitos equos pauxillo tempore mansuetos reddere; te verò quum non extraneum aliquod animal susceperis, D sed in anima vim irrationalem, cui ratio semper inhabitat, ipsam non posse mitigare, ac si non celeriter, certe longiori temporis spatio? Diximus copiosiùs in commentariis de moribus, qua ratione quis animam comparet optimam, & quomodo robur eius subuertere non expedit, sicut nec equis ac canibus quibus vtimur; obedientiam verò, sicut & in ipsis exercere. Indicatum insuper tibi est non mediocriter in illis commentariis, quo pacto rursus irascibilis facultatis vtaris auxilio aduersus alteram, quam veteres philosophi concupiscibilem vocauerunt, qua citra rationem in corporis E voluptates impellimur. Quemadmodum igitur turpe spectaculum est ob iracundiam homo præter decorum se gerens: sic ob amorem, gulam, temulentiam, ac ventris inexplebilem cupiditatem, quæ concupiscibilis animæ sunt actiones & affectus, quos non equo, non cani, velut iracundiam; sed apro feroci, & hirco, aut id genus agrestium cuidam quod cicurari non potest assimilauimus. Quapropter huius nulla disciplina talis est, qualis est alterius obtemperatio. Quod autem veteres appellabant punire irrationalem quandam animæ vim, ad hanc spectabat. Porrò fit huius potentiæ punitio, dum desideratis frui ipsi non conceditur. F Valida enim & magna efficitur, dum optata contingit. At vbi coërcetur, exigua & imbecillis, vt non obtemperantiæ sed imbecillitatis causa rationem sequatur. Eodem quoque modo videmus inter ipsos homines, inferiores aut inuitò per vim sequi præstantiores, vti pueros & fa-

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ϛ'.

Περὶ τοῦ ἡμερῶσαι τὴν τοῦ θυμοειδοῦς τε καὶ τοῦ ἐπιθυμητικοῦ δύναμιν.

ΟΥτως γὰρ πράττων, δυνήσῃ ποτὲ τὴν τοῦ θυμοειδοῦς ἐν σοὶ δύναμιν ἄλογον, ὥσπερ τι θηρίον ἡμερῶσαί τε καὶ πραΰναι. ἢ δεινὸν ἂν εἴη, τοὺς μὲν ἱππικοὺς ἄνδρας, ἀγρίους τοὺς ἵππους παραλαβόντας, ἐν ὀλίγῳ χρόνῳ χρηστοὺς ἐργάζεσθαι· σὲ δ' οὐκ ἔξωθέν τι λαβόντα ζῷον, ἀλλ' ἐν τῇ ψυχῇ δύναμιν ἄλογον, ᾗ διὰ παντὸς ὁ λογισμὸς συνοικεῖ, μὴ δυνηθῆναι πραΰναι τὴν αὐτὴν, εἰ καὶ μὴ ταχέως, ἀλλ' ἐν μακροτέρῳ χρόνῳ; λέλεκται δὲ ἐπὶ πλέον ἐν τοῖς περὶ ἠθῶν ὑπομνήμασιν, ὅπως ἀρίστην τις αὐτὴν ἐργάσαιτο, καὶ ὡς τὴν μὲν ἰσχὺν οὐ χρὴ καταλαβεῖν αὐτῆς, ὥσπερ οὐδὲ τῶν ἵππων τε καὶ κυνῶν, οἷς χρώμεθα· τὴν δ' ἐπ' εὐπείθειαν, ὥστε κἀπ' αὐτῶν ἀσκεῖν. ἐπιδέδεικται δέ σοι, καὶ δι' ἐκείνων τῶν ὑπομνημάτων οὐχ ἥκιστα, καὶ ὅπως αὐτῇ πάλιν τῇ τοῦ θυμοειδοῦς δυνάμει συμμάχῳ χρήσῃ κατὰ τῆς ἑτέρας, ἣν ἐπιθυμητικὴν ἐκάλουν οἱ παλαιοὶ φιλόσοφοι, φερομένης ἀλογίστως ἐπὶ τὰς διὰ τοῦ σώματος ἡδονάς. ὥσπερ οὖν αἰσχρὸν θέαμα διὰ θυμὸν ἄνθρωπος ἀσχημονῶν, οὕτω καὶ δι' ἔρωτα, καὶ γαστριμαργίαν, οἰνοφλυγίαν τε, καὶ λιχνείαν, ἃ τῆς ἐπιθυμητικῆς ἐστι δυνάμεως ἔργα τε καὶ πάθη, προσεοικὼς οὐχ ἵππῳ, καὶ κυνὶ, καθάπερ εἴκασα τὴν ἑτέραν, ἀλλ' ὑὶ ἢ κάπρῳ καὶ τράγῳ, καί τινι τῶν ἀγρίων ἡμερωθῆναι μὴ δυναμένων. διὸ ταύτης μὲν οὐδεμία παίδευσις τοιαύτη ἐστὶν, οἵα τῆς ἑτέρας, ἡ εὐπείθεια. ὃ δ' ἐκάλουν οἱ παλαιοὶ κολάζειν, ἀλογίαν τινὰ ἔχει πρὸς τήνδε. γίγνεται δὲ ἡ κόλασις τῆς δυνάμεως ταύτης, ἐν τῷ μὴ παρέχειν αὐτῇ τῶν προθυμουμένων ἀπόλαυσιν. ἰσχυρὰ μὲν γὰρ οὕτω καὶ μεγάλη γίγνεται, ἐν τῷ κολασθῆναι δὲ μικρά τε καὶ ἀσθενὴς, ὡς ἕπεσθαι τῷ λογισμῷ δι' ἀσθένειαν, οὐκ εὐπείθειαν. οὕτως γοῦν καὶ αὐτῶν τῶν ἀνθρώπων, ὁρῶμεν ἑπομένους τοῖς βελτίοσι τοὺς χείρους, ἢ ἄκοντας βιαζομένους, ὥσπερ τὰ παιδία καὶ τοὺς οἰ-

κέτας, ἢ πεισθέντας ἑκόντας, ὥσπερ τοὺς ἀγαθοὺς φύσει. καὶ τῶν μὴ πρὸς ῥημάτων κολασθέντων αὐτὸ δή που τούτοις πάλαι συνήθης ἐστὶν, ὡς ἀκόλαστος ὁ δέ τις ἄνθρωπός ἐστιν, ἐφ' οὗ δηλονότι τὴν ἐπιθυμητικὴν δύναμιν οὐκ ἐκόλασεν ἡ λογιστική. δύο γὰρ ἔχομεν ἐν ταῖς ψυχαῖς δυνάμεις ἀλόγους. μίαν μὲν ἧς θυμοῦσθαί τε παραχρῆμα, καὶ ὀργίζεσθαι τοῖς δόξασι πλημμελεῖν εἰς ἡμᾶς ἔργον ἐστίν. τῆς δ' αὐτῆς ταύτης, καὶ τὸ μηνιᾷν ἄχρι πλείονος, ὃ τοσούτῳ πλεῖόν ἐστι θυμοῦ πάθος, ὅσῳ καὶ χρονιώτερον. ἄλλη δ' ἐστὶν ἐν ἡμῖν δύναμις ἄλογος ἐπὶ τὸ φαινόμενον ἡδὺ προπετῶς φερομένη, πρὶν διασκέψασθαι πότερον ὠφέλιμόν ἐστι, καὶ καλὸν, ἢ βλαβερόν τε, καὶ κακόν. ταύτην οὖν ἐπέχειν χρὴ τὴν σφοδροτάτην, πρὶν αὐξηθεῖσαν, ἰσχὺν δυσνίκητον κτήσασθαι. τηνικαῦτα γὰρ οὐδ' ἂν θελήσῃς ἔτι κατασχεῖν αὐτὴν δυνήσῃ. κἄπειτα φῂς, ὥσπερ ἤκουσά τινος ἐρῶντος, ἐθέλειν μὲν παύσασθαι, μὴ δύνασθαι δὲ, παρακαλέσεις τε μάτην ἡμᾶς ὡσαύτως ἐκείνῳ τῷ δεομένῳ βοηθήσασθαι, καὶ τὸ πάθος ἐκκόψαι. καὶ γὰρ τῶν τοῦ σώματος παθῶν ἔνια διὰ μέγεθός ἐστιν ἀνίατα. σὺ δ' ἴσως οὐδ' ἐπενόησας ποτε τοῦτο. βέλτιον οὖν σοι κἂν νυνὶ ἐννοῆσαί τε καὶ διασκέψασθαι, πότερον ἀληθεύω, λέγων αὐξανομένην τὴν ἐπιθυμητικὴν δύναμιν εἰς ἀνίατον ἔρωτα πολλάκις ἐμβάλλειν, οὐ σωμάτων μόνον ὡραίων, οὐδ' ἀφροδισίων, ἀλλὰ καὶ λιχνείας, καὶ γαστριμαργίας, οἰνοφλυγίας τε, καὶ τῆς παρὰ φύσιν αἰσχρουργίας, ἢ ψεύδομαι, καὶ ταῦτα, καὶ ἄλλα πολλὰ τῶν ἔμπροσθεν εἰρημένων. ἃ γὰρ περὶ τοῦ θυμοῦ λέλεκται μέχρι τοῦ δεῦρο, ταῦτα καὶ περὶ τῶν ἄλλων παθῶν ἡγοῦ λελέχθαι. πρῶτον μὲν, ὡς ἑτέρῳ ἐστὶ τὴν διάγνωσιν αὐτῶν ἐπιτρεπτέον, οὐχ ἡμῖν αὐτοῖς. εἶθ' ὅτι μὴ τοὺς τυχόντας τούτους ἐπιστατεῖν, ἀλλὰ πρεσβύτας, ὡμολογημένους μὲν εἶναι καλοὺς κἀγαθούς. ἐξηγητὰς μὲν οὖν δὲ, καὶ παρ' ἡμῶν αὐτῶν, ἐπὶ πλέον ἐν ἐκείνοις τοῖς καιροῖς ἕνεκα ἔξω παθῶν εἶναι. εἶθ' ὅτι οὐ φαίνεσθαι χρὴ τοῖς τοιούτοις, ὅταν εἴπωσί τι τῶν ἡμετέρων ἁμαρτημάτων ἀγανακτοῦντας, ἀλλὰ χάριν εἰδότας, εἶτα καθ' ἑκάστην ἡμέραν σαυτὸν ἀναμιμνήσκειν, ἄμεινον μὲν εἰ πολλάκις, εἰ δὲ μὴ, ἀλλὰ πάντως γε κατὰ τὴν ἕω, πρὶν ἄρχεσθαι τῶν πράξεων, εἰς ἑσπέραν δὲ πρὶν ἀναπαύσεσθαι μέλλειν. ἐγὼ δή ποτε, καὶ ταύτας δὴ τὰς φερομένας, ὡς Πυθαγόρου παραινέσεις εἴθισα δὶς τῆς ἡμέρας ἀναγινώσκειν μὲν τὰ πρῶτα, λέγειν δ' ἀπὸ στόματος ὕστερον. οὐ γὰρ ἀρκεῖ μόνον ἀοργησίαν ἄγειν, ἀλλὰ καὶ λιχνείας, καὶ λαγνείας, οἰνοφλυγίας τε, καὶ περιεργίας, καὶ φθόνου καθαρεύειν. ἕτερος οὖν ἡμᾶς ἐπεπείρατο, μή τι που, καθάπερ οἱ κύνες, ἀπλήστως ὤφθημεν ἐμφορούμενοι σιτίων, ἢ ὡς οἱ διακαιόμενοι πυρετῷ συνεχεῖ, ψυχρὸν ἐπισπασώμεθα τὸ πόμα λαβρότερον, ἢ ὡς ἄνδρας σεμνοὺς πρέπει. οὔτε γὰρ διὰ πεῖναν ἐμφορεῖσθαι προσήκει σφοδρῶς, καὶ ἀπλήστως, οὔτε διὰ δίψος ὅλην τὴν κύλικα ἐκπίνειν. ἔτι δὲ μᾶλλον, οὔτε διὰ λιχνείαν ἁπάντων τῶν παρόντων πλέον, ἤτοι πλακοῦντος, ἤ τινος ἄλλου τῶν λίχνων ὄψων ἀπολαύειν, ἀλλ' ἐν ἅπασιν αὐτοῖς ἀλκομένοις μὴ ἔτι παρακλητέον ἐστὶν ἑτέρους, ὅ, τι ἁμαρτάνομεν ἐπιτηρεῖν τε καὶ λέγειν ἡμῖν. ὕστερον δὲ καὶ χωρὶς παιδαγωγῶν ἡμᾶς αὐτοὺς ἐπιτηροῦμεν αὐτοὶ καὶ παραφυλάττωμεν, ὅπως ἁπάντων τε τῶν συνδειπνούντων ἔλαττον ὄψου προσενεγκώμεθα, καὶ τῶν λίχνων ἐδεσμάτων ἀπεχώμεθα, σύμμετρα τῶν ὑγιεινῶν προσφερόμενοι. τοῦ χρόνου δὲ προϊόντος, οὐκ ἔτι οὐδὲ πρὸς τοὺς συνδειπνοῦντας ἀποβλέπειν ἀξιώσαιμ' ἄν σε. μέγα γὰρ οὐδὲν ἐκείνων ἐσθίειν τε καὶ πίνειν ἐγκρατέστερον. εἰ δὲ περ οὕτως

A mulos, aut sua sponte, vt natura bonos. Atque hoc illis, qui verbis scilicet non castigati fuere, olim familiare. Nam ille proteruus est & intemperans, in quo videlicet vim appetitoriam rationalis non repressit. Duas enim habemus in anima facultates rationis expertes, vnam, cuius opus est excandescere, & irasci his qui in nos delinquere videntur. Huius ipsius est & infensum esse diutiùs; qui tanto maior est iracundia affectus, quanto etiam diuturnior. Alia verò in nobis est facultas rationis expers, qua ad id quod suaue est, ferimur priusquam perspexerimus commodúmne sit & honestum, an nocuum & turpe. Hanc vehemen-
B tem adeò priùs cohibere conuenit, quàm aucta robur insuperabile acquirat. Tunc enim etiamsi coercere velis, non amplius possis. Dein inquies, sicut amantem quendam audiui, velle quidem cessare, sed non posse; adhortaberisque nos frustra, perinde vt ille petebat opem sibi ferri, & affectum extirpari siquidem corporis affectuum quidam præ magnitudine sunt immedicabiles. Id autem forsan ne cogitasti quidem vnquam. Proinde nunc tibi præstiterit considerare & perpendere, verène dicam concupiscendi facultatem auctam, in amorem plerumque nullo sanabilem remedio
C nos præcipites agere, non corporum formosorum, florentium, neque venereorum, sed ingluuiei quoque, gulæ, ebrietatis, & indecoræ præter naturam turpitudinis; an mentiar hæc, & alia pleráque quæ à me prius dicta sunt. Quæ enim de iracundia retuli hactenus, eadem de affectibus aliis intelligito. Primùm quidem alteri, non nobisipsis eorum dignotionem committendam esse. Deinde non quoscunque, sed senes, qui boni pariter & probi æstimati, tum longo ante nos tempore nullis animi perturbationibus obnoxij fuerunt, nobis præficiendos. Ad hæc curandum, ne
D talibus, quoties vitium aliquod nostrum ostendant, succensere videamur, sed magis habere gratiam; postea quotidie tuiipsius meminisse, satius esset si frequenter; sin minùs, certè ad solis saltem exortum, priusquam operi te accingas; vesperi antequam te quieti remittas. Ego vtique aliquando & hæc quæ tanquam Pythagoræ monita circumferuntur, bis ac ter primum consueui legere, mox voce pronunciare. Non enim satis est solum iræ resistere, nisi voracitatem, gulam, temulentiam, curiositatem & inuidentiam tollas simul è medio. Alter igitur de nobis periculum faciebat si ne-
E que canum in morem cibos immodicè ingessisse deprehenderemur, vel vt qui continua febre peruruntur, frigidam potionem auidius arriperemus, an vt viros graues decet. Neque enim decorum est ob famem cupiditate quadam inexplebili cibum assumere, nec sitis gratia totum omninò exhaurire calicem. Adde multò minus decere ob gulam omnibus præsentibus vel placentam, vel aliud delicati quid obsonij intemperantiùs deuorare. Quapropter hîc quoque alij, qui in iis omnibus sibi temperare norunt, admonendi nobis sunt, vt in quibus peccemus, obseruent dicántque. Subsequenti verò tempore sine pæda-
F gogis ipsi nos obseruemus, quomodo inter conuiuas vniuersos minorem obsonij partem accipiamus, & à ferculis opiparis abstineamus, salubribus modicè sumptis contenti. At temporis processu nequaquam ampliùs conuiuas respicere te velim. Nam magni laboris haud fuerit tunc bibere & esse modestius. Si enim ita teipsum

honorare

honorare didiceris; considera aliquando, magis temperanter heri vel hodie vixisse. Hoc facto senties quotidie te minori negotio ab his, quæ dixi, abstinere, animúmque tuum magis ac magis exhilarari, si verus temperantiæ amator sis. Ita enim qui amat, gaudet in eo quod amat, si profecerit. Hinc est, quod ebriosos lætari videamus, quando potu superant combibones, qui voraces sunt; & hos ciborum copia oblectari; qui gulosi, placentis, sartaginibus, patinis & condimentis aromaticis. Noui etiam quosdam qui frequenti & immoderata venere se ostentarent. Quemadmodum igitur eorum summa exercent & persequuntur, quorum desiderio tenentur, ita nos summo temperantiæ studio deditos esse oportet. Eo namque pacto intemperantibus nos haud assimilabimur, quamquam continentiæ & temperantiæ plus habere quàm illi satis non sit, nisi eiusdem rei æmulos etiam superare contendamus. Hæc etenim pulcherrima est contentio. At post illos, rursus nosmetipsos vincamus, vt ex diuturna consuetudine saluberrimis istis iuxtà ac susceptu facillimis suauiter assuescamus, memores eorum quæ à veteribus dicta sunt, ex quorum numero refertur & illud. *Delige vitæ genus optimum, id iucundum efficiet consuetudo.* Qua igitur ratione quum iracundiæ resistere te volebam, hoc inde commodi signum affulgebat, quòd irascentem teipsum ampliùs non viderem: sic temperantiæ indicium existima, quod suauia non amplius concupiscas. At via ad eam per continentiam tendit: quin hoc modo temperans excellit continentem, quòd nec opiparos cibos, vel ob diuturnam consuetudinem, vel ob continentiam appetit, quemadmodum & Græcum nomen ipsius indicat compositum ex continere, & vincere cupiditates. Cæterùm initio, laboris plena, & aspera est, sicut alia honestarum rerum studia. Quare si vel virtutem malitiæ loco, vel animi tranquillitatem pro corporis titillationibus malis recipere, præposita ratione exercitandus es, ad temperantiam eundo per continentiam. Sin autem vel negligere virtutem, vel totius corporis voluptatibus indulgere statuas, ratio deserenda est; quæ ad virtutem non adhortatur quidem, sed iis qui adhortationem receperunt, viæ dux existit, qua quis eam comparare queat. Iam verò quum oratio nobis partita sit in hæc videlicet, quomodo quisque seipsum cognoscat, & errores cognitos emendet, de hoc posteriore dicere nequaquam proposuimus, sed quomodo proprios errores agnoscat. Quoniam verò obnoxij vitiis ac erroribus eos nequeunt dignoscere, alios à nobis accipient inspectores ipsos exercentes; vtpote qui iam probè nouerint, quibus erroribus & affectibus liberati sint, quidve ad perfectionem desideretur. Quod subinde consueui dicere, nunc quoque dicam, altero modo difficillimum esse seipsum cognoscere, altero facillimum. Si enim quis intus velit se nosse, plurimùm sudet necesse est: sin autem foris, laboris propemodum nihil sentiet.

A σαυτὸν ἔγνωκας τιμᾶν, ἐπισκέπτου μᾶλλόν ποτε ἐγκρατῶς διῃτήθης χθὲς ἢ τήμερον. ἐὰν γὰρ τοῦτο ποιῇς, αἰσθήσῃ καθ' ἑκάστην ἡμέραν εὐκολώτερον, ὧν εἶπον ἀπεχόμενος, αἰσθήσῃ τε μεγάλα εὐφρανθησόμενος τὴν ψυχήν, ἐάν τε σωφροσύνης ὄντως ἐραστὴς ὑπάρχῃς. οὕτω γὰρ ἄν τις ἐρασθείς, χαίρει προκόπτων ἐν αὐτῷ. καὶ διὰ τοῦτο τοὺς μὲν οἰνοφλυγίαις ἔστιν ἰδεῖν ἡδομένους, ὅταν πίνοντες ὑπερβάλλωνται τοὺς συμπότας. ὅσοι δὲ γαστρίμαργοι, καὶ τούτους τῷ πλήθει τῶν ἐδεσμάτων εὐφραινομένους, ὅσοι δὲ λίχνοι, πλακοῦσι, καὶ ταγηνοῖς, καὶ λοπάσι, καὶ καρυκείαις. ἐνίους δὲ μέγα φρονοῦντας ἔγνων, ἐπὶ τῷ πλήθει τῶν ἀφροδισίων. ὡς οὖν ἐκεῖνοι τὴν ἀκρότητα τῶν σπουδαζομένων B ἀσκοῦσί τε καὶ μεταδιώκουσιν, οὕτως καὶ ἡμᾶς χρὴ σωφροσύνης ἀκρότητα σπουδάζειν. εἰ δὲ τοῦτο πράξομεν, οὐ τοῖς ἀκολάστοις ἡμῖν παραβαλῶμεν, οὐδ' ἀρκέσει πλέον ἐκείνων ἔχειν ἐγκρατείας τε καὶ σωφροσύνης, ἀλλὰ πρῶτον μὲν τοὺς σπουδάζοντας τὰ αὐτὰ φιλονεικήσομεν ὑπερβάλλεσθαι. καλλίστη γὰρ ἡ τοιαύτη φιλονεικία. μετ' ἐκείνους δὲ αὖθις ἡμᾶς αὐτούς, ὡς ἐξ ἔθους πολυχρονίου τούτοις ὑγιεινοτάτοις τε ἅμα, καὶ προσθεῖναι ῥᾴστοις, ἡδέως ἅμα προσφέρεσθαι, μεμνημένους τῶν καλῶς εἰρημένων. ὧν καὶ τοῦτ' ἐστίν, ἐκλέγου βίον ἄριστον, ἡδὺν δὲ αὐτὸν ἡ συνήθεια ποιήσει. ὥσπερ οὖν ὁπότε πρὸς τὸν θυμὸν ἀντέχειν C ἠξίουν σε, γνώρισμα τῆς ὠφελείας εἶχες ὁρᾶν σαυτὸν οὐκ ἔτι θυμούμενον, ὡσαύτως ἐπὶ τῆς σωφροσύνης ἔστω σοι γνώρισμα, μηδὲ ἐπιθυμεῖν ἔτι τῶν ἡδίστων. ὁδὸς δ' ἐπ' αὐτὴν ἐστι, διὰ τῆς ἐγκρατείας. οὕτω γὰρ αὐτὸς πλεονεκτεῖ σώφρων ἐγκρατοῦς, τὸ μηδὲ ἐπιθυμεῖν λίχνων ἐδεσμάτων, ἢ διὰ τὸ πολυχρόνιον ἔθος, ἢ δι' ἐγκράτειαν, καθάπερ καὶ αὐτὸ τοὔνομα αὐτῆς ἐνδείκνυται γεγονός, ὅπερ ἐστὶν ἐκ τοῦ κρατεῖν, καὶ νικᾶν τὰς ἐπιθυμίας. ἐπίπονος δέ ἐστι καὶ τραχεῖα τό τε κατ' ἀρχάς, ὥσπερ αἱ ἄλλαι τῶν καλῶν ἐπιτηδευμάτων ἀσκήσεις. εἰ μὲν D οὖν, εἴτε τὴν ἀρετὴν ἀντὶ τῆς κακίας ἔχειν ἐθέλεις, εἴτε τὴν γαλήνην τῆς ψυχῆς, ἀντὶ τῶν τοῦ σώματος γαργαλισμῶν, ἀσκητέον ἐστί σοι τὸν εἰρημένον τρόπον, ἐπὶ σωφροσύνην βαδίζοντα δι' ἐγκρατείας. εἰ δὲ ἤτοι τὴν ἀρετὴν ἀτιμάζεσθαι, ἢ γαργαλίζεσθαι βούλει δι' ὅλου τοῦ σώματος, καταλειπτέον ἐστὶ τὸν λόγον. οὐ γάρ ἐστι προτρεπτικὸς ἐπ' ἀρετήν, ἀλλὰ τοῖς προτετραμμένοις ὑφηγητικὸς τῆς ὁδοῦ, καθ' ἣν ἄν τις αὐτὴν κτήσαιτο. διαιρουμένου δὲ τοῦ λόγου, πρός τε τὸ διαγνωστικὸν ἕκαστον ἡμῶν ὑπάρχειν ἑαυτοῦ, καὶ πρὸς τὴν ἐπὶ τῶν διαγνωσθέντων τῶν ἁμαρτημάτων ἐπανόρθωσιν, οὐ περὶ ταύτης πρόκειται E λέγειν, ἀλλὰ περὶ τῆς διαγνώσεως τῶν ἰδίων ἁμαρτημάτων. ἐπεὶ δὲ τοῖς μὲν ἐρχομένοις αὐτὴν οὐ διαγνῶναι δυνατόν, ἑτέρους μὲν τοῖς ἐρχομένοις ἐπιστήσομεν, ἐπόπτας αὐτοὺς δὲ τοὺς ἀσκοῦντας, ὡς ἂν ἤδη δυναμένους γνῶναι, ποίων μὲν ἀπηλλάγησαν ἁμαρτημάτων, καὶ παθῶν, ὅσον δ' αὐτοῖς ἐνδεῖ πρὸς τὸ τέλος. ὅπερ δὲ εἴωθα λέγειν ἑκάστοτε, καὶ νῦν ἐρῶ, καθ' ἕτερον μὲν τρόπον ἁπάντων ἐστὶ δυσκολώτατον ἑαυτὸν γνῶναι, καθ' ἕτερον δὲ ῥᾷστον. ἐὰν μὲν γὰρ ἐντὸς θέλῃ τις αὐτὸς χαλεπώτατόν ἐστιν.

CAPVT VII.

De morum in pueris differentia, ac de bona ipsorum educatione.

NOs ergo hæc omnia quæ dicta & dicenda sunt, volentibus apponimus. Est forsan alia

F

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ζ'.

Περὶ διαφορᾶς τῶν ἐν παιδίοις ἠθῶν, καὶ περὶ τῆς ἀρίστης παιδείας αὐτῶν.

ΕΓὼ μὲν οὖν ἅπαντα ταῦτα εἰρημένα, καὶ τὰ μέλλοντα λεχθήσεσθαι τοῖς βουληθεῖσιν ἐκτίθημι. τάχα μὲν

οὔσης καὶ ἄλλης τινὸς ὁδοῦ, πρὸς τὸ καλὸν κἀγαθὸν γενέσθαι. μὴ γινώσκων δὲ εὑρεῖν αὐτήν, ἐχρησάμην τε δι' ὅλου τοῦ βίου ταύτῃ, καὶ τοῖς ἄλλοις ἀφθόνως δηλῶν, παρεκάλουν ἀντιδιδόναι τε, καὶ ἀποδοῦναί τι, καὶ ἀντιδιδάσκειν, εἴ τινα ἑτέραν ἄλλην αὐτοὶ γινώσκουσι καλοκαγαθίας ὁδόν· ἄχρι περ ἂν ἐπιθυμῶμεν ἄλλης, ἐν τῇδε διατρίβωμεν, ἡ κοινὴ πάντων διαγνώσεώς τε καὶ θεραπείας. καὶ γὰρ ἡ φιλονεικία, καὶ φιλοδοξία, καὶ ἡ φιλαρχία, πάθη τῆς ψυχῆς εἰσιν. τούτων ἐλάττων μὲν, ἀλλ' ὅμως καὶ αὐτὴ πάθος. περὶ δὲ τοῦ φθόνου τί δεῖ καὶ λέγειν; αἴσχιστον τῶν κακῶν ἐστιν. ὀνομάζω δὲ φθόνον, ὅταν τις ἐπ' ἀλλοτρίοις ἀγαθοῖς λυπῆται. πάθος μὲν ἐστὶ καὶ λύπη πᾶσα, χειρίστη δὲ ὁ φθόνος ἐστὶν, εἴτε ἓν τῶν παθῶν, εἴτε λύπης ἐστὶν εἶδος πλησιάζον αὐτῇ. κοινὴ δὲ ἐφ' ἁπάντων ὁδὸς τῆς ἰάσεως, ἡ προειρημένη. χρὴ γὰρ ὅτι μὲν αἰσχρὰ καὶ φευκτὰ καταμαθεῖν, ἐπὶ τῶν ἐνεχομένων αὐτοῖς σφοδρῶς· ἐναργὲς γὰρ ἐπ' ἐκείνων φαίνεται τὸ αἶσχος. ὅτι δὲ οὐ βλέπομεν ἐφ' ἡμῶν αὐτῶν μηδὲν εἶναι νομίζειν προσήκει τυφλότητα, εἴτε περὶ τὸ φιλοῦν, εἴτε περὶ τὸ φιλούμενον. ἔνιά τε λανθάνειν διὰ σμικρότητα, καὶ προεῖπα, μὴ δυνάμενα προφθῆναι διὰ τὸ μέγεθος ἐν ἄλλοις. πρεσβύτην οὖν τινα βλέπειν αὐτὰ δυνάμενον εὑρίσκειν προσήκει, παρακαλοῦντας ἅπαντα μετὰ παρρησίας δηλοῦν. εἶτ' εἰπόντος τι, πρῶτον αὐτῷ χάριν μὲν γνῶναι παραυτίκα· χωρισθέντας δὲ διασκέπτεσθαι κατὰ μόνας ἑαυτοὺς ἐπιτιμῶντας, ἐκκόπτειν τε πειρωμένους τὸ πάθος, οὐκ ἄχρι τοῦ μὴ φαίνεσθαι τοῖς ἄλλοις μόνοις, ἀλλ' ὥστε μήτε ῥίζαν ἐγκαταλείπειν αὐτοῦ τῇ ψυχῇ· ἔτι γὰρ ἀναφύεταί τι τῶν σωζόντων, ἀρδόμενον πονηρίᾳ. διὰ τοῦτο προσεκτέον ἡμῖν αὐτοῖς ἐστιν ἐφ' ἑκάστῳ τῶν παθῶν, ὅσα περὶ τοὺς πέλας ἐπισκοπούμεθα, εἴ τι κατὰ τὴν ἡμετέραν ἐστὶ ψυχὴν τοιοῦτον. ἐκκοπτέον γὰρ αὐτὸ φυόμενον ἔτι, πρὶν αὐξηθὲν ἀνίατον γενέσθαι. τῶν μὲν ἄλλων ἁπάντων παθῶν τῆς ψυχῆς οἱ πολλοὶ καταφρονοῦσι, καίτοι γε, ὅταν ἑτέρους αὐτὰ πάσχοντας ἴδωσι, καταγινώσκοντες. ἡ λύπη δὲ ἅπασι φαίνεται κακὸν, ὥσπερ ὁ πόνος ἐν τῷ σώματι. καίτοι τῶν συνηθεστάτων ἐμοὶ νεανίσκων, ἐπὶ μικροῖς ἀρνούμενος ἀνιᾶν, ὕστερόν ποτε καταμηνύσας τοῦτο, παραγενόμενός τε πρός με βαθέως ὄρθρου, ὅλης ἔφη τῆς νυκτὸς ἀγρυπνοῦντα ἐπὶ τῷδε τῷ πράγματι, μεταξύ πως εἰς ἀνάμνησιν ἀφικέσθαι, τοῦ μηδ' ἐπὶ μεγίστοις οὕτως ἀνιώμενον, ὡς ἐπὶ τοῖς σμικροῖς ἐμαυτὸν ἠξίουν μαθεῖν, ὅπως αὐτῷ τοῦτο περιεγένετο, πότερον ἐξ ἀσκήσεών τινων, ἢ δογμάτων, ἢ φύσει τοιοῦτον. ἀπεκρινάμην οὖν αὐτῷ τἀληθῆ. καὶ γὰρ καὶ τὴν φύσιν ἐν ἅπασιν ἔφην δύνασθαι μέγα, ἐν τῇ τῶν παίδων ἡλικίᾳ εἰς ζωῆς τελείωσιν, εἶθ' ὕστερον τά τε δόγματα, καὶ τὴν ἄσκησιν. ὅτι μὲν οὖν αἱ φύσεις ἡμῶν πάμπολυ διαφέρουσιν, μαθεῖν ἐναργῶς ἐστιν ἐπὶ τῶν παραφερομένων παιδίων. ἔνια μὲν γὰρ αὐτῶν, ἀεὶ φαιδρὰ, σκυθρωπὰ δὲ ἄλλα θεώμεθα. καὶ τὰ μὲν ἕτοιμα γελᾶν ἐπὶ πᾶσι, τὰ δὲ κλαίειν ἐπὶ μικραῖς προφάσεσιν. οὕτω δὲ καὶ τὰ μὲν ἔχει κοινὴ, τὰ δὲ ἁρπάζει· καὶ τὰ μὲν θυμοῦται σφοδρῶς ἐπὶ τῶν σμικροτάτων, ὡς δάκνειν τε καὶ λακτίζειν, καὶ λίθοις, καὶ ξύλα ἀμύνασθαι τοὺς πέλας, ὅταν ἀδικεῖσθαι δόξῃ. τὰ δὲ ἐστιν ἀνεξίκακα καὶ πρᾶα, μήτ' ὀργιζόμενα, μήτε κλαίοντα πρὶν ἀδικηθῆναί τι μέγα. ταῦτα καὶ ὁ Εὔπολις ἐρωτώμενον Ἀριστείδην τὸν δίκαιον ὑπὸ τοῦ Νικίου, ὡς ἐγένου δίκαιος, οὕτως εὐπρεπῶς ἀποκρινάμενον ἐποίησεν· ἡ μὲν φύσις τὸ μέγιστον, ἔπειτα δὲ κἀγὼ τὴν φύσιν προθύμως συνελάμβανον. οὐ μόνον οὖν ἑτοίμη τῶν νέων φύσις πρὸς τὸ

A quædam via, qua bonus quis probúsque euadat. At quum vllam inuentam esse ignorem, non solum hac per totam vitam vsus sum, verùm etiam aliis abundè indicaui, adhortatus vt rependerent redderéntque aliquid, viciſſim docentes, ſi quam aliam probitatis viam cognoſcãt. Itaque dum alteram deſideramus, hanc ingrediamur quæ omnium affectuum iudicio & curationi communis eſt. Iam verò contentionis ſtudium, gloriæ ac imperij cupiditas, animæ ſunt affectus. Hęc illis minor quidem, ſed tamen ipſa quoque affectus. De inuidia autem quid attinet dicere? omnium malorum eſt peſſimũ. Appello autem inuidiam, quum quis alterius commodo dolet. B Dolor omnis affectus eſt, ſed multò peſſimus inuidia, ſiue affectuum vnus, ſiue doloris ſpecies ei aſſimilis nominetur. At communis omniũ prædicta curationis ratio. Quòd enim & turpia & fugienda ſint, perſpicere oportet in iis hominibus qui vehemẽter ab illis detinentur; in illis enim turpido perſpicua apparet. Quòd quidem in nobis *tu* videmus nihil, cæcitatem putare oportet vel circa amans, vel circa amatum. Accedit huc, quòd nonnulla præ exiguitate nimia nos latent, nec ſenſibus noſtris ſe offerũt, quæ in aliis propter magnitudinẽ non poſſunt non conſpici. Conuenit igitur ſenem C quẽpiam inuenire qui illa inſpicere poſſit, rogaréque vt omnia cum libertate commonſtret. Deinde ſi quid dicat, primùm gratiam agemus; ac ſtatim digreſſi, ratione paulitper inita, noſmetipſos corripiemus; & affectum, non quouſque aliis ſolis non appareat, ſed ne radix eius in animo relinquatur, conabimur euellere; nam ex iis quæ relinquuntur rurſus aliquid pullulat dum à prauitate irrigatur. Eóque animum nos ipſos adhibere conuenit in ſingulis affectibus, quos circa eos quibuſcum conuerſamur, conſpicimus, num quid tale in anima noſtra deprehendi queat. Extirpandum enim eſt dum naſcitur adhuc, priuſquam accepto D incremento fiat immedicabile. Plerique enim cæteros omnes affectus animi nihili ducunt, etſi, quum alios eis obnoxios videant, damnent. Dolor omnibus apparet malum, vti labor in corpore. Quidam tamen ex familiariſſimis mihi adoleſcentulis qui ſe ob minutula dolorem aliquando ſenſiſſe negaſſet, poſtea verò quum aliquando id expertus fuiſſet, ad me acceſſit ſummo mane dixitq; ſe totam noctem inſomnem duxiſſe huius rei gratia, interea ſibi in mentem veniſſe, ſe ne in maximis quidem rebus vnquam æquè doluiſſe ac in paruis doleret. Voluiſſe igitur diſcere, vndénam E hoc ſibi acciderit, ex ſtudióne aliquo aut diſciplinis, an natura talis ſit. Reſpondebam itaque illi verum. Etenim naturã dixi, in puerorum ætate multũ ad vitæ perfectionem momẽti afferre, deinde diſciplinas, & exercitia. Quòd noſtræ verò naturę plurimum inter ſe differant, in pueris occurrentibus manifeſtò licet cognoſcere. Quoſdã etenim eorum alacres, quoſdã triſtes inſpicimus, alios ob quæuis ridere paratos alios plorare, quãuis parua occaſione. Simili modo hi cõmunia habent omnia, illi rapiunt, nõnulli propter minima excandeſcũt adeò, vt lapides & ligna quibus proximos vlciſcantur, F quòd iniuria ſe putent affici, mordeant & calcibus inſultẽt. Rurſus aliqui mali patientes, mites, nõ iracundi, nec plorantes, niſi offenſi grauiter. Similiter etiam Eupolis iuſtum illum Ariſtidẽ quum rogaretur à Nicia, an natus eſſet iuſtus, ſic decẽter reſpõdentem introduxit. Natura quidem maximum, verùm ego illam dein acriter adiuui. Quamobrẽ na-

turæ iuuenum non ad dolorem modò, sed ad iracundiam gulámque facilè procliues sunt, de quibus ad hunc vsque locum plurima verba fecimus. Insuper præter illos, quos supra retulimus, aliquos videas impudentes, aliquos verecundos; hos memores, illos immemores; alios obliuiosos, nonnullos disciplinarum studiosos, quosdam negligentes & desidiosos. Ex studiosis sunt, qui citò gaudeant siquando laudentur; sunt qui à præceptoribus reprehensi erubescant; sunt qui flagra timeant. Sic & desidiosorum ob contraria videas vnumquemque torpescere, & otioso esse animo. Ex iis igitur quæ omnes homines vident circa pueros, hos vocant verecundos, illos impudentes. Eadem verò ratione vel honoris ac probitatis amantes, vel probitatis ac honoris negligentes; partim etiam timidos, & pœnarum contemptores, atque id genus alias appellationes pro natura cuiusque illis imponunt. Sic etiam puerorum alios naturâ mendaces, alios veritatis amatores intuemur, multásque alias morum differentias habentes de quibus nunc non est necessarium iure dicere. Quidam enim ipsorum bonam facillimè recipiunt institutionem; aliqui nihil ex ea proficiunt, aut commodi sentiunt; non tamen ea de causa negligendi sunt pueri, sed optimis quibusque moribus educandi. Quòd si igitur natura ipsorum ex diligenti cura disciplináque vtilitatem capiat, in bonos euadent viros; sin minus, nos nostro functi officio, culpa carebimus. Assimilis enim est quodammodo puerorum institutio, stirpium culturæ. In illa namque agricola nunquam potest efficere vt rubus proferat vuam, siquidem natura eius talem principij perfectionem minimè recipit. Iterum si vites quod ad ipsas attinet, abundè satis fœcundas negligens, soli naturæ curam committat, prauum fructum aut nullum producent; pari modo si ex animalibus equum erudias, ad multa accommodum habebis, Vrsum autem quamuis aliquando mansuetum docendo feceris, non tamen firmum habitum retinebit. Vipera verò & scorpius, tantum de se nunquam immutant, vt nec ad mansuetudinem accedere solùm videantur. Ego Hercle qua præditus sim natura, nullo queam pacto cognoscere. Nam semetipsum ostendere, viris etiam absolutis, nedum pueris est difficile.

CAPVT VIII.

De Galeni educatione, & documentis paternis.

AT raram quandam fœlicitatem consequutus sum, cui pater contigerit mitissimus, iustissimus, probissimus, & humanissimus; mater licèt iracunda adeo fuerit vt ancillas obiurgaret interim, semper vociferaretur; cum patre magis, quàm Xãtippe cum Socrate pugnaret. Quum itaque honesta patris opera cum turpibus matris affectibus inuicem conferrem, cogitaui illa arripere & amare, hos fugere & odisse. Quemadmodum igitur in his ingens parentum discrimen, sic in illo maximè deprehendebam; nempe quòd pater meus ob nullum quamuis graue incommodum doleret, mater etiam angeretur ob leuissima. Nouisti tu quoque forsan pueros, quibus incumbant hæc imitari; quæ verò illubentes viderent, illa fugere. Patris itaque disciplina fuit huiusmodi. Postquam annum impleuissem decimumquartum, audiebam philosophos ciuiles, sæpissimè Stoicum Philo-

A λυπεῖσθαι ῥᾳδίως, ἀλλὰ καὶ πρὸς τὸ θυμοῦσθαι, καὶ λιχνεύειν, ὧν περὶ αὐτῶν ἄχρι δεῦρο τὸν πλεῖστον λόγον ἐποιησάμην. ἔτι δὲ πρὸς τοῖς εἰρημένοις ἐστὶν ἰδεῖν, ἔνια μὲν ἀναίσχυντα τῶν παιδίων, ἔνια δὲ καὶ αἰδούμενα, καὶ τὰ μὲν μνημονικά, τὰ δὲ ἀμνήμονα· τινὰ δὲ ἐπιλήσμονα, καὶ τὰ μὲν φιλόπονα περὶ τὰ διδασκόμενα, τὰ δ' ἀμελῆ καὶ ῥᾴθυμα. καὶ τῶν φιλοπόνων, ἔνια μὲν ἐπὶ τῷ χαίρειν ἐπαινούμενα προθύμως· ἔνια δὲ ἐπὶ τῷ καταγινώσκεσθαι πρὸς τῶν διδασκάλων αἰδούμενα· τινὰ δὲ καὶ δεδιέναι τὰς πληγάς. οὕτω δὲ καὶ τῶν ῥαθύμων ἐπὶ ταῖς ἐναντίαις ἕκαστόν ἐστι ῥαθυμεῖν. ἐξ ὧν οὖν ὁρῶνται περὶ τὰ παιδία πάντες ἄνθρωποι, τὰ μὲν αἰσχυντηλὰ καλοῦσιν αὐτῶν, τὰ δὲ ἀναίσχυντα. B κατὰ δὲ τὸν αὐτὸν λόγον, ἤτοι φιλότιμα καὶ φιλόκαλα, ἢ ἀφιλόκαλα καὶ ἀφιλότιμα· καὶ μὴν δειλά, καὶ καταφρονητικὰ τῶν πληγῶν, ἑτέρας τε τοιαύτας ἐπ' αὐτῶν τίθενται προσηγορίας, κατὰ τὰς φύσεις αὐτάς· οὕτω δὲ καὶ τὰ μὲν φιλοψευδῆ, τὰ δὲ φιλαληθῆ τῶν παιδίων ὁρῶμεν φύσει ὄντα, καὶ πολλὰς ἄλλας ἔχοντα διαφορὰς ἠθῶν, περὶ ὧν οὐκ ἀναγκαῖόν ἐστι νῦν λέγειν εἰκότως, ἔνια μὲν γὰρ αὐτῶν ῥᾷστα δέχεται τὴν ἀγαθὴν παιδείαν, ἔνια δὲ οὐδὲν ὀνίναται. οὐ μὴν τούτου γε ἕνεκεν ἀμελητέον ἐστὶ τῶν παιδίων, ἀλλ' ἐν ἀρίστοις C ἤθεσι θρεπτέον. εἰ μὲν οὖν ἡ φύσις αὐτῶν δέχηται τὴν ἐκ τῆς ἐπιμελείας ὠφέλειαν, ἀγαθοὶ γενήσονται ἄνδρες· εἰ δὲ μὴ δέξαιντό που, τὸ μὲν ἡμέτερον ἄμεμπτον εἴη. παραπλησία γάρ πώς ἐστιν ἡ τῶν παίδων διαγωγή, τῇ τῶν φυτῶν ἐπιμελείᾳ. κατ' ἐκείνην γοῦν ὁ γεωργὸς οὐκ ἄν ποτε δυνήσαιτο ποιῆσαι τὸν βάτον ἐκφέρειν βότρυν, οὐ γὰρ ἐπιδέχεται ἡ φύσις αὐτοῦ τῆς ἀρχῆς τοιαύτην τελείωσιν. ἀμπέλους δ' αὖ πάλιν ἑτοίμας οὔσας, ὅσον ἐφ' ἑαυτῶν τὸν καρπὸν ἐκφέρειν ἐὰν ἀμελήσας, ἐπιτρέψῃ μόνῃ τῇ φύσει, μοχθηρὸν, ἢ οὐδ' ὅλως οἴσουσιν οὐδέν· οὕτω δὲ καὶ εἰ τῶν ζώων, ἵππον μὲν παι- D δεύσῃς, εἰς πολλὰ χρήσιμον ἕξεις, ἄρκτον δὲ κἂν ἥμερόν ποτε διδάξῃς, μόνιμον οὐχ ἕξει τὴν ἕξιν. ἔχιδνα δὲ καὶ σκορπίος, οὐκ ἄχρι τοῦ δάκνειν ἡμεροῦσθαι προέρχεται. ἐγὼ τοίνυν ὅπως μὲν τὴν φύσιν ἔχω, οὐκ ἔχω γνῶναι. τὸ γὰρ ἑαυτὸν φᾶναι, χαλεπόν ἐστι καὶ τοῖς τελείοις ἀνδράσιν, μή τί γε δὴ τοῖς παισί.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Η'.

Περὶ τῆς παιδείας Γαληνοῦ τε, καὶ τῶν τοῦ πατρὸς ἐντολῶν.

E ΕΥτύχησα δὲ μεγάλην εὐτυχίαν, ἀοργητότατον, καὶ δικαιότατον, καὶ χρηστότατον, καὶ φιλανθρωπότατον ἔχων πατέρα· μητέρα δὲ ὀργιλωτάτην, ὡς δάκνειν μὲν ἐνίοτε τὰς θεραπαίνας, ἀεὶ δὲ κεκραγέναι τε, καὶ μάχεσθαι τῷ πατρί, μᾶλλον ἢ Ξανθίππην Σωκράτει. παραλλήλα τε ὁρῶντί μοι τὰ καλὰ τῶν τοῦ πατρὸς ἔργων, τοῖς αἰσχροῖς πάθεσι τῆς μητρὸς ἐπῄει, τὰ μὲν ἀσπάζεσθαί τε, καὶ φιλεῖν, τὰ δὲ φεύγειν καὶ μισεῖν. ὥσπερ δὲ ἐν τούτοις ἑώρων παμπόλλην διαφορὰν τῶν γονέων, οὕτω κἂν τῷ, τὸν μὲν ἐπὶ F οὐδεμίᾳ ζημίᾳ λυπούμενον, ἀνιωμένην δ' ἐπὶ σμικροτάτοις τὴν μητέρα. γιγνώσκεις δὲ δήπου καὶ σὺ τοὺς παῖδας, οἷς μὲν ἐνιστῶσι ταῦτα μιμουμένους· ἃ δ' αὖ ἀηδῶς ὁρῶσι, φεύγοντας. ἡ μὲν οὖν ἀπὸ τοῦ πατρὸς παιδεία, τοιαύτη τις ἦν· ἀποπληρώσας δὲ τεσσαρεσκαιδέκατον ἔτος, ἤκουον φιλοσόφων πολιτῶν, ἐπὶ πλεῖστον μὲν Στωϊκοῦ φιλο-

πάτορος μαθητοῦ· βραχὺ δέ τινα, καὶ Πλατωνικοῦ μαθητοῦ Γαΐου, διὰ τὸ μὴ σχολάζειν αὐτὸν, εἰς πολιτικὰς ἀσχολίας ἑλκόμενον ὑπὸ τῶν πολιτῶν, ὅτι μόνος αὐτοῖς ἐδόκει δίκαιός τε, καὶ χρημάτων εἶναι κρείττων, εὐπρόσιτός τε, καὶ πρᾶος. ἐν τούτῳ δέ τις καὶ ἄλλος ἦλθε πολίτης ἡμέτερος, ἐξ ἀποδημίας μακρᾶς, Ἀσπασίου τοῦ Περιπατητικοῦ μαθητὴς, καὶ μετὰ τοῦτον ἀπὸ τῶν Ἀθηνῶν ἄλλος Ἐπικούρειος, ὧν ἁπάντων ὁ πατὴρ δι' ἐμὲ τοῦ βίου, καὶ τῶν δογμάτων ἐξέτασιν ἐποιεῖτο, σὺν ἐμοὶ πρὸς αὐτοὺς ἀφικνούμενος. ἐγεγύμναστο δ' ἐπὶ πλεῖστον ἐν γεωμετρίᾳ, καὶ ἀριθμητικῇ, καὶ ἀρχιτεκτονίᾳ, καὶ ἀστρονομίᾳ. βουλόμενος γοῦν ὁμοίως ταῖς γραμμικαῖς ἀποδείξεσιν, λέγειν κελεύεσθαι τὸν διδάξαντα· διὰ ταύτην δὲ χρὴ τὴν αἰτίαν, μηδὲ διαφωνίαν γεγονέναι πρὸς ἀλλήλους. τὴν ἀπὸ τῶν σοῦ δηλονότι μαθημάτων καλῶν, καθάπερ οἱ ἀρχαῖοι κατὰ τὰς προειρημένας τέχνας, ὧν αἱ πρῶται γεωμετρία τε, καὶ ἀριθμητική. καθάπερ οὖν ἔφην, τὸ μὴ προπετῶς ἀπὸ μιᾶς αἱρέσεως ἀναγορεύσας σαυτὸν, ἀλλὰ ἐν χρόνῳ παμπόλλῳ μανθάνων τε, καὶ κρίνων αὐτὰς, οὕτως πρὸς ἁπάντων μὲν ἀνθρώπων ἐπαινεῖται. συνομολογεῖται δὲ καὶ τοῖς φιλοσόφοις εἶναι ζηλωτέα ταῦτα, καὶ νῦν ἤδη ζηλωτέον αὐτὰ, καὶ μανθάνειν, καὶ αὔξειν ἀξιοῦσαι, δικαιοσύνης ἀντιποιούμενον, καὶ σωφροσύνης, ἀνδρείας τε καὶ φρονήσεως. ἐπαινοῦσι γὰρ ἅπαντες τὰς ἀρετὰς ταύτας, κἂν αὐτοὶ συνειδῶσιν ἑαυτοῖς οὐδεμίαν αὐτῶν ἔχουσι, καὶ φαίνεσθαί γε πειρῶνται τοῖς ἄλλοις ἀνδρεῖοι, καὶ σώφρονες, καὶ δίκαιοι, καὶ φρόνιμοι. ἄλυποι μέντοι κατ' ἀλήθειαν εἶναι, κἂν μὴ φαίνονται τοῖς ἄλλοις, ὥστε τοῦτο πρῶτον ἁπάντων ἀσκητέον ἐστὶν, τὸ σπουδαζόμενον ἅπασιν ἀνθρώποις μᾶλλον ἄλλων τῶν ἀρετῶν. ταύτας ἔφην ἐγὼ, παρὰ τοῦ πατρὸς λαβὼν τὰς ἐντολὰς ἄχρι δεῦρο διαφυλάττω, μήτ' ἀφ' αἱρέσεώς τινος ἐμαυτὸν ἀναγορεύσας· ὧν σπουδῇ πάσῃ ἀκριβῆ τὴν ἐξέτασιν ἔχων, ἀνέκπληκτός τε πρὸς τὰ κατὰ τὸν βίον ὁσημέραι συμπίπτοντα διαμένω, ὥσπερ ἑώρων τὸν πατέρα. οὔτ' οὖν ἀπώλειά τινος λυπήσει με, πλὴν εἰ παντοίως ἀπολέσαιμι τὰ κτήματα. τοῦτο γὰρ οὐδέπω πεπείραμαι, δόξης τε καὶ τιμῆς ὁ πατὴρ εἴθισέ με καταφρονεῖν, ἀλήθειαν μόνην τιμῶντα· λυπουμένους δ' ὁρῶ τοὺς πολλοὺς, ὅταν ἤτοι ἀτιμᾶσθαι δοκῶσιν ὑπό τινος, ἢ χρημάτων ἀπωλείᾳ. κατὰ τοῦτ' οὖν, ἔφην, οὐδὲ λυπούμενον εἶδές μέ ποτε. οὐδὲ ἐπὶ χρημάτων ἀπώλεια συνέπεσέ μοι μέχρι τοῦ δεῦρο τηλικαύτη τὸ μέγεθος, ὡς μηκέτ' ἔχειν ἐκ τῶν ὑπολοίπων ἐπιμελεῖσθαι τοῦ σώματος ὑγιεινῶς, μήτ' ἀτιμία τις, ὡς ὁρᾶν με τοῦ συνεδρίου τῆς ἐμῆς βουλῆς ἀφαιρεθέντα. εἰ δέ τινας μὲν ἀκούσαιμι ψέγειν, τινὰς δὲ ἐπαινοῦντας, αὐτοῖς ἀντιτίθημι, καὶ νομίζω τὸ πάντας ἀνθρώποις ἐπαινοῦντας ἐπιθυμεῖν ἔχειν, ἐοικέναι τῷ θ' ἅπαντα ἔχειν ἐθέλειν κτήματα. δοκῶ τοίνυν, ἔφην, ἐμαυτῷ, τάχα δὲ καὶ σοὶ δόξω, μηδὲν ἄχρι δεῦρο μέγα πεπονθέναι, ἀλλὰ τέλεως ἀλύπως. οὔτε γὰρ ἀφῃρέθην ἁπάντων τῶν χρημάτων, οὔτ' ἠτιμήθην. εἰ δὲ βοῦς, ἢ ἵππος, ἢ οἰκέτης ἀπέθανεν, οὐχ ἱκανὸν τοῦτο λυπῆσαι, μεμνημένος ὧν ὁ πατὴρ ὑπέθετο, μὴ πρότερον ἐπὶ χρημάτων ἀπωλείᾳ λυπηθῆναι συμβουλεύων, ἄχρις ἂν ᾖ τὰ λειπόμενα πρὸς τὴν τοῦ σώματος ἐπιμέλειαν αὐτάρκη. τοῦτον γὰρ ἐτίθετο πρῶτον ὅρον ἐκείνων κτημάτων, ὡς μὴ πεινᾶν, μὴ ῥιγοῦν, μὴ διψᾶν· εἰ δὲ πλείω τις εἰς ταῦτα χρεία εἴη, καὶ πρὸς τὰς καλὰς πράξεις, ἔφη, χρηστέον αὐτῶν. ἐμοὶ τοίνυν ἄχρι δεῦρο τοσαύτη χρημάτων χρῆσίς ἐστιν, ὡς καὶ πρὸς τὰς τοιαύτας

A patoris discipulum; paruo quoque tempore Platonicum Gai discipulum, eo quòd ipsi non vacaret, vt qui ad ciuilia negocia à ciuibus traheretur, quia solus ipsis æquus, pecuniæ contemptor, necnon accessu facilis & mitis iudicabatur. Interea autem venit & alius, ciuis noster, ex longa peregrinatione, Aspasij Peripatetici discipulus, & post hunc ab Athenis alius Epicureus, quorum omnium vitam & dogmata mea causa pater inquirebat, mecum ad eos profectus. Erat autem plurimùm in Geometria, Arithmetica, Architectura, & Astronomia exercitatus.

B Quum iam vellet doctorem linearibus demonstrationibus æquè vti debere significare: non oportet, inquit, honestarum artium præcepta quibus vsus es, inter se dissentire, sicut veteres in prædictis disciplinis, quarum primæ, Geometria & Arithmetica, qua de causa temerè ne sectæ cuiuis teipsum addicas, sed tempore diuturno discas iudicésque eas; sic tandem ab omnibus hominibus laudem mereberis. Quin & apud philosophos in confesso est, hæc imitatione esse digna, & nunc imitanda ei qui discere & locupletare se volet, tum qui iustitiæ, temperantiæ, fortitudini atque prudentiæ studeat. Laudant

C enim vniuersi virtutes has, quamuis ipsi sibi probè conscij sint, quòd nec vllam ipsarum habeant, sed videri aliis fortes, temperantes, iusti & prudentes conantur. Cæterùm doloris expertes non esse reuera, sed apparere tantùm volunt, proinde hoc in primis cauendum, quòd cunctis hominibus magis quàm virtus in studio est. Has, inquam, à patre præceptiones traditas in hunc vsque diem reseruo, nullam sectam professus eorum, quos omni studio exactè disquisierim, atque imperterritus aduersum vitæ casus ac pericula, quemadmodum & patrem vidi, per-

D maneo. Proinde nulla planè, nisi forsan omnium quæ possideo, iactura vnquam ægritudinem afferet. Tale namque nondum expertus sum. Atqui honorem & gloriam contemnere me pater assuefecit, veritatem solam magnifacere; alios verò quum vel ignominia affectos se putant ab aliquo, vel ob bonorum iacturam dolere videmus. Ex huiusmodi re igitur nunquam me dolere sensisti; nec tanta rerum damna hucusque perpessi sumus, vt non ex reliquiis corporis sanitatem tueri licuisset; nec talem infamiam sustuli, quæ mentem à ratio-

E nis sede motam deiecerit. Porrò si quos audiam vituperare me, quosdam verò probare, iis repugno: putóque omnium hominum de se laudes desiderare, simile esse ei quod omnium rerum possessionem velle habere. Quamobrem mihi videor, & forsan tibi videbor, nihil graue hucusque passus transegisse vitam sine molestia & dolore. Siquidem omnibus nondum exutus sum diuitiis, neque ignominiam passus. Quòd si bos, equus aut seruus perierit, idcirco non dolendum mihi censeo, eorum memori quæ pater præceperat, consulens nequaquam esse ob vllam bonorum ia-

F cturam dolendum, quamdiu ad corporis tutelam reliqua sufficiant. Hunc possessionum illarum primum statuit finem, non esurire, non algere, non sitire; si amplior facultas contingat, in actiones honestas eam esse transferendam. Mihi igitur tanta hactenus pecuniarum facultas suppetiit, quanta perfugiendis illis

illis satis fuit. Noui autem, inquit, & te duplo nos opibus superare, tum in ciuitate nostra quàm honoratissimum agere, ita vt quæ tristitiæ causa præter inexplebilem cupiditatem tibi fuerit, haud inueniam. Ad hanc ergo solam exercitationem me composui, in memoria semper habens, meditans, expendénsque, donec persuasus essem bis duo quatuor valere.

A πράξεις ἐξαρκεῖν. οἶδα δέ, ἔφη, καί σε διπλασίαν τε ἐμοῦ κεκτημένον, ἐπιτίμιόν τε κατὰ τὴν πόλιν ἡμῶν οὕτως, ὡς τις ἂν εἴη σοι λύπης αἰτία, πλὴν ἀπληστίας οὐχ ὁρῶ. πρὸς ταύτην οὖν ἄσκησιν μόνην αἴσσον ἐγὼ διὰ μνήμης ἔχων, καὶ μελετῶν ἀεί, καὶ σκοπούμενος, μέχρι περ ἂν τούτῳ ἐπείσθην, ὡς τὸ τὰ δὶς δύο τέσσαρα εἶναι.

CAPVT IX.

De vitanda inexplebili cupiditate quæ omnis mæroris & mæstitiæ causa est.

Videamus enim, inquit, sedulò qualisnam sit affectus inexplebilis cupiditas. At disputationis initium nutrimenti insatiabilis cupiditas exhibebit. Etenim quum supra mediocritatem cibus ingeritur, inexplebilem cupiditatem appellamus; Mediocritas autem ipsius ex nutrimenti vsu iudicatur; vsus autem ipsius est, nutrire corpus. Nutriet probè concoctus, concoquetur, si mediocris; immodicum enim non posse concoqui nouimus. Quòd si semel accidat, vsum eius corrumpi necesse est. Si ventriculus ab incoctorum ciborum morsu ac rosione molestiam passus totum excernat, symptoma quidem nominatur diarrhœa, vsus verò alimenti corrumpitur; siquidem non vt intestina perreptet, id capimus, sed vt omnibus corporis partibus apponatur. At vbi nõ bene coctum distribuitur, vitiosum humorem in venis parit. Quoniam igitur in corpore nostro qualis res sit inexplebilis cupiditas, didicisti; trangressus ad animum, & hîc naturam eius contemplare, atque perpende in vnaquaque rerum materia ab iis quæ possidentur sumpto exordio. In his ergo quædam parum rectè affectantur, vti sunt margaritæ, sardonyches, & alij lapides omnes, quemadmodum ornatus, quem mulieres gestant vt quid iis quæ collo circumdant, simile. Huius generis sunt vestimenta auro contexta, aut superuacuum aliquod opus habentia, aut quæ materiam ex longinquo allatam desiderant, vt quæ vocantur serica. Nonnulla possessionum corporis sanitati accommoda, meritò expetuntur. Prima quibus alimur, vestimur, & calceamur, inter quæ habitaculum etiam annumeratur. Huc spectant quæ videntur ægrotantibus idonea. Sunt quæ vtrisque & sanis & ægrotis ex æquo conducunt, vt oleum. Nonnulla rursus id genus maiorem, aliqua minorem hominum corporibus vtilitatem afferunt. Atque iam abundantiæ & possessionis illorum finem manifestò te perspexisse arbitror; sicut enim cubitalis calceus planè est inutilis, sic etiam quinque & decem habere calceamenta præterquam duo, incommodum dicitur. Aliarum rerum commoditate abundè satis vtimur. Ad hunc modum vestem duplicem famulósque & supellectilem possidere sufficit. Apud nos, inquam, non vestes solùm plures duabus, sed famuli quoque & supellex seruantur; omnia denique nostræ domi dualem numerum excedunt. Nam prouentum ex iis quæ tenemus, recipimus multiplicem magis, quàm vt ad sanitatem solam corpori suppeditetur. Quicunque, aio, voluptuariam, vt ferunt, degunt vitam, non duplo aut triplo plura quàm nos insumere videmus, verùm quintuplo, decuplo, imò ter decuplo. Alium rursus eundem mecum vitæ modum tenere conspicio, & ex æquo mecum dolere, licet facul-

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Θ΄.

Περὶ τοῦ ἐκκόπτειν τὴν ἀπληστίαν τὴν τῆς ἁπάσης λύπης αἰτίαν.

B Θεασώμεθα γάρ, εἶπεν, ἐπὶ σχολῇ, ὁποῖόν τι πάθος ἐστὶν ἡ ἀπληστία. τὴν δὲ ἀρχὴν τῆς σκέψεως, ἡ περὶ τὰς τροφὰς ἀπληστία παρέξει. τὸ γοῦν ἐπέκεινα τοῦ συμμέτρου προσφέρεσθαι σίτου, ἀπληστίαν ὀνομάζουσι· τὸ σύμμετρον δὲ αὐτοῦ κρίνουσι, τῇ χρείᾳ τῆς τροφῆς· χρεία δὲ αὐτῆς ἐστι, τὸ θρέψαι τὸ σῶμα. θρέψει δὲ πεφθεῖσα καλῶς, πεφθήσεται δὲ εἰ σύμμετρος· τὴν γὰρ πολλὴν ἀπεπτουμένην ἴσμεν. εἰ δὲ ἅπαξ τοῦτο γένοιτο, διαφθείρεσθαι τὴν χρείαν αὐτῆς ἀναγκαῖον. εἰ δέ γε ὑπὸ τῆς δήξεως τῶν ἀπεπτηθέντων σιτίων, ἡ γαστὴρ ἀνιαθεῖσα πᾶν ἐκκρίνειε, διάρροια μὲν ὀνομάζεται τὸ σύμπτωμα, διαφθείρεται δὲ ἡ χρεία τῆς τροφῆς· οὐ γὰρ ἐφ᾽ ὅ, τι διεξελθεῖν τὰ ἔντερα λαμβανόμεθα αὐτήν, ἀλλ᾽ ἕνεκα τοῦ προστεθῆναι πᾶσι τοῖς μορίοις τοῦ σώματος. εἰ δὲ ἀναδοθείη μὴ καλῶς πεφθεῖσα, κακοχυμίαν ἐργάζεται ἐν ταῖς φλεψίν. ἐπεὶ τοίνυν ἐπὶ τῷ σώματι ἡμῶν ἔμαθες, ὁποῖόν τι πρᾶγμά ἐστιν ἡ ἀπληστία, μεταβὰς ἐπὶ τὴν ψυχὴν ἤδη, θέασαι κἀνταῦθα τὴν φύσιν αὐτῆς, ἐφ᾽ ἑκάστης ὕλης πραγμάτων ἐπισκοπούμενος, ἀπὸ τῶν κτημάτων ἀρξάμενος. ἐν τούτοις οὖν ἔνια μὲν οὐκ ὀρθῶς ἐσπούδασται, καθάπερ οἱ μαργαρῖται, καὶ οἱ σαρδόνυχες, αἵ τ᾽ ἄλλαι λίθοι πᾶσαι· καθάπερ κόσμος, ὃν αἱ γυναῖκες οἷόν τι φέρουσαι ταῖς ἐξαρτησαμέναις αὐτόν· τοῦ τούτου γένους ἐστὶ τὰ χρυσοϋφῆ τῶν ἱματίων, ἢ τινα περίεργον ἐργασίαν ἔχοντα, ἢ ὕλης δεόμενα πόρρωθεν κομιζομένης, ὥσπερ τῶν σηρικῶν ὀνομαζομένων. ἔνια δὲ τῶν κτημάτων πρὸς τὴν τοῦ σώματος ὑγείαν διαφέροντα, προσηκόντως σπουδάζεται, πρῶτα μὲν ἐξ ὧν τρεφόμεθα, καὶ ἀμφιεννύμεθα, καὶ ὑποδυόμεθα, ἐν οἷς καὶ ἡ οἴκησις. ἐκείνου δὲ τοῦ γένους φαίνεται, καὶ τὰ τοῖς νοσοῦσιν ἐπιτήδεια. τινὰ δέ, ὥσπερ τοὔλαιον ἀμφοτέροις ὑπάρχει χρήσιμα τοῖς ὑγιαίνουσι, καὶ τοῖς νοσοῦσιν. ἔνια δὲ τοιαῦτα, τὰ μὲν μείζω, τὰ δὲ ἐλάττω τὴν ὠφέλειαν παρεχόμενα τοῖς τῶν ἀνθρώπων σώμασι. καὶ τοίνυν ἤδη τοῦ πλήθους τὸν ὅρον, καὶ τῆς κτήσεως αὐτῶν, ἐναργῶς οἶμαί σε τεθεᾶσθαι. ὥσπερ γὰρ τὸ πηχυαῖον ὑπόδημα πρὸς τέλος ἐστὶν ἄχρηστον, οὕτω καὶ τὸ ε´ καὶ ι´ ἔχειν ὑποδήματα, πλὴν δυοῖν. ἄλλα τε γὰρ ὄντα πάντως αὐτάρκης ἡ χρεία. οὕτω δέ, καὶ τὴν ἐσθῆτα διπλῆν ἔχειν αὐταρκές, οἰκέτας τε καὶ σκεύη. ἐν ἡμῖν, ἔφην, οὐ μόνον ἐσθὴς ὑπάρχει πλειοτέρα τῆς διπλῆς, ἀλλὰ καὶ οἱ οἰκέται, καὶ σκεύη, καὶ πάνθ᾽ ἁπλῶς τὰ κτήματα πολὺ πλείω τῶν διπλῶν ἐστιν. πρόσοδον γὰρ ἔχομεν ἀφ᾽ ὧν κεκτήμεθα, πολλαπλασίαν, ἢ ὡς εἰς ὑγείαν μόνην ἐξ αὐτῶν ὑπηρετεῖσθαι τῷ σώματι. τίνας οὖν, ἔφην, ὁρᾷς τὸν ἀπολαυστικὸν ὀνομαζόμενον ἐληλυθότας βίον; οὐ διπλάσια μόνον, ἢ τριπλάσια δαπανῶντας ἡμῶν, ἀλλὰ καὶ πενταπλάσια, καὶ δεκαπλάσια, καὶ τριακονταπλάσια. τὸν δὲ ὡσαύτως ἐμοὶ διαιτώμενον θεῶμαι, λυπούμενον δὲ αὖ ὁμοίως ἐμοί, καίτοι τῆς

A οὐσίας, οὐχ ἕκαστον ἔτος αὐξανομένης· ἐπεὶ δὲ αὐτῶν τῶν προσόδων ἀναλίσκεται μὲν τὸ ι΄. μέρος ἴσως, αἱ λοιπαὶ δὲ θ΄. μοῖραι τοῖς ὑπάρχουσι προστίθενται. βλέπω γάρ σε οὐδὲ πρὸς τὰ καλὰ τῶν ἔργων δαπανῆσαι τολμῶντα, μηδ' εἰς βιβλίων ὠνὴν, καὶ κατασκευὴν, καὶ τῶν γραφόντων ἄσκησιν, ἤτοι γε εἰς τάχος διὰ σημείων, ἢ εἰς κάλλος ἀκρίβειαν, ὥσπερ οὐδὲ τῶν ἀναγινωσκόντων ὀρθῶς. οὐ μὴν οὐδὲ κοινωνοῦντά σε θεάσομαι, καθάπερ ἐμὲ σὺ βλέπεις ἑκάστοτε, τοῖς μὲν ἱματίοις οἰκετῶν, τοῖς δ' εἰς τροφὰς, ἢ νοσηλείαν· τινὰς δ' ἐθεασάμην, καὶ τὰ χρέα διαλυσάμενος. ἐγὼ μὲν οὖν καταλείπω πᾶσαν ἣν ὁ πατήρ κατέλιπέ μοι πρόσοδον, οὐδὲν ἐξ αὐτῆς περιττὸν ἀποτιθέμενος, οὐδὲ θησαυρίζων, οὐδὲ πολλαπλάσια τῶν ἀναλισκομένων ἀποτιθέμενος. ὅμως ἀνιέμενον φαίης πολλάκις ἐμὲ, καθάπερ αὐτὸς ὁμολογεῖς, οὐδέποτε λυπούμενον ὁρᾶν. ἆρ' οὖν δυνήσῃ καθορᾶν τῆς λύπης σου τὴν αἰτίαν, ἢ παρ' ἐμοῦ καὶ τοὔνομα αὐτῆς ἀκοῦσαι ποθεῖς; ἤδη σοι καὶ τοῦτο βούλει γενέσθαι; μίαν ἴσθι πασῶν λυπῶν αἰτίαν, ἣν ὀνομάζουσιν οἱ Ἕλληνες, ἐνίοτε μὲν ἀπληστίαν, ἐνίοτε δὲ πλεονεξίαν. ἀπληστίαν μὲν ἀπὸ τοῦ τὰς ἐπιθυμίας ἀπληρώτους ἔχειν. ἀεὶ γὰρ ποθοῦσι τῶν ἔμπροσθεν οἱ ἄπληστοι, ὥστε κἂν διπλάσιον ἔχωσι, τριπλάσιον προσκτήσασθαι σπεύδουσι, κἂν τριπλάσιον ἔχωσι, τετραπλασίου ἐφίενται καὶ οὕτως ἐφορῶσι τοὺς πλείονα κεκτημένους αὐτῶν, οὐ τοὺς ἐλάττονα, καὶ τούτους ὑπερβάλλεσθαι ζητοῦσι, καὶ τούτων πλέον ἔχειν ἐπιθυμοῦσι. σὺ γοῦν οὕτως, ἔφην, ἐὰν σκοπῇς ἅπαντας ἐξετάζων τοὺς πολίτας, εὑρήσεις οὐ πολλοὺς πλουσιωτέρους σεαυτοῦ, ὥστε τῶν λοιπῶν ἁπάντων ἔσῃ πλουσιώτερος. δῆλον δὲ, ὡς καὶ τῶν δούλων αὐτῶν, καὶ προσέτι, καὶ γυναικῶν τοσούτων. εἴπερ οὖν ἡμῖν οἱ πολῖται πρὸς τοὺς τετρακισμυρίους εἰσὶν, ἅμα δὲ ἐὰν προσθῇς αὐτῶν τὰς γυναῖκας, καὶ τοὺς δούλους, εὑρήσεις σεαυτὸν δυοκαίδεκα μυριάδων ἀνθρώπων, οὐκ ἀρκούμενον εἶναι πλουσιώτερον, ἀλλὰ καὶ τούτους βουλόμενον ὑπερβαλέσθαι, καὶ πάμπλουτον ἐν πλούτῳ γενέσθαι σε σπεύδοντα, καίτοι πολίτην ἀμείνω ἐν αὐταρκείᾳ πρῶτον ὑπάρχειν, ὅπερ ἐστὶν ἐπὶ σοί. τὸ δὴ ἐν πλούτῳ πρωτεύειν οὐκ ἀρετῆς, ἀλλὰ τύχης ἔργον, ἥ τις καὶ δούλους, καὶ ἀπελευθέρους ἐργάζεται, ἐνίων τῶν ὀνομαζομένων εὐγενῶν πλουσιωτέρους. ἀλλὰ σύ γε ἐὰν σχῇς, ὡς εὔχῃ, πλέον τῶν πολιτῶν ἁπάντων, οὐκ ἀρκεσθήσῃ· περισκέψῃ δ' αὐτίκα, μήτις ἐν ἄλλῃ πόλει πλουσιώτερος. εἶτ' ἂν ὑπηρετοῦσάν σοι σχῇς, καὶ πρὸς τούτοις τὴν τύχην ἐπὶ τἄλλα μεταβὰς ἔθνη, καὶ τῶν ἐν ἐκείνοις πλουσίων ἐθελήσεις γενέσθαι πλουσιώτερος ὡς οὐ πάντων πλουσιώτερος, ἀλλ' ἀεὶ πένης ἔσῃ, διὰ τὰς ἀορίστους ἐπιθυμίας. εἰ δέ γε τῇ χρείᾳ τῶν κτημάτων ἐμέτρεις σεαυτοῦ τὸ σύμμετρον, ἐκ τῶν πλουσίων ἂν ἤδη σεαυτὸν ἠριθμήκεις, ἢ πάντως γε τῶν εὐπόρων. ἐγὼ γοῦν ἐμαυτὸν ἐκ τούτων ἀριθμῶ, καίτοι γε ἔλαττω σου κεκτημένος. ἐὰν οὖν οὕτω πείσῃς σαυτὸν, οὐκέτι ἀνιάσει σε τῶν ἀπολλυμένων οὐδὲν, ἔσῃ τε μακάριος, ὅσον ἐπὶ τῷ μὴ λυπεῖσθαι διὰ χρήματα. τὴν δ' αὐτὴν ταύτην τὴν ἀπληστίαν ἂν ἐξέλῃς, τοῦ τιμᾶσθαι βούλεσθαι, κἂν κατὰ τοῦτ' ἄλυπος ἔσῃ. εἰ δ' οὐ μόνον ἀρκεῖ τιμᾶσθαι πρὸς τῶν συνήθων, ἀλλὰ καὶ πάντας ἐθέλεις τοὺς κατὰ τὴν πόλιν ἐπαινεῖν σε, οἵ τε μὴ γινώσκουσί σε τὴν ἀρχὴν ἴσως οὖν βουλήσῃ πρότερον ἀπ' αὐτῶν γνωσθῆναι, δεύτερον δὲ τιμᾶσθαι. τοῦτο δὲ τὸ μὲν γνωσθῆναι πᾶσιν ἐθέλειν, ἀπλήστου φιλοδοξίας ἔργον ἐστίν· τὸ δὲ τιμᾶσθαι, ματαίας φιλοτιμίας. ἀναγκαῖον οὖν ἔσται σοι, καθάπερ ἐπὶ χρημάτων κτήσει, νῦν ἀγρυπνίας· οὕτως ἐὰν

tas non annis singulis accrescat, quum reddituum decima forsan insumatur portio, reliquæ nouem præsentibus apponantur. Video enim te ne in honesta quidem rerum studia quicquam impendere audere, nihil in librorum emptionem & apparatum, item scribentium exercitationem, siue notis ad celeritatem, siue figuris ad pulchritudinem, quemadmodum nec in eos qui rectè legunt. Insuper nulli quippiam impartientem te video, vt me frequenter seruis vidisti, his vestes, illis alimenta, vel aliquid aliud in ægrotationem subleuandam communicare, nonnullorum etiam æs alienum B soluisse visus sum. Ob quod omnem relinquo prouentum, quem à patre suscepi, qui ex eo nihil quod superfluum sit repono, neque thesauros congero, neque multò plura quàm impenderim repono. Nihilominus tamen relaxantem me curas sæpius non negaueris, sicut ipse fateris, nunquam dolentem vidisti. Nunquid igitur tristitiæ tuæ causam potes perspicere, an à me nomen ipsius audire desideras? iamne istud quoque tibi fieri vis? Vnam omnium animi dolorum causam intellige, quam Græci nunc quidem inexplebilem cupiditatem, nunc verò auidam habendi libidinem appellant, insatiabilitatem quidem ab eo quòd inex- C plebiles habeat cupiditates. Quippe præsentibus non contenti, quæ absunt desiderant insatiabiles. Nam si duplum consequantur, triplum parare contendunt; sin triplum habeant, quadruplum appetunt. Atque hoc modo ad ditiores, non inferiores respiciunt; Illos vincere moliuntur, illis habere plura concupiscunt. Tu igitur, inquibam, si vniuersos nostros ciues sic inspicias, paucos teipso locupletiores reperies; eris autem facilè reliquis omnibus opulentior. Item seruis, vt constat, & tot præterea mulieribus. Si itaque nobis circiter quadraginta millia ciuium adsint, appositis simul eorum D vxoribus & famulis, haud ibis inficias te duodecim hominum myriadibus ditiorem esse, sed hos velle præcedere, & eximium inter opulentos spectari, quamquam longè melior ciuis sit sorte sua contentus, qualis tu esse potes. Siquidem diuitiis excellere, non virtutis, sed fortunæ munus est, quæ & seruos & illiberales nobis qui ingenui vocamur, locupletiores efficit. Atqui tu amplius licet vniuersis ciuibus possideas, vt precaris, haud tamen contentus viues quin magis dispicies statim num quis in ciuitate alia sit ditior. Vbi si fortunam, quæ suppeditare satis valeat, nactus videare, ad alias transibis gē- E tes, ibique primas inter diuites obtinere voles; quapropter non ditior omnibus, sed ob infinitas cupiditates pauper eris perpetuò. Quòd si rerum vsu mediocritatem tuam metiaris, diuitum numero, aut eorum qui vehementer rebus abundant, iure optimo te ascripseris. Ego vtique tenuioris etsi fortunæ quàm tu, inter eos me numero. Si igitur ita habeas persuasum, nullius rei dispendium animo molestum aut graue senties, degésque beatus, quantum diuitiarum securo conceditur. Cæterùm si eandem honoris ambiendi insatietatem eximas, & hîc à cura liber viues. At si à familiaribus honorari tibi non satis fuerit, nisi omnes qui F in vrbe degunt, tum ij qui nondum te cognouerint, collaudent, forsan ab illis prius cognosci dein honore affici voles. Hoc autem ipsum velle cognosci ab omnibus, insatiabilis gloriæ cupiditatis opus est; velle verò honorari, vanæ stultæque ambitionis. Opus itaque tibi erit nunc quoque vt in diuitiarum possessione, vigilantiâ; sic

ſi ad gloriæ ſtudium & ambitionem deſiderium tuum extendas, excruciari magis ob illos qui multi quum ſint, nec te cognoſcant, nec honorent. Quod vbi intellexerimus, ſempérque nos in eo exerceamus, triſtitia carebimus. Qua verò ratione exercebimus? niſi intelligamus recténe dictum ſit, Inexplebilem cupiditatem affectum animi eſſe peſtilentiſſimum; quippe quæ fundamentum quoddam eſt auaritiæ, gloriæ ſtudij, ambitionis, regnandi cupiditatis, & contentionis? Primùm itaque in promptu ſemper habere oportet dogma de frugalitate, qua quis ſuis contentus eſt, coniunctum ſcilicet ei quod de inexplebili cupiditate dicitur. Nam quicunque inexplebilem cupiditatem oderit, frugalitatem amabit. Quare ſi in hoc ſolo poſitum eſt ipſum dolore carere, id autem in nobis ſit, iam licet citra dolorem viuere, dum in promptu quidem habemus dogma quomodo quis ſuis contentus ſit, & de inſatiabili cupiditate: particularium verò operum exercitationem quæ ſingulis fit diebus in his dogmatibus, quod ex prima inſtitutione aliis aduenit, illis qui hoc non conſequuti ſunt, hac qua dixi, via pòſt aliquando continget. Quis namque dolore per ætatem ſuam vacare nolit? Aut quis hoc non diuitiis perituris ſceleſtiſque præpoſuerit?

A εἰς φιλοδοξίαν, ἢ φιλοτιμίαν ἐκτείνης τὴν ἐπιθυμίαν, ἀνιαθήσεσθαι μειζόνως ἐπὶ τοῖς μὴ γινώσκουσί τε, καὶ τιμῶσι πολλοῖς οὖσιν. εἴπερ οὖν εὕρομεν, καὶ ἀσκήσομεν ἐπ' αὐτῶν διὰ παντὸς ἡμᾶς αὐτούς, καὶ ἄλυποι γενησόμεθα· πῶς οὖν ἀσκήσομεν; ἐὰν γνῶμεν πότερον ὀρθῶς εἴρηται, πάθος εἶναι ψυχῆς μοχθηρότατον ἀπληστίαν· κρηπὶς γάρ τις αὕτη φιλοχρηματίας ἐστί, καὶ φιλοδοξίας, καὶ φιλοτιμίας, καὶ φιλαρχίας, καὶ φιλονεικίας. πρῶτον μὲν οὖν ἀεὶ πρόχειρον ἔχειν δεῖ τὸ περὶ τῆς αὐταρκείας δόγμα, συνημμένον δηλονότι τῷ περὶ τῆς ἀπληστίας. ὁ γὰρ μισήσας τὴν ἀπληστίαν, ἐφίλησε τὴν αὐτάρκειαν. B εἴπερ οὖν ἐν τούτῳ μόνῳ κεῖται τὸ ἄλυπον εἶναι, τοῦτο δὲ ἐφ' ἡμῖν, ἤδη πάρεστιν ἐφ' ἡμῖν ἀλύποις γενέσθαι, πρόχειρον μὲν ἔχουσι τὸ περὶ τῆς αὐταρκείας, καὶ τὸ περὶ τῆς ἀπληστίας δόγμα· τὴν δὲ ἐκ τῶν κατὰ μέρος ἔργων ἄσκησιν, ἑκάστης ἡμέρας ποιουμένην ἐπὶ τοῖσδε τοῖς δόγμασιν, ὅπερ ἐκ τῆς πρώτης παιδείας ἑτέροις ὑπῆρξε, τοῦτο τοῖς ἀτυχήσασιν ἐκείνοις ὕστερόν ποθ' ὑπάρξει, δι' ἧς εἶπον ὁδοῦ. τίς γὰρ οὐκ ἂν ἐθελήσῃ ἀλύπως εἶναι παρ' ὅλον αὐτοῦ τὸν βίον; ἢ τίς οὐκ ἂν τοῦτον προέλοιτο τοῦ πλούτου κινητοῦ τε, καὶ μιαροῦ C μᾶλλον;

CAPVT X.

De comparanda animi libertate, ac de gratia obiurgantibus habenda.

HÆc igitur aliáque multa illi, tum aliis poſtea plurimis recenſui, atque omnibus ſtatim perſuaſum eſt; at pauciſſimos poſt illa, vtilitatem ex poſterioribus reportaſſe vidimus. Vſque adeo enim plerique illorum iam affectus accreuerant, vt curationem effugerent. At ſi quis mediocribus adhuc inſeruit affectibus, in hunc modum illorum quippiam quæ prius narraui, poſſit cognoſcere, adhibito ſibi, vt dictum eſt, inſpectore & magiſtro, qui alia frequenter in memoriam reducat, alia corripiat, partim iterum admoneat, ac ad meliora proficiſci inſtiget, ſeipſum præbeat exemplum illorum quæ dicit, monetque, poterit animum liberalem probúmque verbis parare. Turpe namque, libertatem quæ in legibus conſiſtit humanis, maximi eſſe exiſtimatam; illam autem quæ vera & naturalis, non affectare, ſed obſcœnis potiùs, laſciuis & tyrannicis ſeruire dominis, nempe auaritiæ, ſordibus, ambitioni, laudis atque honoris cupiditatibus, quarum ſanè omnium matrem appellare auidam habendi plura cupiditatem, non dubitauerim. Quis ergo in animo hanc fouens, bonus probúſque fieri poteſt? Quis non mille mortibus dignus, niſi talem iſtam oderit turpitudinem? At omnium maximè iuuenibus habenda eſt odio, qui ſalutem deſiderant, qui ſi poſt educationem protinus immodicè diuitias audeant appetere, impoſſibile erit ipſis poſt annum quadrageſimum ſeipſos recuperare. Sed pone, ſi ita vis, quinquageſimum, ne quis inhumanitatis me arguat; quemadmodum quendam audiui dicentem, homines crapulis, voluptatibus venereis, gloria & honoribus non paucos ſuperari; ſe verò diuitē vno tantùm vinci, eo quòd quæ peteret, necdum acceperit. Ná is quum ſatis diu me ſingulis diebus hilarem videret ipſo malè affecto, precabatur vt doceret quomodo nullam animi ægritudinē pateretur.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ι'.

Περὶ τοῦ κατασκευάσαι ἐλευθέραν τὴν ψυχήν, καὶ χάριν εἰδέναι τοῖς ἐπιτιμῶσιν.

Ἐγὼ μὲν οὖν καὶ ταῦτα, καὶ ἄλλα πολλὰ διῆλθον ἐκείνῳ τε, καὶ ἄλλοις ὕστερον πολλοῖς, καὶ πάντας ἔπεισα τό γε παραυτίκα· τὴν δὲ ἐκ τῶν ὑστέρων ὠφέλειαν, ὀλιγοστοὺς εἶδον ὕστερον ἔχοντας. τηλικαῦτα γὰρ ἤδη τὰ πάθη τῆς ψυχῆς ηὐξήσασιν οἱ D πολλοὶ τῶν ἀνθρώπων, ὡς ἀνίατα ὑπάρχειν. εἰ δέ τις ἔτι μετρίοις δουλεύει πάθεσιν, γνῶναί τ' ἂν οὕτω δύναταί τι τῶν προειρημένων, ἐπιστήσας ἑαυτῷ, καθάπερ ἔμπροσθεν εἶπον ἐπόπτην τινά, καὶ παιδαγωγόν, ὅστις ἑκάστοτε, τὰ μὲν ἀναμιμνήσκων αὐτόν, τὰ δ' ἐπιπλήττων, τὰ δὲ προτρέπων τε, καὶ παρορμῶν ἔχεσθαι τῶν κρειττόνων, ἑαυτόν τε παράδειγμα παρέχων, ὧν λέγει καὶ προτρέπει, δυνήσεται κατασκευάσαι λόγῳ ἐλευθέραν τε, καὶ καλὴν τὴν ψυχήν. αἰσχρὸν γὰρ τὴν μὲν κατὰ νόμους ἀνθρωπίνους ἐλευθερίαν ἀντὶ πολλῶν πεποιῆσθαι, τὴν δ' ὄντως καὶ φύσει μὴ σπουδάζειν, ἀλλ' αἰσχραῖς, καὶ ἀσελ- E γέσι, καὶ τυραννικαῖς δεσποίναις δουλεύειν, φιλοχρηματίαις τε, καὶ σμικρολογίαις, καὶ φιλαρχίαις, καὶ φιλοδοξίαις, καὶ φιλοτιμίαις, καίτοι τούτων ἁπασῶν οὐκ ἂν ὀκνήσαιμι φάναι μητέρα πλεονεξίαν. τίς οὖν ἔχων ταύτην ἐν τῇ ψυχῇ, δύναται καλὸς κἀγαθὸς γενέσθαι; τίς δ' οὐκ ἂν εἴη θανάτων ἄξιος μυρίων, εἰ μὴ μισήσει τὸ τοιοῦτον αἶσχος τοῦτο; πολὺ δὲ μᾶλλον μισητέον ἐστί, καὶ φευκτέον αὐτό, σωθῆναι βουλομένοις νέοις, ὡς ἐὰν φθάσωσιν ἐκτραφέντες ἀπλήστως χρημάτων ἐπιθυμεῖν, δυνατὸν οὐκ ἔτ' αὖθις μετὰ τεσσαρακοστὸν ἔτος ὠφεληθῆναι. τίθει δ' εἰ βούλει πεντηκοστόν, ἵνα μήτις F ἡμᾶς ἀπανθρώπους φῇ, καθάπερ ἤκουσά τινος λέγοντος, ἡττῶνας μὲν ἀνθρώπους καὶ λιχνείας, καὶ ἀφροδισίων, καὶ δόξης, καὶ τιμῆς οὐκ ὀλίγους, ἑαυτὸν δὲ πλούσιον ἑνὸς ἡττώμενον, διότι μηδενὸς ἐτύγχανεν ὧν ἐφίετο. καὶ γὰρ δὴ ἐπεί, καὶ οὗτος πολλοῦ χρόνου μεθ' ἑκάστην ἡμέραν ἑώρα φαιδρὸν ἐμέ, αὐτοῦ κακοπραγοῦντος, ἐδεῖτο διδάσκειν, ὅπως ἂν αὐτὸς μὴ ἀνιῷτο.

φάντος δέ μου, οἱ πλειόνων ἐτῶν δεῖσθαι πρὸς ἐπανόρθωσιν, A ὧν ηὔξησε μέχρι δεῦρο παθῶν, ἀνακραγὼν εἶπεν· οὐδὲν ἀπανθρωπότερον σοῦ· ὥσπερ ἐμοῦ σπουδάζειν δυνηθέντος μὲν, εἰ ἐβουλήθην, ἄλυπον αὐτὸν ἐργάσασθαι τάχιστα, φθονήσαντος δέ τινος εὐεργεσίας· καίτοι μόνῳ τούτῳ τῶν μαθημάτων, οὐδεὶς τῶν πέλας δύναται φθονῆσαι. συμφέρει γὰρ ἡμῖν ἅπαντας ἀνθρώπους οἷς συνδιατρίβομεν ἔξω τῶν ψυχικῶν παθῶν εἶναι, μήτε φιλοδοξίαν, μήτ' ἄλλο τι τοιοῦτο τὴν ψυχὴν λελωβημένους. ὅσῳ γὰρ ἂν ὦσι βελτίους οἵδε, τοσούτῳ καὶ ἡμῖν ὠφελιμώτεροι φίλοι γενήσονται. πάλιν οὖν ἐπὶ τὸν ἀληθῆ ἄνδρα γενέσθαι βουλόμενον ἐπανελθὼν, ὑποθήσομαι τὴν B κοινὴν ὁδὸν εἰς ἅπαντα τὰ κατὰ τὴν ψυχὴν ἡμῶν καλά. χρὴ γὰρ αὐτὸν τὸν ἐπιστάτην ἐπιστῆσαι τό γε κατ' ἀρχὰς, ἐφ' ἑκάστῳ τῶν πραττομένων ὃς ἀναμνήσει τὸ παρορώμενον. ἔστι γὰρ ἐνίοτε δυσδιαίρετον ἐν ταῖς πράξεσι τὸ κατὰ σμικρολογίαν πραττόμενον τοῦ κατ' οἰκονομίαν, ὥστ' ἀδύνατόν ἐστι νῦν ὁρίσαι τοῦτο τὸν πρῶτον ἀρχόμενον τὸ τῆς φιλοχρηματίας ἐκκόπτειν πάθος. ὥσπερ δὴ ἐν τούτῳ ἡ ἀρετὴ γειτνιᾷ τῇ κακίᾳ, κατὰ τὸν αὐτὸν τρόπον τῆς φιλοτιμίας ἐκκοπτομένης. ἀναίσχυντον γὰρ κατὰ τὰς καλὰς πεφυκυίας ψυχὰς, ἑτέρους μὲν εἶναι τοὺς ἰσομένους τὰ τῶν σώζεσθαι δυναμένων νέων ἁμαρτήματα, πρεσβύτας C μὲν τὴν ἡλικίαν, ἐν ὅλῳ δὲ τῷ βίῳ πεῖραν ἱκανὴν δεδωκότας ἐλευθέρας γνώμης· οἷς ἐπιτιμῶσιν, οὐδ' ἀντιτείνειν, οὐκ ἀπεχθάνεσθαι προσήκει, ἀλλὰ χάριν εἰδέναι, καὶ παρακαλεῖν ἀεὶ λέγειν τἀληθῆ, καὶ γνόντας αὐτὸ πειρᾶσθαι, κἂν μὴ κατὰ μεγάλα μόρια, κατὰ σμικρὰ γοῦν ἀποκόπτειν τι τοῦ μεγέθους τῶν παθῶν. εἰ καὶ χαλεπὸν ἐν ἀρχῇ τοῦτο, καὶ μετὰ πολλῆς ταλαιπωρίας φαίνοιτο γιγνόμενον, ἐννοοῦντας οὐχ ὁμοίως χαλεπὸν ἔσεσθαι τοῦ χρόνου προϊόντος. ὅσον γὰρ ἂν αὔξηται ἡμῶν τὸ λογιστικὸν ἐν ταῖς τοιαύταις ἀσκήσεσι, καθάπερ ἡττᾶται καὶ μειοῦται τὰ πάθη, τοσοῦτον ῥᾷον ὕστερον ἡ παντελὴς D ὑποταγή. ὅπου γὰρ ἔτι μεγίστων ὄντων ἐκράτησεν ὁ λογισμὸς ἀγύμναστος ὢν, εὔδηλον ὡς μᾶλλον κρατήσειεν, διπλῆς ὑπεροχῆς ἐν τῷ χρόνῳ προσγινομένης αὐτῷ. καὶ γὰρ αὐτὸς ἐξ ὧν ἐγυμνάσατο, πολὺ γενναιότερος ἔσται, κἀκείνοις διατελέσει ἀμφοτέροις γιγνομένοις. ἤρκει δὲ καὶ θάτερον αὐτῶν μόνον εἰς τὴν τοῦ μέλλοντος ἐλπίδα. διόπερ ἐν ἀρχῇ τῆς ἀσκήσεως οὐ προσήκειν ἀθυμεῖν, ὀλίγην ἐπίδοσιν ἑαυτῷ γιγνομένην αἰσθανόμενον ἐν τῇ τῶν παθῶν ἰάσει. μεγάλη γὰρ ἔσται τοῦ χρόνου προϊόντος, ἐὰν μόνον ὑπομένῃ τις ἀκούειν ὧν ἁμαρτάνει, τὴν ἀληθινὴν φιλίαν ἑαυτὸν φιλήσας, καὶ βου- E ληθεὶς γενέσθαι καλὸς κἀγαθὸς, οὐ φαίνεσθαι μόνον. ἡ μὲν δὴ τῶν παθῶν τῆς ψυχῆς, γνῶσίς τε καὶ θεραπεία, κατὰ τὴν εἰρημένην ὁδόν. περὶ δὲ τῶν ἁμαρτημάτων, ἐφεξῆς εἰρήσεται.

Sed vbi dicerem rursus annis pluribus ei opus esse ad affectuum curationem in quibus accreuerit hactenus, vociferans dixit, nihil te inhumanius. Quasi verò potuissem, si ita libitum fuisset, indolentem reddere celerrimè; sed beneficium ei inuidissem, licet soli huic disciplinæ nemo alius inuidere possit. Porrò è re nostra est, omnes quibuscum consuetudinem habemus, ab animi affectibus immunes esse, nec honoris cupiditate nec alio eiusmodi vitio laborare. Quo namque meliores hi extiterint, hoc vtiliores nobis amicos experiemur. Rursus iam ad eum, qui apud virum omninò veracem cupiat versari, reuersus, communem ad omnes animi virtutes viam subiuncturus sum. Principio enim præsidi statuendum venit, vt in singulis actionibus id quod alterum latuerit, in mentem reducat. Siquidem iudicatu interim ex functionibus est difficile, quid sordities à frugalitate dissentiat. Vnde nullo pacto, qui primùm incipit pecuniæ cupiditatis affectum edomare, definire hoc potest. Quemadmodum enim hîc virtus vicina est malitiæ, sic ambitione excisa in bene natis animis modestia nascitur. Cæterùm iuuenum, in quibus salutis aliqua spes effulgeat, vitia senes, sed qui in tota vita ingenuæ indolis specimen abundè satis exhibuerunt, inspicere decet, increpantibus autem non obstrepere, nec odium erga illos ostendere, verùm gratiam agere; cæterùm adhortari semper oportet, vt verum prædicent. Quo cognito, conaberis ex tot affectibus, si non multum, certè pauxillum euellere; quanquam initio factu difficile, & multo labore fieri videatur. At cogitabimus haud ita procedente tempore futurum. Quo enim ratio nostra magis in huiusmodi exercitiis aucta fuerit, quibus coercentur, minuunturque affectus, hoc minori negotio perfecta animi continget subiectio. Quippe vbi rationis particeps anima, nondum exercitata maximis etiam affectibus imperauerit, magis id duplici, temporis spatio, incremento accepto facturam esse liquet. Etenim quibus exercitata est, multò generosior euadet, & animi motibus proderit imminuendis. Atqui alterutrum in futuri boni spem dumtaxat suffecerat. Proinde in ipso exercitij principio animum despondere non expedit, exiguum licet incrementum virtutis in affectuum curatione aduenire sentias. Magna enim hæc paulò post futura sunt, modo sustineas audire quæ delinquas, tum vero temetipsum amore prosequaris, bonus ac probus esse cupiens, non videri solùm. Iam quidem animi affectuum cognitio, curatióque, hac qua dixi via comparabitur. Cæterùm de erroribus deinceps sermo futurus est.



ΓΑΛΗΝΟΥ ΠΕΡΙ ΔΙΑΓΝΩΣΕΩΣ, ΚΑΙ ΘΕΡΑΠΕΙΑΣ ΤΩΝ ΕΝ ΤΗ ΕΚΑΣΤΟΥ ΨΥΚΗ ΑΜΑΡΤΗΜΑΤΩΝ, ΒΙΒΛΙΟΝ.

GALENI DE CVIVSQVE ANIMI PECCATORVM DIGNOTIONE, ATQVE MEDELA LIBELLVS.

CAPVT PRIMVM.

Quid, & quotuplex peccatum, & qua ratione emendari debeat.



EQVIDEM cuiusque animi perturbationum dignotio, ac curatio secundum traditam superiori commentario rationem enarrata est; at deinceps de peccatis dicendum erit. Exordior itaque, ac nunc optimo exordio, quod omnes concedunt, etsi non operibus demonstrant; quid nimirum peccatum vocitent, oratione percurram, vt nobis procedente oratione ambiguitas nulla relinquatur, doceboque vt omnes Græci hac vti voce consueuerint. Interdum quidem de iis intelligitur, quæ iudicio non rectè fiunt, adeò vt sit solius rationalis animæ facultatis; interdum verò communiter, vt cum bruta facultate coniungatur. * * * quidnam sit peccati consensus, omnibus in aperto est; quid verò imbecillus *consensus*, non item; siquidem nonnullis imbecillum hunc assensum inter virtutem vitiúmque medium ponere satius esse visum est; imbecillum verò esse consensum prædicant, quum nobis ipsis nondum ita veram esse opinionem aliquam persuaserimus, vt exempli gratia, in vtraque manu quinos habere digitos; aut bis duo, quatuor esse; forsan vtique senem quempiam offenderis qui in omni vita veris peccatis operam dederit, vel alicui scientificam demonstrationem habenti infirmè assentiri. Scientia igitur geometræ de his quæ per Euclidis elementa demonstrata sunt, talis est qualis partium est; bis duo quatuor esse, eandem quoque scientiam, & deinceps traditorum de sphæra præceptorum habet, quemadmodum & omnium secundum hæc resolutorum de turbinatis figuris atque gnomonicis.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Α'.

Τί τε καὶ ποσαπλάσιον τὸ ἁμάρτημα, καὶ πῶς χρὴ ἐπανορθοῦσθαι αὐτό.

A 

Η ΜΕΝ δὴ τῶν παθῶν ἐν ἑκάστου ψυχῇ διάγνωσίς τε καὶ θεραπεία, κατὰ τὴν εἰρημένην ὁδὸν ἐν τῷ περὶ τούτου γράμματι λέλεκται, περὶ δὲ τῶν ἐφεξῆς ἁμαρτημάτων ἂν εἴη ῥητέον. ἄρχομαι οὖν καὶ νῦν ἀρχὴν ἀρίστην, ἣν ἅπαντες ὁμολογοῦσιν, εἰ καὶ μὴ διὰ τῶν ἔργων ἐπιδείκνυνται· τί ποτε λέγουσιν ἁμάρτημα λόγῳ διελθὼν, ὅπως ἡμῖν ἀμφιβολία μηδεμία κατὰ τὸν ἑξῆς λόγον ὑπολείποιτο, δείκνυς ὡς γε εἰώθασι χρῆσθαι τῇ φωνῇ ταύτῃ πάντες οἱ Ἕλληνες. ἐνίοτε
B μὲν γὰρ ἐπὶ τῶν κατὰ κρίσιν οὐκ ὀρθῶς γιγνομένων, ὡς εἶναι τοῦ λογιστικοῦ μόνου τῆς ψυχῆς. ἐνίοτε δὲ κοινῇ, ὡς καὶ τῆς ἀλόγου δυνάμεως ἅπτεσθαι. * * *

* τί συγκατάθεσις ἁμαρτήματος, συνωμολόγηται πᾶσι· τί δὲ καὶ ἀσθενὴς, οὐκ ἔτι· μεταξὺ γὰρ δοκεῖ τισιν ἄμεινον εἶναι τίθεσθαι τὴν ἀσθενῆ συγκατάθεσιν, ἀρετῆς τε καὶ κακίας· ἀσθενῆ δὲ λέγουσι συγκατάθεσιν, ὅταν μηδέπω πεπεικότες ὦμεν ἡμᾶς αὐτοὺς, οὕτως ἀληθῆ τήνδε τινὰ δόξαν ὑπάρχειν, ὥστε πέντε δακτύλους ἔχειν, εἰ τύχοι, καθ' ἑκατέραν χεῖρα, καὶ τὰ δὶς δύο, τέτταρα εἶναι· ἴσως μὲν ἐπὶ
C πρεσβύτου, δι' ὅλου τοῦ βίου σχολάσαντος εὑρήσεις τῶν ἀληθῶν ἁμαρτημάτων, ἢ συγκατατίθεσθαί τινι τὴν ἀπόδειξιν ἐπιστημονικὴν ἐχόντων ἀσθενῶς. ἐπιστήμη γοῦν ἐστι τοῦ γεωμετρικοῦ τοιαύτη, περὶ τὰ δεδειγμένα διὰ τῶν Εὐκλείδου στοιχείων, ὁποία τῶν μορίων ἐστι τοῦ τὰ δὶς δύο, τέτταρα εἶναι· τὴν δ' αὐτὴν ἐπιστήμην ἔχει, καὶ περὶ τῶν ἐφεξῆς τούτοις διδασκομένων σφαιρικῶν θεωρημάτων, ὥσπερ γε καὶ τῶν κατ' αὐτὰ ἀναλυομένων ἁπάντων τῶν κωνικῶν, καὶ τῶν γνωμονικῶν.

A ἐὰν οὖν ἀμφιβάλληται βραχὺ, καὶ μήτ' ἰδίαν ἑαυτοῖς ἔχῃ συγκατάθεσιν, ἣν κατάληψιν ὀνομάζουσί τινες, ἁμάρτημα εἶναι τοῦτο συγχωρήσειεν ἄν τις, ὡς γεωμετρικοῦ δηλονότι τοῦ ἀνθρώπου. τοῦ μέντοι κατὰ τὸν βίον ἁμαρτάνοντος, ἐν τοῖς περὶ ἀγαθῶν τε, καὶ κακῶν γνώσεώς τε, καὶ κτήσεως, καὶ φυγῆς, αἱ μοχθηραὶ δόξαι συνίστανται, καὶ ψευδεῖς, ἐγκατάθεσις, ἢ προπετὴς, ἢ ἀσθενής. ἐνταῦθα οὖν ἤδη κίνδυνος, ὡς σμικρὸν ἅμα ἁμάρτημα, καὶ μέγιστον, ἐὰν ψευδῶς συγκατατιθώμεθα τῇ τῶν ἀγαθῶν τε, καὶ κακῶν δόξῃ. κατὰ μὲν τοὺς Ἀκαδημαϊκούς τε, καὶ Πυῤῥωνείους, οὐ συγχωροῦντας ὧν ζητοῦμεν ἀπόδειξιν ἐπιστημονικὴν ἔχειν ἡμᾶς, ἅπασαι νῦν συγκαταθέσεις ἐξ ἀνάγκης μέν εἰσι προπετεῖς, ἐνδέχεται δὲ αὐτὴν εἶναι, καὶ ψευδῆ. καὶ τῶν ἀποφηναμένων φιλοσόφων περὶ ἀγαθῶν τε, καὶ κακῶν ἀλλήλαις μαχομένας δόξας, οὐκ ἐγχωρεῖ, φησὶν, ἁπάσας ἀληθεῖς εἶναι, δύνασθαί γε μὴν ἴσως εἶναι ψευδεῖς ἁπάσας, ὡς μήτε ἡδονὴν τὸ ἀγαθὸν εἶναι, μήτε ἀοχλησίαν, μήτ' ἀρετὴν, ἢ τὴν κατ' αὐτὴν ἐνέργειαν, ἢ ὅλως ὁποιονοῦν ἄλλο τῶν εἰρημένων τοῖς φιλοσόφοις. πρότερον οὖν ἐπισκέψασθαι δεῖ τὸν ἀναμάρτητον εἶναι βουλόμενον, εἰ ἔστιν ἀπόδειξις ἀδήλου πράγματος, ὅταν εὕρῃ ζητήσας, μὴ κατὰ τὸ πάρεργον αὐτῶν μόνον, ἀλλ' ἐν τῷ χρόνῳ συχνῷ μετὰ τῶν ἀληθεστάτων ἀνδρῶν, καὶ φύσιν συνετῶν, καὶ γεγυμνασμένων ἐν θεωρίαις λογικαῖς, ὁποία τίς ἐστιν ἡ ἀποδεικτικὴ μέθοδος. εἶθ' ὅταν πεισθείη τις αὐτὴν εὑρηκέναι, μετὰ τοῦτο χρόνῳ πολλῷ πάλιν ἀσκηθῆναι πρὶν ἐπὶ τὴν τῶν μεγίστων ἰέναι ζήτησιν· ἢ διὰ τὸ ἀγαθὸν, (ὅπερ δὴ καὶ τέλος ὀνομάζουσι τοῦ βίου,) κτηθὲν, εὐδαίμονας ἡμᾶς, ἢ μακαρίους, ἢ ὅπως ἂν ἄλλως ὀνομάζειν ἐθέλῃ τις, ἐργάζεται.

Quamobrem si parum quis ambigat, neque proprium ipsis consensum præbeat, quem comprehensionem nonnulli appellant, hoc esse peccatum, vt hominis videlicet geometræ, quispiam iure concesserit. At eius qui in vita peccet, bonis malisque cognoscendis, possidendis, aut euitandis improbæ opiniones falsæque consistunt, assensus videlicet aut procliuis, aut imbecillus. Hîc iam igitur periculum impendet ne paruum simul & maximum peccatum committatur, si falsæ de bonis ac malis opinioni assentiamur. Secundum Academicos planè ac Pyronæos eorum quæ à nobis inquiruntur, B scientificam demonstrationem haberi negantes, omnes qui nunc habentur *de re aliqua* consensus, necessariò sunt temerarij, quin etiam & falsi esse possunt. Aiunt præterea philosophorum latas de bonis, malisque inter se pugnantes sententias veras esse non posse, posse tamen fortassis esse falsas omnes, vt neque voluptas bonum sit, neque perturbationum vacuitas, neque virtus, neque ab ipsa procedens actio, neque aliud omninò quicquam eorum quæ à philosophis enumerata sunt. In primis itaque eum, qui à peccatis mundus esse cupiat, rei illius ignotæ quam inuenire satagit, demonstratio sit necne, considerare oportet, idque non obi- C ter modò, sed longo etiam tempore inter veracissimos homines versantem, qui naturali quadam prudentia præditi sint, atque in rationalibus disciplinis exercitati, qualis est demonstratiua methodus, speculari conueniet. Deinde quum quis ipsam se inuenisse sibi persuaserit, postea longo temporis interuallo iterum sese exercere debet antequam ad maximarum rerum inquisitionem accedat; aut propter bonum, (quod sanè & vitæ finem nuncupant) comparatum, fœlices nos, aut beatos, aut quod quis aliter nominare velit efficiat.

D

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Β'.

Προπετεῖς εἶναι τοὺς τι περὶ τὸν κατὰ τὸν ἀγαθόν τε, καὶ κακὸν βίον χωρὶς τῆς ἀληθείας μεθόδου ἀποφηναμένους.

Ἆρ' οὖν, ὦ πρὸς θεῶν, οἱ χωρὶς τοῦ πεῖσαι πρότερον ἑαυτοὺς ὅτι τὴν ἀποδεικτικὴν μέθοδον ἴσασιν, ἐπιχειροῦντες εὑρέσει μεγίστων πραγμάτων, οὐ φανερῶς εἰσι προπετεῖς; ἐμοὶ μὲν καὶ πάνυ δοκοῦσι. παραπλήσιον γάρ τι ποιοῦσι τοῖς πρὸ τοῦ πεῖσαι σφᾶς αὐτοὺς ἱκανῶς ἐπὶ τῶν ἀρετῶν γεγυμνάσθαι τελείωσιν, τολμῶσιν E ἀποφαίνεσθαί τι περὶ λογιστικῶν, ἢ ἀριθμητικῶν θεωρημάτων. ὥσπερ οὖν τούτοις ἀναγκαῖόν ἐστι σφάλλεσθαι πολλάκις, κατὰ τὸν αὐτὸν τρόπον, ὅσοι πρὸ τοῦ γυμνάσασθαι κατὰ τὴν ἀποδεικτικὴν μέθοδον ἐπιχειροῦσιν ἀποδεικνύειν, ἀδύνατον αὐτοὺς μὴ σφαλῆναι. ὅτι μὲν γὰρ ἔνιοι τῶν ψευδολόγων πείθουσί τινας, εὔδηλον ἐκ τοῦ πλήθους τῶν αἱρέσεων. ὅτι δὲ οὐκ ἂν ἔπειθον, ὡς ἀληθῶς, εἰ μή τις ἦν αὐτοῖς ὁμοιότης οὐδὲ τοῦτ' ἄδηλον· ὡς οὐ σμικράν γε χρὴ νομίζειν εἶναι τὴν ὁμοιότητα, ῥᾷστα γὰρ ἂν ἐφωράθη τις, οὐ τῷ χρόνῳ βασανιζομένη πρὸς ἀνδρῶν ἀξιολόγων τε καὶ πολ- F λῶν. ὅπερ οὖν Ἱπποκράτης ἐπὶ τῶν κατὰ τὴν ἰατρικὴν σφαλμάτων εἶπε, τοῦτο φαίνεται κατὰ φιλοσοφίαν ὑπάρχειν. Ἱπποκράτης δ' εἶπεν τὰς ὁμοιότητας πλάνας, καὶ ἀπορίας ἐργάζεσθαι, καὶ τοῖς ἀγαθοῖς ἰατροῖς, ὡς οὐ μόνον τῶν ἐπιτυχόντων ἰατρῶν ἐν ταῖς ὁμοιότησι σφαλλομένων, ἀλλὰ &

CAPVT II.

Temerarios esse eos qui de vita bonis & malis nulla vera methodo ratiocinantur.

NOnne igitur, per Deos, illi qui priùs quàm demonstratiuam methodum sese inuenisse credant, ad maximarum rerum indagationem transeunt, euidenter temerarij sunt? mihi equidem maximè huiusmodi esse videntur; isti enim idem faciunt atque illi, qui antequam satis se in numerorum scientia exercuisse sibi persuaserint, aliquid de supputatoriis præceptis, atque arithmeticis enunciare audent. Igitur, vt hos plerumque falli necesse est, ita & quicunque priùs aliqua demonstrare conantur, quàm in demonstratiua methodo versati sint, quin errores committant fieri nequit. Etenim quòd nonnulli ex his qui falsa edocent, quibusdam persuadeant, sectarum multitudo testatur; quod verò neque illis hæc, nisi aliqua similitudo intercederet, persuadere potuissent, cuique palam est; neque paruam hanc esse similitudinem profectò existimare conuenit, nam alioqui facillimè deprehenderetur, neque longo temporis decursu nedum à clarissimis viris, sed etiam à vulgaribus examinaretur. Quod itaque in re medica Hippocrates vsu venire aiebat, illud & in philosophia accidere videtur; dicebat autem Hippocrates similitudines, bonis etiam medicis errores difficultatesque parere, vtpotè non vulgaribus dumtaxat medicis, verum etiam nobilissimis ob similitudines

tudines in errorem labentibus. Quare neque alienum est, in philosophia etiam optimis philosophis dubitationes erroresque ex similitudinibus suboriri; gemellorum similitudines quos qui cum ipsis versari consueuerunt, facilè dignoscunt, non assueti, minimè id queunt. Eadem ratione & illæ quæ in rationibus sunt similitudines, eos qui sese non diu, neque quotidie in struendis rationibus exercuerunt, quemadmodum & gemellorum fratrum similitudines, qui cum iis viuunt & consuetudinem habent possunt dignoscere. Hoc vtique vnum primum est eorum peccatum maximum, qui aliquid de humanæ vitæ bonis malisque temerè pronunciant, natum ex amore sui, aut apparentis sapientiæ, aut iactantiæ, aut ambitionis causa; siquidem nonnulli rectè sese opinari sibi persuaserunt, nonnulli honoris aut simulationis causa ea proximis probare conantur, de quibus ipsi dubitant, peccant sanè vtrique, secundi scientes ac volentes, quorum vitium ex perturbatione animi proficiscitur; primi verò nescientes, ipsorúmque error peccatum propriè dici merebitur. Rectè igitur isti fecerint si Æsopi manticarum meminerint, suasque ipsorum opiniones aliis examinandas concesserint, haud per Iouem talibus quales ipsi sunt, non solum in demonstratiua methodo minimè versati, sed etiam aliarum disciplinarum imperiti; quibus imbutus animus acuitur ac excitatur, vtpotè geometria, arithmetica, supputatoria, ædificatoria, & astronomia. Ex his porrò nonnulli, neque rhetoris, neque id quod maximè præsto est, grammatici doctrinâ eruditi, sed adeo in sermonibus inexercitati sunt, vt neque ea quæ à me dicantur, audientes intelligentia assequi valeant. Quæ profectò ego animaduertens, quum aliquem sermonem feci ipsis, vt dicta mea repetant, iubeo, tunc enim re vera, quemadmodum asini lyram, ita & isti ea quæ à me dicta sunt, neutiquam percepisse deprehenduntur; nihilominus tamen in tantum audaciæ vel temeritatis deuenerunt, vt ab iis qui prima elementa didicerint, eò ludibrio habiti, quòd quæ audiuerint recitare nequeant, nihil propterea erubescant; seipsos tantùm veritatem agnoscere, alios disciplinis instructos tempus frustra perdidisse opinentur; verùm non illis quicquam me profuturum sperans, in hunc sermonem diuerti. Plures enim ipsorum, etiam si velint, nihil subsidij capere poterunt, quum neque ætatem ipsam amplius disciplinis percipiendis idoneam habeant. Quisquis verò natura prudens est, & eatenus primis rudimentis operam dedit vt quæ audiuerit, maximè quidem ore proferre statim; sin id minùs, at saltem scriptis mandare valeat, sermonem hunc nostrum sibi subsidio futurum scito, modò sit ex toto veritatis amator. In hoc enim id omne momentum positum est ad veritatis cognitionem, ac primùm oportet natum esse; deinde optima ac liberali educatione vsum fuisse, at qui in veritatem explorandam minimè natura feratur, & in flagitiosis inhonestisque studiis institutus fuerit, nequaquam iste aut spontè commotus, aut ab alio concitatus, veritatem vnquam appetere valebit. Quocirca neque ego vnquam id genus homini opem ferre pollicitus sum, sed vt modò retuli, veritatis amico iter illud ostendere pro viribus conabor quod in tota vita perquisiui, illudque solùm esse quod proximè subijciam, mihi persuasi.

A τῶν ἀρίστων. ὡς οὐκ ἀπεικός ἐστι, καὶ τοῖς ἀγαθοῖς φιλοσόφοις ἐν τοῖς κατὰ φιλοσοφίαν, ἀπορίας τε καὶ πλάνας γίγνεσθαι, περὶ τὰς ὁμοιότητας τῶν διδύμων, οἱ συνήθεις μὲν ἑτοίμως διαγιγνώσκουσιν, οἱ δ' ἀήθεις οὐ δύνανται. κατὰ τὸν αὐτὸν λόγον, οὐδὲ τὰς ἐν τοῖς λόγοις ὁμοιότητας ὅσοι μὴ πάνυ τρίβωνες λόγων ὑπάρχουσι, μηδ' ἑκάστης ἡμέρας, ὥσπερ οἱ τῶν διδύμων ἀδελφῶν ὁμοδίαιτοί τε, καὶ ἠθάδες, ἱκανοὶ διαγιγνώσκειν εἰσίν. ἓν μὲν δὴ πρῶτον τοῦθ' ἁμάρτημά ἐστι μέγιστον τῶν προπετῶς ἀποφηναμένων τι περὶ τῶν κατὰ τὸν ἀνθρώπινον βίον ἀγαθὸν δὲ καὶ κακὸν ἐκ B φιλαυτίας, ἢ δοξοσοφίας, ἢ ἀλαζονείας, ἢ φιλοτιμίας φυόμενον· ἐνίους μὲν γὰρ ἀναπεπεικότας ἑαυτούς, ὡς ὀρθῶς δοξάζουσιν, ἐνίους δὲ τιμῆς ἕνεκεν, ἢ προσχηματισμοῦ τοὺς πέλας μὲν ἀναπείθοντας, αὐτοὺς δ' ὑπόπτως ἔχοντας ὑπὲρ ὧν λέγουσιν. ἁμαρτάνουσιν ἑκάτεροι δηλονότι, γιγνώσκοντες μὲν οἱ δεύτεροι, καὶ εἴη ἂν αὐτῶν ἐμπαθὲς τὸ κακόν· ἀγνοοῦντες δὲ οἱ πρότεροι, καὶ εἴη ἂν αὖ καὶ τούτων τὸ σφάλμα κατὰ τὸ καλούμενον ἰδίως ἁμάρτημα. καλῶς οὖν ποιήσουσιν οὗτοι τὴν Αἰσώπου πηρῶν ἀναμνησθέντες, ἐπιτρέψαντές τε εἶναι τὰς ἑαυτῶν δόξας C ἑτέροις, οὐ μὰ Δία τοιούτοις οἷοίπερ αὐτοὶ τυγχάνουσιν ὄντες, οὐ μόνον ἀγύμνασοι μεθόδων ἀποδεικτικῶν, ἀλλὰ καὶ τῶν ἄλλων μαθημάτων, ἐν οἷς ἡ ψυχὴ θήγεται γεωμετρίας, ἀριθμητικῆς, λογιστικῆς, ἀρχιτεκτονίας, ἀστρονομίας. ἔνιοι δ' αὐτῶν οὐδὲ ῥήτορος, οὐδὲ τὸ προχειρότατον δὴ τοῦτο, γραμματικοῦ διδασκαλίας τυχόντες, ἀλλ' οὕτως ἀγύμνασοι περὶ λόγους ὄντες, ὡς μὴ παρακολουθεῖν τοῖς ἀκούουσιν ὑφ' ἡμῶν λεγομένοις, ἅπερ ἐγὼ καταγνοήσας, ὅταν τινὰ λόγον εἴπω, ἀξιῶ παρ' αὐτῶν ἀκοῦσαι τὰ ῥηθέντα· φαίνονται γὰρ ὄντως, καθάπερ οἱ ὄνοι τῆς λύρας, οὕτω D καὶ αὐτοί, μηδ' ὅλως οἷς εἶπον ἠκολουθηκότες, ἀλλ' ὅμως καὶ αὐτοὶ θράσους, ἢ τόλμης εἰς τοσοῦτον ἥκουσιν, ὡς μήτε καταγελώμενοι πρὸς τῶν τὰ γράμματα μεμαθηκότων, ἐπὶ τῷ μὴ δύνασθαι διελθεῖν ἃ ἤκουσαν, αἰδεῖσθαι· νομίζειν δὲ τὴν ἀλήθειαν ἑαυτοὺς ἐγνῶσθαι, τοὺς δὲ πεπαιδευμένους, μάτην ἀπολωλεκέναι τὸν χρόνον· ἀλλ' οὐ τούτους ἐλπίζων ὠφελήσειν ἐς τόνδε τὸν λόγον ἧκον. οὐδὲ γὰρ εἰ βουληθεῖεν, οἵ γε πλείους αὐτῶν ὠφεληθῆναι ἄν τι δυνήσονται, μηδὲ τὴν ἡλικίαν ἐπιτήδειον αὐτὴν πρὸς παίδευσιν ἔχοντες. ὅστις δὲ φύσει συνετός ἐστι, καὶ μέχρι τούτου γοῦν ἐγυ- E μνάσατο κατὰ τὴν πρώτην παιδείαν, ὅσαπερ ἂν ἀκούσῃ, μάλιστα μὲν ἀπὸ στόματος αὐτίκα δύνασθαι λέγειν· εἰ δὲ μή, γράψαι γε δύνασθαι, βοήθειαν ἕξει τοῦτον τὸν λόγον, εἴ γε ὅλως ἀληθείας ὀρεχθῇ. τοῦτο γὰρ ἐπ' ἐκείνῳ σύμπαν ἐστὶ πρὸς ἀλήθειαν, καὶ χρὴ πεφυκέναι μὲν πρῶτον, εἶτα δεῖται παιδείας τετράφθαι χρηστόν· τῷ δὲ μήτε φῦντι πρὸς ἀλήθειαν, ἐν ἐπιτηδεύμασι μοχθηροῖς τε καὶ ἀσελγέσι τραφέντι, παντάπασιν ἀδύνατόν ἐστιν ὀρεχθῆναί ποτ' ἀληθείας, ἢ ἐξ αὑτοῦ λαβόντι τὴν τοιαύτην ὁρμήν, ἢ ὑπ' ἄλλου προτραπέντι. οὔκουν οὐδ' ἐγὼ ποτ' ἐπηγγειλάμην F ὠφελήσειν ποτὲ τοιοῦτον, ἀλλ' ὡς ἔφην, ὃς ἂν ἀληθείας ἐστὶ φίλος, ἐκείνῳ τὴν ὁδὸν ἐπιδεῖξαι, καθ' ὅσον οἷός τ' εἰμί, πειράσομαι, ζητήσας μὲν αὐτὴν ἐν ὅλῳ τῷ βίῳ, πεπεικὼς δ' ἐμαυτόν, ἣν ἐρῶ νῦν εἶναι μόνην.

A

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Γ'.

Πῶς ἄν τις δοκιμάσοι μέθοδον εἰ ἔστιν ἀληθής.

Ἀξιῶ γάρ, ἔφην, ἐκμαθόντας, ὅσα περὶ τῆς ἀποδεικτικῆς μεθόδου γέγραπται τοῖς πρὸ ἡμῶν, ἐπ' ἄλλων πραγμάτων πρότερον αὐτῆς λαβεῖν πεῖραν, εἰ ὄντως εὑρίσκει τι τῶν ζητουμένων· εἶναι δὲ τῶν τοιούτων πραγμάτων φύσιν ἱκανὴν μαρτυρῆσαι τοῖς εὑροῦσιν αὐτά, καθάπερ ἐπὶ τῶνδε· τὴν δοθεῖσαν εὐθεῖαν, ἢ τὰ ἐπιταχθέντα μέρη διελεῖν, ἴσως δ' οὐ νοοῦσιν οἱ παντάπασιν ἀμαθεῖς ὅ,τι ποτὲ λέγεται. ἐγὼ δέ, καθάπερ ὅλοις αὐτοῖς ἐπιχειρήσω σαφέστερον εἰπεῖν. εὐθεῖαν μὲν δοθεῖσαν ὁ λόγος λέγει τὴν προτεθεῖσαν ἐπί τινος ἀκριβῶς ὁμαλοῦ ἐπιπέδου, τὰ δ' ἐπιταχθέντα μέρη, κατὰ τὴν βούλησιν τοῦ προλαβόντος· εἴ τις εἰς πέντε διελεῖν ἴσα τὴν προτεθεῖσαν εὐθεῖαν, ἢ ἑπτὰ κελεύσειεν ἤτοι εἰς εἴκοσιν, ἢ εἰς ἑκατόν· ἐὰν γὰρ εὕρῃς μέθοδον μίαν, ἢ παρ' ἑτέρου διδαχθεὶς χρώμενος, εἰς ὅσα περ ἂν ἐθέλῃς μέρη τὴν προτεθεῖσαν εὐθεῖαν διαιρήσῃς, αὐτό μαρτυρήσει σοι τὸ πρᾶγμα, φαίνοιτο ἅπαντα τὰ μέρη τοῖς οὕτω διαιρεθεῖσιν ἀκριβῶς ἴσα, καὶ τὰ τοιαῦτα πάντα προβλήματα βεβαίως εὑρημένα δι' αὐτῶν τῶν ἐναργῶς φαινομένων, οἷον ὅταν περιγράψαι τῷ δοθέντι τετραγώνῳ κύκλον ἐπιταχθῶμεν· κατὰ ταῦτα δέ, καὶ τῷ δοθέντι κύκλῳ τετράγωνον περιγράψαι, ἢ ἐγγράψαι· πάλιν περὶ τὸ δοθὲν πεντάγωνον, ἰσόπλευρόν τε καὶ ἰσογώνιον, κύκλον περιγράψαι· ἐὰν γάρ τις ἕκαστον τῶν τοιούτων, δι' ἧς ἔμαθεν μεθόδου περιγράψαι τὸ πρόβλημα δυνηθῇ, πρὸς αὐτοῦ τοῦ πράγματος ἐμαρτυρήθη τὸ ζητούμενον εὑρηκώς· οὐ μὴν εἰ γέγονεν, ἢ ἀγέννητος ὁ κόσμος ἐστί, δύναται τὸ πρᾶγμα μαρτυρῆσαι αὐτό, καθάπερ οὐδ' εἰ πεπερασμένον, ἢ ἄπειρον τὸ πᾶν, ἢ πόσος ὁ τῶν κυμάτων ἀριθμός· οὐδὲν γὰρ τῶν τοιούτων ζητημάτων ὑπ' αὐτοῦ τοῦ δοκοῦντος εὑρίσκεσθαι πράγματος ἐπικρίνεται· καθάπερ ἐὰν ἐπιταχθεὶς τῷ κύκλῳ δωδεκάπλευρον, ἰσογωνόν τε καὶ ὀρθογώνιον περιγράψαι, ἢ ἐγγράψαι, εὐθέως τοῦτο ποιήσοις. καὶ γὰρ ἐγγραφόμενόν τε, καὶ περιγραφόμενον ἐναργῶς ὁρᾶται, ὥσπερ γε καὶ ὁ κύκλος ἐγγραφόμενός τε, καὶ περιγραφόμενος τῷ τοιούτῳ πολυγώνῳ. ὅταν γ' οὖν εὕρωμεν ἀποδεικτικὴν μέθοδον, ἐπὶ τὸ ζητούμενον ἡμᾶς ἄγει, μαρτυρεῖταί τε πρὸς αὐτοῦ τοῦ πράγματος ἐναργῶς, καὶ βασάνοις μικρὰς ἐκ τοῦδε τῆς κατ' αὐτῆς ἀληθείας ἕξομεν, ὡς τολμήσασθαί ποτε χρήσασθαι κἀπὶ τῶν δυναμένων αὐτὸ μαρτυρεῖν ἐναργῶς. οὐκ οὖν ἀξιῶ τινα περὶ τῶν μεγίστων πραγμάτων εὐθέως ἀποκινδυνεύειν· εἰ δὲ δὴ μέγιστά ἐστι τὰ πρὸς εὐδαιμονίαν ἄγοντα, προγυμνάσασθαί γε πρότερον ἐν ὕλαις πραγμάτων, ἐλεγχούσαις μὲν τὸ ψεῦδος οἰόμενον εὑρηκέναι τὰ ζητούμενα, μαρτυρούσαις δὲ τοῖς ἀληθῶς εὑρηκόσιν. ἡ τοιαύτη δὲ μέθοδος ἡ κατὰ γεωμετρίαν ἐστίν, ἀριθμητικήν τε, καὶ λογιστικήν, ἀστρονομίαν τε, καὶ ἀρχιτεκτονίαν· ἐν γὰρ ὀνόματι τῷ τῆς ἀρχιτεκτονίας ὑπογράφω καταγραφὰς ὡρολογίων, καὶ κλεψυδρῶν, ὑδροσκοπίων τε, καὶ μηχανημάτων ἁπάντων, ἐν οἷς ἐστι καὶ τὰ πνευματικὰ προσαγορευόμενα. μαρτυρεῖ γοῦν ἅπαντα ταῦτα τοῖς εὑρίσκουσιν αὐτά, καθάπερ καὶ τὴν ἀστρονομίαν, καὶ γὰρ ταῦτα πρὸς αὐτῶν τῶν ἐναργῶς φαινομένων ἐπικρίνεται, βασανίζεταί τε, καὶ μαρτυρεῖται. εἴ γε δὴ τῶν ἐναργῶς

CAPVT III.

Quomodo quis methodum an vera sit explorabit.

NAm dignum puto, inquam, vt qui didicerint ea quæ de methodo demonstratiua à maioribus nostris tradita sunt, in aliis rebus ante periculum faciant, nunquid reuera aliquod quæsitorum inueniant; esséque huiusmodi rerum naturam idoneam vt suis inuentoribus testimonium perhibeat; vt exempli causa in hoc, datam rectam; aut præceptas partes diuidere; fortassis penitus rudes, quidnam dicatur, non
B intelligunt. Ego verò perinde atque si omnes ipsi adessent, clariùs dicere incipiam. Rectam datam sermo noster intelligit, lineam rectam in plano aliquo absolutè æquali propositam; præceptas autem partes, pro præsumentis arbitrio; si quis propositam rectam in quinque æquales partes, aut septem, aut viginti, aut centum diuidi iubeat; nam si methodum vnam inueneris aut ab alio edoctus vsus ea fueris, in quot velis partes propositam rectam partiri, res ipsa tibi testis erit, omnésque particulæ ita diuidentibus
C exquisitè cernentur æquales, atque id genus omnia problemata firmè reperta sunt, per ea quæ sunt euidentia; vt quum dato quadrangulo circulum circumscribere; aut pariter & dato circulo, quadrangulum circum intúsve scribere iubemus; rursus quum dato pentagono æquilatero & æquiangulo, circulum circumscribere; si quis etenim singula hæc ea, quam didicit, methodo statim circumscribere poterit, res ipsa quæsitum iam inuenisse testabitur. At non itidem, genitúsne an ingenitus sit mundus, res ipsa testari potest, quemadmodum neque finitúmne
D sit an infinitum vniuersum, aut quantus sit maris fluctuum numerus; nullum enim huiusmodi quæsitorum ex ipsa re quæ inuenta esse videatur, dijudicari potest, quemadmodum si circulo figuram duodecim laterum æqualium, rectorúmque angulorum circum intúsque designare iussus id statim feceris; intus namque & circumscripta figura euidenter conspicitur, sicut & circulus huic multangulæ figuræ intus circumque designatus agnoscitur. Itaque quum demonstratiuam methodum inuenerimus, ad id quod quærimus nos ducit, ac testimonium ex ipsamet re
E haud obscurum accipimus; & exinde probationes haud paruas ipsius veritatis habebimus, vt aliquando & in his quæ id euidenter testari queant, ea vti audeamus. Neque statim in rebus maximis à quoquam periculum faciendum esse existimo; si verò ad felicitatem ducentia maxima sunt, in aliqua priùs materia exerceri conuenit, quæ illorum errorem qui se quæsitum falsò inuenisse autumant, redarguat, & verè inuentoribus suo testimonio faueat. Huiusmodi methodus in geometria reperitur, arithmetica, ars supputandi, astronomia, & architectonica; nomine
F autem architectonicæ, horologiorum, clepsydrarum, hydroscopiarum, & machinamentorum omnium descriptiones amplector, inter quæ & pneumatica quæ vocantur, existunt. Hæc profectò omnia inuentoribus suis testimonium perhibent vt & astronomiæ inuenta, quæ & ipsa ex euidentibus dijudicantur, examinantur, & testimonio confirmantur. Solis namque & Lunæ defectus,

defectus, & quæcunque circa fixas errantésque stellas conspiciuntur, interea quæ manifestè apparent, reponuntur. Manifestum præterea est sermones nostros omnium illorum animos percellere, quibus iam prouecta ætate non ampliùs occasio superest vt in rebus illis demonstratiuam methodum longo tempore exerceant, quæ ipsam perspicuè testari valeant; aut enim proximè dicebam proprio amore decepti, aut sapientes videri volentes, aut honoris inanisque gloriæ cupiditate, aut arroganti iactantia, aut auaritia perciti, nonnulli sibi ipsis, nonnulli verò aliis se aliquid firmi scire persuadēt. Quocirca nihil mirum fuerit in proprio vnumquemque auditorio suis hæc discipulis probare, quorum aliqui asinino ingenio sunt, aliqui verò acri, sed in primis disciplinis nequaquam exercitato; nam id genus iactantibus atque ineruditis præceptoribus expedit, arbitror, tales habere discipulos; quicunque enim natura prudens, & in disciplinis antea versat⁹ fuerit, ipsos illico floccifecerit, sicuti & ego adolescentiæ annos nondum egressus, multos doctores contempsi, qui nonnulla demonstratis scientificè in geometria repugnantia ostendere audebant, neque demonstrationis simulachrum vnquam cognouerant. Siquis igitur veritatem exploraturus priùs iactantiam sui ipsius amorem, ambitionem, gloriæ studium, sapientiæ opinionem, atque auaritiam ex animo suo extirpauerit, iste planè ad ipsam perueniet non mensibus modò, sed annis multis postea, quum antè sese exercuerit, atque placita ad beatitudinem & ad miseriam ducere valentia indagauerit; illis verò, quas dixi, perturbationibus furentem, ad tam longum iter pigrum, atque impeditum video; at illos quidem odio prosequor qui insidiatorem calumniatorémque efficiunt; His enim vitiis suos ipsorum discipulos præoccupare ac inficere solent, vt neque id genus sermonibus, quales nos hactenus fecimus, aures vnquam præbere æquo animo possint. Facillimum autem est præceptorem graui ac seuera facie dicentem imperitis adolescentibus persuadere, se præeunte, expeditissimum esse ad sapientiam iter secundum Cynicos vocatos *philosophos*; siquidem & isti placita sua breuem esse ad virtutem viam contendunt: At ipsorum nonnulli sententiam hanc damnantes, non ad virtutem, sed per virtutem ad beatitudinem Cynicam philosophiam iter esse confirmant; cæterùm nonnulli veriùs ipsam declarantes, per imperitam istorum hominum temeritatem ad inanem iactantiam breuē esse viam testantur. Itaque vt Cynici omnes quos nostra ætate cōspeximus, ita & eorum quidam qui se philosophos profitentur, vitare se in rationali contemplatione exercitationem non eunt inficias; deinde quum à nobis discesserint, cum vulgaribus omnibus, caprarum videlicet boumq; pastoribus, fossoribus, atque messoribus congredi indignum putant, quòd scilicet ea quæ à se dicātur, isti vtpotè in ratione differendi nunquam versati, minimè assequantur, perinde atque si ipsi vnquam in primis se disciplinis exercuissent, ac non repentè de vitæ fine, de bona atque aduersa fortuna à præceptore demonstratiuos, vt ipse credebat, sermones aliquos audiuissent, ipsisque eo quòd nō essent exercitati, fidem adhibuissent; quæ planè iis, vt dixi, ob falsarum verarúmque rationum similitudinem, causæ falsorum decretorum extiterunt. Similitudines autem exactè illi dignoscunt, qui singulas integras cōmentationes diligentissimè tractauerunt,

A φαινομένων ἐστὶν ἔκλειψις ἡλίου, καὶ σελήνης, ὅσα τε κατὰ τοὺς ἀπλανεῖς, καὶ πλανήτας ἀστέρας ὁρᾶται. ὅτι δὲ δάκνονται τὴν ψυχὴν ἅπαντες ἐπὶ τοῖς λόγοις τούτοις, ὅσοι προβεβηκότες ἤδη κατὰ τὴν ἡλικίαν, οὐκ ἔτι καιρὸν ἔχουσι, χρόνῳ πολλῷ βασανίσαι τὴν ἀποδεικτικὴν μέθοδον, ἐπὶ πραγμάτων ἐναργῶς αὐτὴν μαρτυρῆσαι δυναμένων· ἤτοι γὰρ, ὡς ἔφην διὰ φιλαυτίαν, ἢ διὰ δοξοσοφίαν, ἢ φιλοτιμίαν, ἢ φιλοδοξίαν, ἢ ἀλαζονείαν, ἢ χρηματισμὸν, ἔνιοι μὲν ἑαυτοὺς, ἔνιοι δ' ἄλλους ἀναπείθουσιν ἐπίστασθαί τι βέβαιον. οὐδὲν οὖν ἐστι θαυμαστὸν, ἐν
B ταῖς ἰδίαις ἕκαστον διατριβαῖς τοὺς φοιτητὰς ἀναπείθειν, ἐνίους μὲν ὀνώδεις φύσει, τινὰς δὲ δριμεῖς μὲν, ἀλλὰ ἀγυμνάστους ἐν τοῖς πρώτοις μαθήμασιν· συμφέρει γὰρ, οἶμαι, διδασκάλοις ἀλαζόσι τοιούτους ἔχειν μαθητὰς, ὡς ὅ, τε συνετὸς φύσει, καὶ προγεγυμνασμένος ἐν τοῖς μαθήμασιν, εὐθέως αὐτῶν καταφρονεῖ, καθάπερ κἀγὼ πολλῶν διδασκάλων ἔτι μειράκιον ὢν, ὑπερεφρόνησα, τολμώντων μὲν ἀποφαίνεσθαί τινα μαχόμενα τοῖς ἐπιστημονικῶς ἀποδεδειγμένοις ἐν γεωμετρίᾳ, μὴ γνωσκόντων δ' αὐτῶν οὐδ' εἴδωλον ἀποδείξεως. ἐὰν οὖν ἐξέλοι ὁ μέλ-
C λων ἀλήθειαν ζητῆσαι, ἀλαζονείαν, φιλαυτίαν, φιλοτιμίαν, φιλοδοξίαν, δοξοσοφίαν, φιλοχρηματίαν, ὁ δ' ἀφίξεται πάντως ἐν αὐτῇ προγυμνασάμενος οὐ μησὶν, ἀλλὰ ἔτεσί ποθ' ὕστερον, ζητήσας τὰ πρὸς εὐδαιμονίαν τε, καὶ κακοδαιμονίαν ἄγειν δυνάμενα δόγματα· τὸν δ' ὑπό τινων παθῶν, ὧν εἶπον, οἰστρούμενον, πρὸς μὲν τὴν οὕτω μακρὰν ὁδὸν ὀκνῶ, ἐκείνοις δὲ μισῶ ἐπίβουλόν τε, καὶ διάβολον κατασκευάζοντας. τούτοις γὰρ εἰώθασι προκαταλαμβάνειν τοὺς ἑαυτῶν μαθητὰς, ὡς μηδ' ὑπομεῖναί ποτε τὸ παραχεῖν τὰ ὦτα τοιούτοις λόγοις,
D ὁποίους ἐγὼ μέχρι δεῦρο προὐχειρισάμην. ἑτοιμότατον δ' ἐστὶ πείθεσθαι μειρακίοις ἀπαιδεύτοις διδάσκαλον τὸν ἐφρυῶντα σεμνῷ προσώπῳ, ῥᾴστην ὁδὸν ἐπὶ σοφίαν, ὑφηγήμενον παρὰ τοῖς Κυνικοῖς ὀνομαζομένοις. καὶ γὰρ καὶ οὗτοι σύντομον ἐπ' ἀρετὴν ὁδὸν εἶναί φασι τὸ σφέτερον ἐπιτήδευμα. τινὲς δὲ αὐτῶν ἐλέγχοντες οὐκ ἐπ' ἀρετὴν, ἀλλὰ δι' ἀρετῆς ἐπ' εὐδαιμονίαν, ὁδὸν εἶναι φάσκουσι τὴν Κυνικὴν φιλοσοφίαν· ἀλλ' ἕτεροί γε ἀληθέστερον ἀποφαινόμενοι αὐτὴν σύντομον ἐπ' ἀλαζονείας ὁδὸν εἶναί φασι, ἀμαθῆ τῶν τοιούτων ἀνθρώπων τόλ-
E μαν. ὥσπερ οὖν οἱ Κυνικοὶ πάντες οὕς γε δὴ τεθέαμαι κατὰ τὸν ἐμαυτοῦ βίον, οὕτω καὶ τῶν φιλοσόφων εἶναι ἐπαγγελλομένων ἔνιοι, φεύγειν ὁμολογοῦσι τὴν ἐν τῇ λογικῇ θεωρίᾳ γυμνασίαν· εἶθ' ὅταν ἡμῶν ἀπαλλαγῶσιν, οὐκ ἀξιοῦσι διαλέγεσθαι τοῖς ἐπιτυγχάνουσιν ἀνθρώποις, αἰπόλοις, καὶ βουκόλοις, καὶ σκαπτοῦσι, καὶ θερισταῖς, ὅτι μὴ παρακολουθῶσιν, ὥς φασι, τοῖς λεγομένοις, ἀγύμναστοι περὶ λόγους ὄντες, ὥσπερ αὐτοὶ γεγυμνασμένοι ποτὲ κατὰ τὰ πρῶτα μαθήματα, καὶ οὐκ ἄφνης περὶ τέλους βίου, καὶ εὐδαιμονίας, καὶ κακοδαιμονίας ἀ-
F κούσαντες τοῦ διδασκάλου λόγους τινὰς ἀποδεικτικοὺς, ὡς ἐκεῖνος ἐνόμιζε, πεισθέντες δὲ δι' ἀγυμνασίαν αἵπερ αὐτοῖς, ὡς ἔφην, δι' ὁμοιότητος τῶν ψευδῶν λόγων πρὸς τοὺς ἀληθεῖς, αἰτίαι τῶν ψευδῶν δογμάτων· τὰς δ' ὁμοιότητας, οἱ μάλιστα τετριμμένοι καθ' ἑκάστην ὅλην πραγματείαν ἀκριβῶς διαγινώσκουσι.

ἀναγκαῖον δή ἐστι τὸν ἐξαίφνης προσελθόντα κρίσει λόγου, ἀδυνατεῖν διαγνῶναί τε, καὶ διακρῖναι τοὺς ψευδεῖς ἀπὸ τῶν ἀληθῶν. ἐναργὲς δὲ τοῦτο τεκμήριόν ἐστι, τὰ καλούμενα σοφίσματα, λόγοι τινὲς ὄντες ψευδεῖς εἰς ὁμοιότητα τῶν ἀληθῶν πεπανουργευμένοι. τὸ μὲν οὖν ψεῦδος αὐτῶν, πρόδηλον φαίνεται διὰ τοῦ συμπεράσματος οὐκ ὄντος ἀληθοῦς. ἐπειδὴ δ' οἱ ψευδεῖς λόγοι, πάντως ἤτοι τῶν λημμάτων ἔχουσί τι ψεῦδος, ἢ τὸ συμπέρασμα κακῶς ἐπιφερόμενον· οὐ φαίνεται δὲ προχείρως ταῦτα κατὰ τὰ σοφίσματα, διὰ τοῦτο δύσλυτα τοῖς ἀγυμνάστοις περὶ λόγους. ὅπου τοίνυν ὁμολογούμενον τὸ ψεῦδος τοῦ λόγου ἐστὶ, διὰ τὸ φαίνεσθαι πᾶσιν ἐναργῶς τὸ συμπέρασμα αὐτοῦ ψεῦδος, ὅμως ἡ λύσις ἀπορεῖται τοῖς ἀγυμνάστοις, ἀσφαλὲς μὲν αὐτοῖς εἴη πάντας ὑποπτεύειν λόγους, συγκατατίθεσθαι δὲ μηδενὶ πρότερον, ἄχρις ἂν ἀκριβῶς ἑαυτοὺς πείσωσιν, ἱκανοὺς εἶναι γιγνώσκειν τὰς ὁμοιότητας τῶν ψευδῶν λόγων πρὸς τοὺς ἀληθεῖς, πείσωσι δὲ προβάλλειν ἐπιτρέποντες τοῖς βουλομένοις τῇ πείρᾳ γνῶναι τὴν δι' αὐτῶν. ἆρ' οὖν ἄλλο τι συμβουλεύουσιν, ἢ γυμνάζειν ἀξιοῦσιν ἐν τῇ τῶν σοφισμάτων λύσει τοὺς μαθητάς; οὐδαμῶς οὐδὲν ἄλλο τῆς λύσεως οὔσης, ὡς ἔφην, ἐν τῷ φράσαι τὴν πρὸς τὸν ἀληθῆ λόγον ὁμοιότητα τοῦ ψευδοῦς. ἀναγκαῖον οὖν ἐστιν προμεμαθηκέναι περὶ τῆς τῶν ἀληθῶν λόγων φύσεως, ὁ γὰρ ἐν ἐκείνοις γυμνασάμενος, ὡς ἀκριβῶς τε ἅμα, καὶ ταχέως γιγνώσκειν αὐτῶν τὸ εἶδος, οὐ χαλεπῶς ἂν, ἔφην, διαγνώσκοι τοὺς ψευδεῖς. ἐγὼ τοῦτ' ἔδειξα μειράκιά που γεγυμνασμένα ἐν μαθήμασι διδάξας γνωρίζειν ἀληθεῖς λόγους, ἀξιώσας τι προβάλλειν αὐτοῖς σοφισμάτων τοῖς βουλομένοις τῶν παρόντων. αὐτὰ γὰρ ἐγνώρισε τὴν ἀτοπίαν αὐτῶν, ἤτοι κατὰ τὸ σχῆμα γεγενημένην, οὐκ ὂν συλλογιστικὸν, ἢ κατὰ τῶν λημμάτων ψευδῆ οὖσαν, ὥστε κἀκ τούτου φανῆναι σαφῶς τοῖς δοξοσόφοις τούτοις πρεσβύταις, ὅσοι σοφίσματα λύειν ἀδυνατοῦσιν, ὅτι διὰ τὴν ἄγνοιαν τῶν ἀληθῶν λόγων τοῦτο πεπόνθασιν· εἶτ' ἐσχάτης καταγνώσεως ἄξιοι εἰσὶ, διὰ προπετῆ συγκατάθεσιν ἐν κακοδαίμονι βίῳ γενόμενοι· ἡ γὰρ περὶ τέλους δόξα ψευδὴς, ὡμολόγηται πᾶσι πρὸς κακοδαιμονίαν ἄγειν· οὗτοι δὲ ἀγύμναστοί τινες εἰσὶ περὶ διαγνώσεως ἀληθῶν τε, καὶ ψευδῶν λόγων, ἐνίοτε πειθόμενοί τινος νοεῖν ἀλήθειαν δόξης, ἀγνοοῦσι μὲν ὅτι λόγον ἐνδεχόμενον εἰρήκασιν, ὡς φαινομένων ἐναργῶς ὧν δοξάζουσι, κελεύουσι δ' ἡμᾶς ἕπεσθαί τε, καὶ πείθεσθαι χωρὶς ἀποδείξεως, πολλάκις δὲ μόνης ἐνδείξεως δεομένου τοῦ λόγου, δι' ἀποδείξεως ἐπιχειροῦσιν αὐτὸν πιστοῦσθαι. τινὲς δὲ ἀγνοοῦντες ὅπῃ διαφέρει τὸ τῆς ἐνδείξεως δεόμενον, ἢ ὡς πρῶτόν τε, καὶ ἐξ αὐτοῦ πιστὸν, ὅμως ἐπιχειροῦσιν ἀποφαίνεσθαι περὶ πραγμάτων ἀκριβοῦς ἐπισκέψεως δεομένων. καὶ ταῦτα πεπόνθασι πολλοὶ τῶν ἤδη γεγηρακότων ἐν φιλοσοφίᾳ. ἡ οὖν, ὦ πρὸς θεῶν, ἡ τῶν τοιούτων ἀμαθία τε, καὶ δοξοσοφία δοκεῖ σοι δύνασθαι θεραπευθῆναι ῥᾳδίως; ἢ ὅστις μὲν σκιρρώδης ἐτῶν ἤδη τριῶν, ἢ τεττάρων ἄλυπον ἔχει τὸν σκίρρον; ἥ τε τῶν τοιούτων γερόντων ψυχὴ, τὸν τῆς ἀμαθίας τε, καὶ δοξοσοφίας σκίρρον ἐτῶν τριάκοντα ἔχουσα δύναται λυθῆναι;

A necessarium autem est eum qui repente materiam aliquam non exercitata ratione dijudicare aggreditur nullo pacto falsas a veris argumentationibus distinguere separaréque posse. Huiusce rei manifestum indicium sunt vocata sophismata, quæ rationes quædam falsæ sunt ad verarum imaginem dolosè constructæ. Harum ergo mendacium ex conclusione quæ vera non est apertè deprehenditur. Quoniam verò falsæ *sunt* rationes, aut assumptum aliquod falsum, aut conclusionem haud rectè illatam habeant necesse est; & hæc in sophismatibus haud ita facilè conspicua sunt, B propterea ab illis qui in disserendo se non exercuerunt, vix deprehendi poterunt. Igitur quum rationem mendacem esse concedimus, quòd omnibus conclusionis mendacium euidenter pateat, nihilominus inexercitatos nodi solutio præterit, tutum quidem ipsis esset rationes omnes suspectas habere, nulli verò priùs assentiri quàm se falsarum verarúmque rationum similitudines exquisitè distinguere posse sibi persuaserint, aliósque sibi quæstiones proponere patiantur, volentibus ipsorum eruditionis periculum facere permittentes. Non aliud igitur consulunt quàm quòd discipulis, vt se in sophismatum dissolutione exerceant, C præcipiunt? Quæ nihil aliud, vt antea dicebam, prorsus fuerit, quàm inter veram falsamque rationem similitudinis agnitio. Necessum itaque sit verarum priùs argumentationum naturam didicisse, in iis namque versatus, ipsarumque speciem exactè iuxta celeritérque percipere assuetus, haud ægrè etiam falsas cognouerit. Ego id re demonstraui, quum adolescentes in disciplinis versatos veras rationes cognoscere edocui, & alicui ex præsentibus, cui libuisset, vt aliquod ipsis sophisma proponeret, iussi. Ipsi enim sophismatum absurditatem deprehenderunt, quæ aut in figuræ non D syllogisticæ inconcinnitate, aut in assumptorum falsitate posita esset; ita vt ex hoc euidenter apparuerit istis qui sibi sapientes videntur senibus, quicunque sophismata hæc soluere non possunt, quòd ob verarum rationum ignorantiam hoc subeant; deinde extremæ condemnationi digni sunt eo quòd ex temerario assensu miseram degant vitam; falsam enim de vitæ fine opinionem ad miserias, calamitatésque ducere omnes testantur; isti verò *homines* quidam sunt in discernendis veris falsísque rationibus nunquam exercitati, interdum nonnulli opinionis alicuius veritatem intelligere se credentes, contingentem E quidem rationem se dixisse ignorant, tanquam sensibus ea quæ opinantur, euidenter appareant, nos verò sequi, & absque demonstrationibus credere iubent: sæpe verò quum sola indicatione oratio egeat, demonstratione ipsam confirmare nituntur, quidam verò quomodo differat id quod eget demonstratione ab eo quod primario atque ex se notum est ignorantes, nihilominus tamen de rebus quibus magna contemplatione opus est, temerè loqui aggrediuntur. Atqui in his erroribus, multi qui iamdiu in philosophia consenuerunt, versantur. F Quid igitur, proh Deos, istorúmne inscitia apparénsque sapientia tibi facilè curari posse videtur? An etiam qui triennium aut quadriennium scirrhum habet doloris expertem? An senum istorum animum inscitiæ, apparentisque sapientiæ scirrho triginta iam & quadraginta annos occupatum ad sanitatem redire poterit? at,

at si velis, fac id posse fieri, deinde dierumne spatio, an mensium, an annorum huiusmodi scirrhi curatio egeat, æstimato. Itaque ne amplius mireris quamobrem multos istorum qui se philosophari prædicant, neque alloqui, neque cum ipsis disputare dignum existimo, omnes enim priuatos homines, natura prudentes, eáque disciplina institutos quæ iampridem à Græcis probata est, istis præstantiores cognoui. Facilè enim quæcunque ipsi euidenter consequuntur agnoscunt; istos verò altercantes, aut quæ placitis ipsorum aduersentur, percipere dissimulantes, plerúmque expertus sum. Ego quum de iis quæ vnumquemque finem consequuntur millies iam à nobis aduersus plerosque philosophos habita sit oratio, alij quidem omnes quòd primis rudimentis optimè instituti sint, acutum ingenium habent, ipsique viuendi rationem concordem suis placitis dicebant, sermonémque nostrum rectè intelligebant; at reliqui in quadam inani sapientiæ opinione (vt supra posui) ad senectam vsque versati, soli contraria sentiebant: deinde quum ab omnibus præsentibus deriderentur, ad conuitia se conuertebant. Verùm quæ à nobis sæpius vnà cum multis viris de quoque pro singulis finibus vitæ genere explicata sunt in aliis habes commentariis tradita; & perspicuum est quòd errorum quos isti committunt, exempla in illis scripta sint. Nam quæcunque isti diuersis sectis addicti per totam vitam inter se contraria faciunt ac dicunt, ex falso iudicio proueniunt, perspicuúmque est omnia & malè fieri, & peccata esse quæcunque in qualibet secta errata committuntur, siquidem veridica secta non finem solum, verùm etiam genus vitæ fini illi consentaneum adinuenit, vbi & quid inter peccatum perturbationémque intersit, apertissimè discere licet. Aliquis, exempli causa; placitum hoc instituerit, homines iuuare, tanquam verum aut perfectum aliquibus bene facere, cæterùm iste aut somno, aut socordia, aut voluptatibus, aut aliquo id genus alio impeditus, auxilium omittens in affectu errauit. Alius verò quispiam sibi tantum voluptates, curarúmque vacuitatem comparare statuens, ac propterea ciuibus suis aut domesticis iniuriis affectis auxilium denegans, ex praua opinione profectò, non ex aliqua perturbatione peccauit.

A θὲς εἰ βούλει, καὶ δύνασθαι, καὶ σκέψαι πότερον ἡμερῶν, ἢ μηνῶν, ἢ ἐτῶν τῆς τοιούτου σκίῤῥου θεραπεία δεῖται. μὴ τοίνυν θαύμαζε, διὰ τί πολλοῖς τῶν φιλοσοφεῖν ἐπαγγελλομένων, οὐδ' ὅλως ἀξιῶ διαλέγεσθαι· ἀμείνους γὰρ αὐτῶν οἶδα πάντας ἰδιώτας τε, καὶ συνετοὺς φύσει, καὶ πεπαιδευμένους τὴν παρ' Ἕλλησιν ἐξ ἀρχῆς εὐδοκιμοῦσαν παιδείαν. οὗτοι μὲν, καὶ γνωρίζουσι ῥᾳδίως ὅσα τ' ἐναργῶς ἀκολουθεῖ. τῶν δ' ὡς ἐριζομένων ὄντων, ἢ προσποιουμένων μὲν μὴ γνωρίζειν ὅσα τοῖς δόγμασιν αὐτῶν ἐναντιοῦται, πολλάκις ἐπειράθην· περὶ μὲν γοῦν B τῶν ἑπομένων ἑκάστῳ τελῶν, μυριάκις ἤδη λόγων ἡμῖν γενομένων πρὸς πολλοὺς τῶν φιλοσόφων, οἱ μὲν ἄλλοι πάντες διὰ τὸ πεπαιδεῦσθαι τὴν πρώτην παιδείαν, ὀξεῖς εἶναι τὴν διάνοιαν· αὐτοί τε τοὺς ἀκολούθους βίους τοῖς αὐτῶν δόγμασιν ἔλεγον, τὸν ἡμῶν λόγον γνωρίζοντες· οἱ δ' ἄλλοι, ὡς εἴρηται γεγηρακότες ἐν δοξοσοφίᾳ, μόνοι τἀναντία λέγοντες, εἶτα καταγελώμενοι πρὸς ἁπάντων τῶν παρόντων εἰς λοιδορίαν αὐτῶν ἐτρέποντο. ἀλλὰ τὰ μὲν ἐξηγημένα πολλάκις ἡμῖν, ἅμα πολλοῖς ἀνδράσι περὶ τῶν ἀκολούθων ἑκάστῳ τέλει βίων, ἐν ἑτέροις ὑπομνή- C μασιν ἔχεις· καὶ δῆλον ὅτι πολλὰ παραδείγματα τῶν ἁμαρτημάτων, ὧν ἁμαρτάνουσιν ἐν αὐτοῖς, γέγραπται. πάντα γὰρ ὅσα καθ' ὅλον τὸν βίον ἐναντίως ἀλλήλοις πράττουσιν ὅσα τε, καὶ λέγουσιν οἱ ἀπὸ τῶν διαφόρων αἱρέσεων ἀναγόμενοι, κατάκρισις ψευδὴς γίγνεται, καὶ πρόδηλόν γ' ἐστὶν, ὡς κακῶς τε γίγνεται πάντα, καὶ ἁμαρτήματα ἐστὶ τὰ κατὰ πᾶσαν αἵρεσιν πλημμελήματα, τῆς ἀληθοῦς εὑρηκυίας οὐ μόνον τὸ τέλος, ἀλλὰ καὶ τὸν ἀκόλουθον αὐτῷ βίον, ἔνθα καὶ σαφῶς, ὅπῃ διαφέρει πάθος ἁμαρτήματος, ἔνεστί σοι μαθεῖν. D ὁ μὲν γὰρ εὐεργετεῖν, εἰ οὕτως ἔτυχε, τοὺς ἀνθρώπους δόγμα θέμενος, ὡς ἀληθὲς, ἢ τέλειον εὐεργετῆσαί τινας ἐκλείπων τὴν βοήθειαν, ἢ δι' ὕπνον, ἢ ῥᾳθυμίαν, ἢ φιληδονίαν, ἤ τι τοιοῦτον κατὰ πάθος ἔσφαλε. κεκρικὼς δέ τις ἑαυτῷ μόνῳ τὰς ἡδονὰς, ἢ τὴν ἀοχλησίαν ἐκπορίζειν, ἀποστάμενος δὲ διὰ τοῦτο πολίταις, ἢ οἰκείοις ἀδικουμένοις βοηθῆσαι, διὰ μοχθηρὰν δόξαν, οὐ διὰ πάθος ἥμαρτε.

CAPVT IV.

Quòd de cuiusque vitæ fine falsa sit opinio.

PRincipium equidem peccatorum falsa de cuiusque vitæ fine opinio est; ex ea enim tanquam è radice quadam singula peccata exoriuntur: sed potest aliquis opinione finis non deceptus, in aliquo particulari consequutionem haud intelligens aberrare; cæterùm tibi (vt proximè dicebam) actiones *vitæ* singulis finibus congruentes in aliis commentariis latiùs enumeraui, in præsentia peccatorum sola capita perstringam, quæ & repetere satius esse duco, vt propositorum compendium quoddam facilè memoriæ mandandum conficiam. Quandoquidem enim in finis contemplatione fœlicitatis humanæ præcipuum firmamentum ponitur ac constituitur, meritò in ipsius inuestigationem omnes incubuerunt;

E

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Δ'.

Ὅτι ἡ περὶ τέλους ἑκάστου βίου ὑπόληψις ψευδής.

ΑΡχὴ μὲν οὖν ἐστιν αὐτῶν πολλῶν ἁμαρτημάτων, ἡ περὶ τέλους ἑκάστου βίου ὑπόληψις ψευδής· φύεται γὰρ, ὥσπερ ἐκ ῥίζης τινὸς ταύτης, τὰ κατὰ μέρος ἁμαρτήματα· δύναται δέ τις ἐν τῇ περὶ τέλους δόξῃ μὴ σφαλεὶς, ἔν τινι τῶν κατὰ μέρος σφαλῆναι, μὴ συνεὶς τῆς ἀκολουθίας· ἐπὶ πλέον δέ σοι, καθάπερ ἔφην ἄρτι, τὰς ἀκολούθους πράξεις ἑκάστῳ τέλει, δι' F ἑτέρων ὑπομνημάτων ἤθροισα, νυνὶ δὲ τὰ κεφάλαια μόνα τῶν ἁμαρτημάτων εἴπω, ἃ καὶ βέλτιον εἶναι νομίζω πάλιν ἀναλαβεῖν, ἕνεκα τοῦ συνοψίν τινα τῶν προκειμένων εὐμνημόνευτον γενέσθαι. ἐπειδὴ γὰρ ἐν τῇ περὶ τέλους σκέψει, τὸ κῦρος ἐστὶ τῆς ἀνθρωπίνης εὐδαιμονίας, εἰκότως ἐπὶ τὴν ζήτησιν αὐτοῦ πάντες ἧκον·

οἱ δὲ ἡμιμαθοῦντες εὐθέως, προπετῶς ἀπεφήναντο· ἀπεφήναντο δὲ προπετῶς ἤτοι πάντες, ἢ χωρὶς ἑνός· οὐδ' αὐτὸς ἐστὶ φανερὸς αὐτοῦ τοῦ κρῖναι τὰς ἀποδείξεις, ἤτοι ὄντως εἰσὶν ἀποδείξεις, εἴτ' ἐκείνοις φαίνονται. τὸν δ' ἐπιτηρήσοντα, καὶ παραφυλάττοντα τὰς ἰδίας ἁμαρτίας, αὐτὸ τοῦτο χρὴ πρῶτον ἐννοῆσαι ὃ δίκαιον εἴη πάντως, ἐπιμελῶς τε, καὶ ἀκριβῶς ἀκουσόμενα τῶν οἰομένων ἀποδεδειχέναι τὰ ζητούμενα, μετὰ ταῦτα κρίνειν αὐτὰ πειρᾶσθαι· πάλιν κἀνταῦθα περὶ αὐτῶν ἀκουσόμενα, τίνα τίθενται κριτήριον τῆς ἐν λόγοις ἀληθείας, εἶτα καὶ πάλιν, αὐτὰ ταῦτα πῶς εἶναι χρή, βουλευόμενον αὐτὸν ἐπισκέψασθαί τε, μή τι πάλιν ἕτερον ἀκούουσι κριτήριον ἄλλου κριτηρίου δεόμενον· εἶτ' ἐπ' ἐκείνου πάλιν ἄλλο, καὶ τὴν εἰς ἄπειρον ἔκπτωσιν ὑποπτευσάμενα μετὰ πολλῆς ἀσφαλείας, ἐν χρόνῳ πολλῷ σὺν τοῖς ἀληθεστάτοις αὐτῷ φανεῖσιν ἀνδράσιν, οὕτως ἐπισκέψασθαι τὸ πρῶτον ἁπάντων κριτήριον, ὃ δῆλον καὶ τινα λαβεῖν ἄκριτον χρὴ καταλαβόντα μεμνῆσθαι πᾶσιν ἀνθρώποις. ὁμολογούμενον δὴ τὴν αὐτοῦ, καὶ χωρὶς κρίσεως ἱκανὸν ἐνδείκνυσθαι τὴν αὐτὴν δύναμιν, ἔστι τοῦτο πάσης ἀποδείξεως. οὕτως δὲ λοιπὸν ἐπ' αὐτὸ βλέποντα, πάντα ἀνάγειν τὰ κατὰ μέρος, ὅπερ ἀνάλυσιν ἐκάλεσαν ἔνιοι τῶν φιλοσόφων, ὡς ἄνοδον τινὰ τῶν μεταξὺ γιγνομένων, ἐπὶ τὸ πρῶτον κριτήριον, ἅτε δὴ ὄντος τοῦ ἱκανῶς χαλεποῦ πράγματος, ὡς ἔργῳ πολλάκις ἔμαθες, ἐπὶ τῶν δοξοσόφων ἀλαζονευόντων τε, καὶ καταγελωμένων, διὰ τὸ μηδὲ τὰ τυχόντα τῶν ζητουμένων, δύνασθαι πρὸς τὸ πρῶτον ἀνάγειν κριτήριον, ἑαυτῷ χρὴ παρακολουθεῖν τὸν ἐπιστημονικὸν γενέσθαι βουλόμενον, ἐπὶ πολλῶν τῶν κατὰ μέρος, ὡς ἔμπροσθεν ἔφην, γυμναζόμενον, ἃ μαρτυρῆσαι δύναται τοῖς εὑροῦσιν αὐτήν· τοιαῦτα δὲ ἐστὶ τὰ κατὰ τὴν ἀριθμητικήν τε, καὶ γραμμικὴν θεωρίαν, αἷς ἐπιβαίνουσιν, ἀστρονομία, καὶ ἀρχιτεκτονία χρῆται.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ε.

Δήλωσις τῆς ἀληθείας μεθόδου ἐπί τινων μαθηματικῶν παραδειγμάτων, καὶ πρὸς τοὺς ἀποχωροῦντας αὐτῆς.

Φέρε γάρ, ἵνα σαφηνείας ἕνεκεν τῆς ἀρχιτεκτονίας τι λέξω παράδειγμα πόλεως κτιζομένης, προκείσθω τοῖς οἰκήσουσιν αὐτὴν ἐπίστασθαι βούλεσθαι, μὴ στοχαστικῶς, ἀλλ' ἀκριβῶς ἐφ' ἑκάστης ἡμέρας, ὁπόσον τε παρεληλύθει ἤδη τοῦ χρόνου τοῦ κατ' αὐτήν, ὁπόσον τε ὑπόλοιπόν ἐστιν ἄχρι δύσεως ἡλίου. τοῦτο πρόβλημα κατὰ τὴν ἀναλυτικὴν μέθοδον, ἐπὶ τὸ πρῶτον ἀναχθῆναι χρὴ κριτήριον, εἰ μέλλοι τις εὑρήσειν αὐτό, καθ' ὃν ἐμάθομεν τρόπον ἐν τῇ γνωμονικῇ πραγματείᾳ, πάλιν ἐξ ἐκείνων τὴν αὐτὴν ὁδὸν ὑπεναντίως ἰόντων συντεθῆναι, καθότι καὶ τοῦτ' ἐμάθομεν ἐπὶ τῆς αὐτῆς πραγματείας. εὑρεθείσης δὴ οὕτω καθόλου τε, καὶ κοινῆς ὁδοῦ, καὶ γνόντων ἡμῶν, ὅτι διὰ γραμμῶν τοιῶνδε τὴν μέτρησιν τῶν μερῶν τοῦ χρόνου ἀναγκαῖόν ἐστι ποιεῖσθαι, μεταβῆναι προσήκει ἐπὶ τὰ μέλλοντα σώματα δέξασθαι εἰς τὴν τῶν γραμμῶν καταγραφήν, καὶ τὸν γνώμονα. καὶ πρῶτον μὲν ζητῆσαι, τίνα σχήματα σωμάτων ἐπιτήδεια πρὸς τὴν εὑρημένην καταγραφήν ἐστιν, εἶτα καθ' ἕκαστον αὐτῶν ἐξ ἀναλύσεώς τε, καὶ συνθέσεως εὑρεῖν ὁποῖα ἂν

A qui seipsos magni fecerint, promptè sententiam suam tulerunt; promptè autẽ sententiam tulerunt aut omnes, aut vno tantum excepto, quem ipsum neque in confesso est id fecisse antequam de demonstrationibus iudicatum sit, sintne reuera demonstrationes, an illis ita esse viderentur. Hominem igitur propria peccata obseruãtem atque animaduertentẽ, illud ipsum in primis cogitare oportet, iustum esse omnino eos curiosè diligentérque audientem, qui sese quæsita demonstrauisse arbitrantur, postea ipsa dijudicare conari, atque iterum hoc loco quum ab ipsis acceperit quem in orationibus iudicem veritatis statuat, deinde iterum hæc B ipsa secum, vt sese habere oporteat, reputans considerãsque nunquid ipsi rursum iudicandi instrumentum altero egens instrumento intelligant, deinde post illud rursum alio, idque ne in infinitum protrahatur suspicatus valde cautè, lõgo temporis spatio, vnà cum viris qui ipsi maximè veridici videantur, ita primum omnium iudicandi instrumẽtum contempletur, quod & clarum est ancipitem quandam occasionem accipientem omnibus hominibus in memoriam reuocare oportere. Id verò & absque dijudicatione indicare posse palam est, eandémque quam omnis demonstratio vim possi- C det; atque ita, quod superest, in ipsum respicientẽ, omnia ad id particularia redigere conuenit, quod sanè resolutionem nonnulli philosophi vocauerunt, veluti ascensum quendam ab his quæ media sunt, ad primarium iudicationis instrumentum vtpote autem in re valdè difficili, quemadmodum opere plerumque didicisti, in istis vano sapientiæ nomine præditis, petulantibus, ac ludibrio habitis, propterea quòd neque vulgaria quæsita ad primum illud instrumentum iudicandi redigere valeant. Sibi ipsi eum constare oportet qui scientiæ capax esse velit, atque in multis singularibus quæ ipsius inuentoribus testari possint, vt antea dixi, se- D se exerceat, huiusmodi autem sunt ea quæ in arithmetica linearúmq; scientia habẽtur, quibus veluti fundamentis astronomia & architectura nituntur.

CAPVT V.

Declaratio vera methodi per exempla mathematica, ac aduersus eos qui ab ea deficiebant.

Age enim vt declarandi causa ex architectura exemplum aliquod promam. Quum vrbs conditur, ipsam habitaturis propositum sit E non per coniecturas, sed exactè quotidie scire velle, quantum diei temporis iam elapsum sit, quantúmque vsque ad solis occasum supersit. Id problema sanè in resolutiua methodo ad princeps illud iudicatorium redigi opus est, si quis ipsum quo dixi modo in gnomonica tractatione inuenire debeat, rursúmque ex illo per eandem viam, sed contrario modo proficiendo componere; quemadmodum & hoc in eadem tractatione didicimus. Porrò in hunc modum communi generalique via comperta, nobisque cognoscentibus ex huiusmodi F lineis temporis partium dimensionem fieri necessum esse, ad corpora deinde transire conuenit linearum descriptionem & gnomonem susceptura; ac primùm quidem inuestigare quæ corporum figuræ ad inuentam descriptionem idoneæ sunt; deinde in illis singulis, qualisnam hæc descriptio fieri possit, ex resolutione compo-

cõpositionéq; inuenire. Ac posteaquam rationalis methodus euidentem nobis propositorum inuentionis confirmationem præstiterit, mox ad ea exequenda quæ per ipsam inuenta sunt accedentes, iterum considerabimus quomodo depingendi corporis superficiem planam æquabilémque reddemus; hoc deinde per resolutionem & compositionem adinuento, aliquod huiusmodi corpus fabricari per instrumenta, ipsum instrumentis designare tentabimus; iterúmque ex resolutione ac compositione eo comperto, eiusdem speciei corpora, qualia nos methodus edocuit, construere enitemur: Qumque postea in multis deinceps figuris delineationem fecerimus, concedere hominibus re experiendum iam absolutum propositum opus. Quando enim prima linea primum solis radium excipit, itidem & postremum vltima, atque hoc in omnibus solaribus horologiis depictis apparet, iam profectò vnum quoddam euidens indicium, quòd res proposita inuenta sit, habebimus; rursus & alterum, quum omnia delineata corpora inter se consentiunt, necnon & tertium inueniemus, quum æqualis aquæ fluxus ipsis respondet. Hoc etenim depictorum horologiorum veritatis iudicatorium futurum ratio adinuenit, quod autem dico huiusmodi est. Vasculum ex quauis materia conflatum perforato, primúmque solis radium intuitus aquæ puræ imponito; deinde tibi quum pictum horologium primam horam præteriisse nunciauerit, tu, quanta vasculi portio aqua impleta fuerit adnotato, eáque statim rursus effusa vasculum eidem aquæ imponito, & quum secundam horam solare horologium significauerit, vasculum aspicito; postea quum aquam in ipso ad eandem partem peruenisse, ad quam & prima hora peruenit, inueneris, adnotato celeriter, & exhaustum vasculum iterum in eandem aquam immittito, ac rursum obseruato. Si ad tertiam vsque horam horologium indicat, ad eandem horam vasis aquam peruenisse ad quam prima, aut secunda hora peruenerat, quando igitur ita factum inueneris, exhaurito vasculum, & iterum ad quartam vsque horam in aquam demittito, itémque ad eandem vasis partem aquam ascendisse conspicatus, ipsam statim effundito, denuóque in aquam demisso vasculo, quintam similiter horam explorato; qúumque & in hac ad eundem locum aquam peruenisse compereris, deinde in sexta, & reliquis deinceps vsque ad duodecimam, si prorsum ita fieri cognoueris, rectè depictũ esse horologium tibi persuaseris, quandoquidem propositum demonstrauit; propositum autem erat, in duodecim æquas portiones totius diei tempus esse distributum. Porrò numerum hunc tanquam omnium vtilissimum delegerunt, dimidium enim continet, & duplum, & quartum, & sextum, & duodecimum, quæ nullus alius post ipsum numerus vsque ad vigesimumquartum continere videtur. Hunc sanè tanquam longum repudiarunt, & duodenarium numerum veluti commoderatum iudicantes, in tot particulas totius diei tempus diuiserunt. Hanc autem partitionem ex vsu esse alij multi & Romani ipsi experientia comprobantes atque vtentes ostendunt, si quidem hæreditatem omnẽ, quum testamentum condunt, in duodecim portiones distribuunt; & ponderum ac mensurarum, quibus in vita opus est, plurimas in duodecim partes diuidũt. Tu verò, si iubeas, tibi per methodũ horo-

A αὕτη γίγνοιτο. κἀπειδὰν ἡ λογικὴ μέθοδος ἐναργῆ τὴν πίστιν ἡμῖν ἐνδείξηται τῆς τῶν προκειμένων εὑρέσεως, ἑξῆς ἐπὶ τὸ πρακτέον ἔργῳ τὰ δι' αὐτῆς εὑρεθέντα, παραγινόμενοι ἐπισκέψασθαι πάλιν ὅπως ἂν ἐπιφάνειαν ὁμαλὴν ἐργασώμεθα τοῦ μέλλοντος καταγράφεσθαι σώματος· εὑρόντας δὲ τοῦτο ἐξ ἀναλύσεώς τε, καὶ συνθέσεως, εἶτα κατασκευάσαντάς τι τοιοῦτον σῶμα, διὰ τῶν ὀργάνων αὐτὸ δεῖ καταγράψαι ζητῆσαι· καὶ πάλιν ἐξ ἀναλύσεώς τε, καὶ συνθέσεως εὑρεθέντος αὐτοῦ πειρᾶσαι κατασκευάσαι τοιαῦτα τὸ εἶδος, οἷά περ ἡ μέθοδος, ἐδίδαξεν. εἶ-
B τα ποιήσαντας ἐφεξῆς καταγραφὴν ἐπὶ πολλῶν σχημάτων, καὶ δοῦναι τοῖς ἀνθρώποις ἔργῳ πειραθῆναι γεγονὸς ἤδη τὸ προβληθέν. ὅταν γὰρ ἥτε πρώτη γραμμὴ τὴν ἀκτῖνα δέχεται τοῦ ἡλίου, κατὰ ταῦτα δὲ καὶ τὴν τελευταίαν ἡ ὑστάτη, καὶ τοῦτ' ἐπὶ πάντων φαίνεται τῶν καταγεγραμμένων ὡρολογίων ἡλιακῶν, ἤδη μέν που ἕν τι γνώρισμα ἕξομεν ἐναργὲς τοῦτο προβληθέν. εὑρῆσαι δὲ πάλιν δεύτερον ἄλλο, ὅταν ἀλλήλοις καταγραφέντα πάντα συμφωνῇ, καὶ τρίτον, ὅταν ὕδατος ὁμαλοῦ ῥύσις αὐτοῖς μαρτυρῇ. καὶ γὰρ τοῦθ' ὁ λόγος εὑρίσκει κριτήριον ἐσόμενον,
C τῆς τῶν καταγεγραμμένων ὡρολογίων ἀληθείας· ὃ δὲ λέγω τοιοῦτόν ἐστιν. ἀγγεῖον τρήσας ἐξ ἧς ἂν ὕλης ἐθέλῃς γεγονός, ἐπίθες ὕδατι καθαρῷ τὴν πρώτην ἀκτῖνα τοῦ ἡλίου θεασάμενος· εἶθ' ὅταν σοι τὸ καταγεγραμμένον ὡρολόγιον ἀγγείλῃ πρώτην ὥραν ἠνύσθαι, σημηνάμενος ὅσον ἐπληρώθη τοῦ ἀγγείου μέρους ὑπὸ τοῦ ὕδατος, ἔτι ἐκκενώσας εὐθέως αὐτὸ πάλιν, ἐπίθες ἐπὶ ταὐτὸν ὕδωρ· ὅταν δὲ τὴν δευτέραν ὥραν ἀγγείλῃ τὸ ἡλιακὸν ὡρολόγιον, ἐπίσκεψαι τὸ ἀγγεῖον· εἶθ' ὅταν εὕρῃς ἐν αὐτῷ τὸ ὕδωρ ἐπὶ τὸ αὐτὸ μέρος ἀφιγμένον κατὰ τὴν
D πρώτην ὥραν, ἐνσήμαινον ταχέως, καὶ ἐκχέας ἔνθες κατ' αὐτοῦ τοῦ ὕδατος, καὶ ἐπισκέπτου πάλιν εἰ μέχρι τῆς τρίτης ὥρας ἐνδείκνυσι τὸ ὡρολόγιον, ἐπὶ τὴν αὐτὴν ὥραν ἀφικνεῖσθαι τοῦ ἀγγείου τὸ ὕδωρ, ἐφ' ἣν κατὰ τὴν πρώτην, ἢ κατὰ τὴν δευτέραν· ὅταν οὖν εὕρῃς οὕτω γεγονός, ἐκχέας αὖθις ἐπίθες μέχρι τῆς τετάρτης ὥρας· ἰδών τε πάλιν ἐπὶ τὸ αὐτὸ μέρος τοῦ ἀγγείου τὸ ὕδωρ ἀναβεβηκός, ἐκχέασαι αὐτὸ παραχρῆμα, πάλιν ἐπιθεὶς ὁμοίως ἐξέταζε κατὰ τὴν πέμπτην ὥραν. ὅταν δὲ καὶ ταύτης εὕρῃς ἐπὶ τὴν αὐτὴν χώραν ἀφιγμένον τὸ ὕ-
E δωρ, εἶτα κατὰ τὴν ἕκτην τε, καὶ κατὰ τὰς ἐφεξῆς μέχρι τῆς δωδεκάτης, εἰ παντελῶς γνώσῃ, πεισθήσῃ καλῶς καταγεγράφθαι τὸ ὡρολόγιον, εἴ γε τὸ προκείμενον ἐπεδείξατο· προκείμενον δ' ἦν εἰς δώδεκα μοίρας ἴσας νεμηθῆναι τὸν χρόνον τῆς ὅλης ἡμέρας, ὅτι, ἀλλὰ τοῦτον μὲν τὸν ἀριθμόν, ὡς χρησιμώτατον προείλοντο, καὶ γὰρ ἥμισυ ἔχει, καὶ δίμοιρον, καὶ τέταρτον, ἕκτον τε, καὶ δωδέκατον, ἅπερ οὐδεὶς ἄλλος ἔχει μετ' αὐτὸν ἄχρι τοῦ εἰκοστοῦ τετάρτου. τοῦτον μὲν ὡς μακρὸν παρῃτήσαντο, σύμμετρον δ' εἶναι κρίναντες τὸν δωδέκατον, εἰς τοσαῦτα μέρη τὸν χρόνον
F τῆς ὅλης διέτεμον. ὅτι δὲ χρήσιμός ἐστιν ἡ τοιαύτη τομή, τῇ πείρᾳ βασανίσαντες αὐτήν, ἄλλοι τε πολλοί, καὶ Ῥωμαῖοι χρῶνται τὴν οὐσίαν ἅπασαν, ὅταν διατίθενται, διαιροῦντες εἰς δώδεκα μέρη, καὶ τῶν ἐν τῷ βίῳ σταθμῶν τε, καὶ μέτρων εἰς δώδεκα μοίρας τέμνονται τὰ πλεῖστα. σὺ δ' εἰ κελεύεις καταγράψομαί σοι κατὰ τὴν μέθοδον ὡρο-

λόγιον, εἴτ' εἰς δώδεκα τὴν ὅλην ἡμέραν διαιρεῖν ἐθελήσειας, εἴτ' εἰς ἄλλον τινὰ τὸν ἐφεξῆς ἀριθμὸν, εὑρήσεις γὰρ ἐπ' ἐκείνου πάλιν ὃ προὔβαλες γεγονὸς, ἔκ τε τοῦ συμφωνεῖν τῇ διὰ τῶν τετρημένων ἀγγείων ἐκμετρήσει, κἀκ τοῦ πάντοτε ἀλλήλοις ὁμολογεῖν καταγεγραμμένα, πρός τε τοῦ τὰς τελευταίας ἐν αὐτοῖς γραμμὰς, ὁρίζειν τὰ πέρατα τῆς ἡμέρας. οὕτω δὲ καὶ κλεψύδρας καταγραφὴν ὁ λόγος εὗρεν ἀναλυτικῇ μεθόδῳ ζητήσας, ἧς πάλιν ἡ βάσανος ἐναργής ἐστι, καὶ τοῖς ἰδιώταις. ἡ γὰρ ἀνωτάτω γραμμὴ δωδεκάτην ὥραν σημαίνουσα, τὸ μέγιστον μὲν ὕψος ἔχει, καθ' ὃ μέρος ἡ κλεψύδρα τὴν μεγίστην ἡμέραν ἐκμετρεῖ· βραχύτατον δὲ, καθ' ὃ τὴν ἐλαχίστην· ἐν τῷ μέσῳ δὲ ἀμφοῖν ἐστιν, ὃ τῆς ἰσημερινῆς μέτρον σοι δηλώσει· τὸ δὲ ἐφεξῆς τὴν τετάρτην ἐπεξιὼν, κατὰ τὸν αὐτὸν τρόπον πάσας τὰς ἐνιαυτοῦ μετρήσεις· τὸ δὲ μεταξὺ μέχρι τῶν ἰσημερινῶν τμημάτων ἐπὶ τοῦ χείλους τῆς κλεψύδρας, δηλοῖ σοι τὰς εἰρημένας τέτταρας ἡμέρας· ἀφ' ὧν τμημάτων ὁρμηθήσομαι ἐφεξῆς τῷ σημαίνοντι τὴν μεγίστην εὑρήσειν, δηλονότι ἄχρι τινὸς μέρους τῆς ὑψηλῆς γραμμῆς, ἐπὶ τῇ κλεψύδρᾳ τὸ ὕδωρ ἀναβήσεται τῆς δωδεκάτης ὥρας συμπληρουμένης· τὰ δὲ μετ' ἐκεῖνα πάλιν τρίτα ἀπὸ τῆς δωδεκάτης τροπῆς, εὑρήσεις μετροῦσαν τὴν μίαν ἐκείνην ἐν τῇ κλεψύδρᾳ γραμμὴν, ἣν ὑψηλοτάτην ἔφην εἶναι· καὶ μέντοι καὶ τὰς ἄλλας γραμμὰς, ὅσαι τῆς ὑψηλοτάτης εἰσὶν εὐτελέστεραι, ἄλλας ὥρας ἐκμετρούσας εὑρήσεις· τὴν τετάρτην μὲν ἀπὸ τῆς δωδεκάτης· ἐν ἅπασι τοῦ ἐνιαυτοῦ ταῖς ἡμέραις τὴν ἑνδεκάτην ὥραν σημαινούσας ἐν διαφέρουσιν αὐτῆς μέρεσιν, ὡς ἐπὶ τῆς ὑψηλοτάτης προείρηται· τὴν δὲ ἐφεξῆς πέμπτην, ἢ ἕκτην ὥραν δηλοῦσαν ὡσαύτως κατὰ διαφέροντα μέρη, καὶ τὴν ἐφεξῆς γε πάλιν ἑβδόμην, ἢ ὀγδόην, ἢ ἐνάτην τε, καὶ τὰς ἄλλας ἄχρι τῆς κατωτάτης γραμμῆς τὴν ὥραν πρώτην εὑρίσκειν ἐπὶ τῶν ἡλιακῶν ὡρολογίων, φαίνεταί σοι πεπληρωμένου τοῦ κατὰ τὴν κλεψύδραν ὕδατος, ὥσπερ γε ἡ τετάρτη, καὶ αἱ λοιπαὶ μέχρι τῆς δωδεκάτης, ἀλλήλαις μὲν ἴσαι καθ' ἑκάστην ἡμέραν [illegible] φαίνονται, ταῖς δὲ ἄλλαις ἄνισοι ταῖς προγεγενημέναις τε καὶ μελλούσαις· εἶτα τὴν τοιαύτην μέθοδον εὑρίσκων οὐκ ἐπεθύμησας, ὦ οὗτος, τί ποτ' ἐστὶν, οὐκ ᾔσθου τῆς ἐν σαυτῷ δοξοσοφίας, ἀμαθὴς ὅς τις ὢν τούτων τῶν προβλημάτων, οὐκ ἂν εὕροις ἐνιαυτῷ, βέλτιον δὲ εἰπεῖν, ὅλῳ τῷ βίῳ; οὐδὲ γὰρ εὗρεν αὐτὰ βίος ἀνδρὸς ἑνὸς, ἀλλὰ κατὰ σμικρὸν προῆλθεν ἡ γραμμικὴ θεωρία· πρῶτον μὲν τῶν στοιχειωδῶν ἐν αὐτῇ θεωρημάτων ζητηθέντων αὐτοῦ, ἐπεὶ δὲ εὑρέθη ταῦτα, προστεθέντων αὐτοῖς αὖθις τῶν ἐφεξῆς γινομένων ἀνδρῶν τὴν θαυμασιωτάτην θεωρίαν, ἣν ἀναλυτικὴν ἔφην ὀνομάζεσθαι, καὶ γυμνασάντων ἐν αὐτῇ ἑαυτούς τε, καὶ τοὺς βουληθέντας ἐπὶ πλεῖστον ἐν αὐτῇ· καίτοι μηδὲν ἔχουσι δεῖξαι χειρούργημα τοιοῦτον, οἷα μέχρι δεῦρο διῆλθον ἐπί τε τῶν ἡλιακῶν ὡρολογίων, καὶ κλεψυδρῶν. ἀλλ' οὐκ ἦσαν, οὔτε προπετεῖς, οὔτ' ἀλαζόνες οἱ τὰ τοιαῦτα ζητήσαντες, ὁμοίως τοῖς ἐπαγγελλομένοις σοφίαν, ἢ ζητεῖν, ἢ εὑρηκέναι, τιμήσαντες δὲ ἑαυτοὺς τὴν ἀληθεστάτην τιμὴν ὠρέχθησαν, ἣν εἶχον ἐν τῇ ψυχῇ δύναμιν ἀρίστην ταύτην ἀσκῆσαί τε, καὶ εἰς τέλος ἀγαγεῖν· εὔδηλον δὲ ὅτι τὴν λογικὴν λέγω, ἧς γυμναζομένης τε, καὶ τὴν οἰκείαν εὐεξίαν λαμβανούσης,

A logium depinxero, ac deinde siue in duodecim partes, siue in alium quempiam sequentem numerum integrum diem partiri volueris, in illo enim id quod proposueras, itidem factum esse comperies, quando & perforatorum vasculorum mensuræ respondeat, & omninò inter se depicta horologia consentiant, eo quòd vltimæ in ipsis lineæ diei fines concludant. Ad hunc sanè modum & clepsydræ descriptionem ratio methodo resolutiua vestigans inuenit, cuius iterum experimentum vel plebeiis hominibus euidens est. Summa enim eius linea duodecimam horam significans, altissimum locum habet, qua B parte clepsydra longissimum diem dimetitur; breuissimum verò, vbi linea breuissima est; inter vtramque media est quæ æquinoctialem diem declarabit, ac deinceps quartam pertransiens, perinde omnes anni dies metieris; quod in medio est vsque ad æquinoctialia foramina in clepsydræ labro, tibi prædictos quatuor dies significabit; quibus foraminibus post id quod longissimum diem significat, inuenire scilicet incipiam, vsque ad quam partem altæ in clepsydra lineæ, hora duodecima transacta, aqua perueniat; post illa verò rursus tertia à duodecima conuersione C vnam illam in clepsydra lineam, quam altissimam esse dixi, dimetientem reperies; quinetiam & alias lineas, quæcunque altissima sunt inferiores, alias horas metientes inuenies, quartam quidem à duodecima: omnibus anni diebus vndecimam horam significant secundum eius differentes partes, vt de suprema antedictum est; sequentem autem quintam aut sextam horam secundum diuersas partes significantem, atque item sequentem septimam, octauam, aut nonam, ac reliquas vsque ad imam lineam horam primam te inuenisse in solaribus horolo-D giis clepsydra iam aquæ plena tibi patefit; quemadmodum & quarta & reliquæ vsque ad duodecimam, inter se quidem æquales singulis quibusque diebus apparent, ad alias autem aut præteritas, aut futuras relatæ, inæquales; deinde methodum hanc inueniens non cupiuisti, heus tu, quid sit cognoscere, nonne tuam inanem scientiæ persuasionem percepisti, qui proposita hæc quum nescias, non per anni spatium, aut rectiùs, vt dixerim, non in omni vita inuenire valeas? Neque enim hæc vnius hominis vita adinuenit, sed paulatim linearum scientia proueƈta est; primò quidem elementaribus in E ipsa theorematis ab ipso petitis; postquam autem hæc inuenta sunt, posteris hominibus deinceps contemplationem illam summopere admirabilem, quam resolutiuam nominari dixi, ad illa adiicientibus, seséque in ipsa, & alios, qui voluerint, quàm diutissimè exercentibus; quin etiam nullum in ipsa huiusmodi manuarium opus, qualia hactenus de solaribus horologiis, atque clepsydris declarauimus, ostendere potuerunt. At neque temerarij erant, neque arrogantes, qui huiuscemodi res indagabant, quales isti qui F sapientiam se quærere, aut inuenisse gloriantur, illi autem verissimo sese honore decorantes, facultatem quam in anima optimam habebant, exercere & ad finem perducere cupiebant; clarum autem est, quod rationabilem dico, qua exercitata & bonum habitum sibi congruentem adepta,

delectantur magis quàm ij qui corporis voluptatibus seruiunt. Nulla etenim alia facultate ab hircis, vermibus, porcis, pecudibus, atque asinis differimus; neque vlla alia contemplatio ingenui viri animum vehementiùs, quàm hæc resolutiua facultas oblectat, quum præsertim in ipsa quispiam magnos progressus fecerit; inter initia verò, quemadmodum & aliæ ferè omnes disciplinæ, laboriosa est. Quòd si nihil etiam delectationis afferret, quum tamen in rebus maximis nobis vsui futura sit, in ipsa exerceri optimum fuerit: quum illud præcipuum (vt modò diximus) habeat, vt quantam voluptatem afferat, res per ipsam inuentæ declarent, quod in his quæ à philosophia indagata sunt, neutiquam repertum est. Quocirca eis qui in ipsa temerè nugantur, impudentes esse licet; neque enim vt qui horologium, clepsydrámve haud rectè designauerit, à re ipsa euidenter coarguitur, sic & philosophiæ præcepta euidenti argumento refutantur, verùm vt quis voluerit, ei dicere licet, quum semel impudens absque rationali methodo ab ipsis rebus sese edoceri affirmat. Quòd si eos solos res vocem adeptæ allocutæ forent, haud abs re gloriarentur, at quum res sileant, neque nos, neque illos alloquantur, iam satis patet solam quæ nobis inest, rationem rerum naturam inuenturam. Res igitur inuenire potens, id prius in rebus euidenter hoc testantibus demonstret, & methodum nobis dicat cui omne problema resolutoriè subiiciatur, ac verarum falsarúmque rationum similitudines prius distinguens, ostendat vbi vitium deprehendere liceat, in rebus autem obscuris non ampliùs fide dignus fuerit. Omnia hæc homines rectè dicta esse consentiunt, præter istos temerarios, & falsa doctrinæ persuasione inflatos, quibus ad veritatem via neque longa admodum est, neque eiusmodi, qualem Hesiodus ad virtutem esse cecinit, sed concisa ac breuis, aut potius nulla est. Etenim si res ipsæ natura sua omnes homines edocent, non opus est in rationalibus methodis sese exercentes atterere. Nonne igitur ô vos qui vestro iudicio estis sapientissimi, hoc saltem nobis aliis, qui nondum sapientiam vestram assequuti sumus, esse perspicuum concesseritis, omnes homines oportere omnium rerum veritatem cognoscere, quandoquidem ipsarum natura seipsam patefacere abundè valet? Tergiuersantur iterum quum ita fuerint interrogati, non omnésque aiunt à rebus edoceri. Quinam igitur sint isti quos res ipsæ edoceant, nobis iterum percontantibus, seipsos solos aiunt; quid enim aliud respondere queant, iactantiam scilicet, quam initio professi sunt, tueri constituentes? At profectò nos istis de se quicquid velint pronunciantibus, nequaquam credimus; cur enim, proh dij immortales, solis his res ipsæ naturam propriam declarauerint? Num idcirco quia soli nihil ex primis disciplinis perceperunt? Sed hoc merum mendacium est, alij etenim plerique illarum nihil didicerunt. Quòd si rationalem animæ facultatem in disciplinis exercuissent, effectus id eos posse facere testaretur: atqui nondum eiusmodi contemplationem attigerunt. Dicent autem forsan solos se perspicaces à natura creatos, atque res congruenter cernere, quemadmodum Lynceus subterranea intuebatur. Quid igitur, si adeò perspicaci ingenio sunt, in id genus propositis excutiendis, quorum inuentio veridicos esse inuentores manifestat, planè ridiculi sunt? Nul-

A εὐφραίνονται μειζόνως ἢ ταῖς διὰ τοῦ σώματος ἡδοναῖς δουλεύοντες. οὐδὲ γὰρ διαφερόμεθα ἄλλῃ τινὶ δυνάμει τῶν τράγων καὶ σκωλήκων, ὑῶν τε καὶ προβάτων καὶ ὄνων· οὐδ' ἄλλη τις θεωρία μειζόνως εὐφραίνει ψυχὴν ἀνδρὸς εὐφυοῦς τῆς ἀναλυτικῆς, ἐπειδὰν μεγάλως ἐν αὐτῇ προέλθῃ· κατὰ τὰς ἀρχὰς μὲν γὰρ ἐπίπονός ἐστιν, ὥσπερ καὶ αἱ ἄλλαι σχεδὸν ἅπασαι. καίτοι κἂν εἰ μηδεμίαν εὐφροσύνην εἶχεν, ἀλλά γε τὸ μέλλειν αὐτῇ χρῆσθαι πρὸς τὰ μέγιστα, καλῶς εἶχεν ἀσκηθῆναι κατ' αὐτὴν, ἐξαίρετον ἔχουσαν ὡς ἔφην, τὸ μαρτυρῆσαι πρὸς αὐτῶν τῶν εἰρημένων εὑρεθέντων, ὅπερ οὐκ ἔστιν ἐν τοῖς κατὰ φιλοσοφίαν εὑρισκομένοις. καὶ διὰ τοῦτο τοῖς B προπετῶς ἐν αὐτῇ φλυαροῦσιν, ἔξεστιν ἀναισχυντεῖν· οὐ γὰρ ὥσπερ ὁ κακῶς κατασκευάσας ὡρολόγιον, ἢ κλεψύδραν, ὑπ' αὐτοῦ τοῦ πράγματος ἐλέγχεται προφανῶς, οὕτω καὶ τοῖς ἐν φιλοσοφίᾳ θεωρήμασιν ἐναργής ἐστιν ὁ ἔλεγχος. ἀλλ' ἔξεστι λέγειν, ὥσπερ ἂν ἐθέλῃ τις, ὅταν γε ἅπαξ ἀναισχυντήσας ἄνευ τῆς μεθόδου λογικῆς, ὑπ' αὐτῶν τῶν πραγμάτων διδάσκεσθαι λέγῃ. ἀλλ' εἰ μὲν ἐκείνοις μόνοις διελέχθη τὰ πράγματα λαβόντα φωνὴν, εὐλόγως ἀλαζονεύονται· σιγώντων δ' αὐτῶν ἀεὶ, καὶ μήθ' ἡμῖν, μήτ' ἐκείνοις διαλεγομένων, εὔδηλον ὅτι μόνος ὁ ἐν ἡμῖν C λόγος εὑρήσει τὴν τῶν πραγμάτων φύσιν. ἐπιδειξάσθω τοίνυν πρότερον εὑρίσκειν αὐτὰ δυνάμενος, ἐν τοῖς πράγμασιν ἐναργῶς αὐτὸ μαρτυροῦσιν· εἰπάτω τε μέθοδον ἡμῖν, ᾗ πᾶν ἀναλυτικῶς ὑποπίπτει πρόβλημα, καὶ δειξάτω προκρίνας τὰς ὁμοιότητας τῶν ἀληθῶν τε καὶ ψευδῶν λόγων, οὗ δυνατὸν φωρᾶσαι τὴν κακίαν, οὐκ ἂν ἔτι πιστὸς ἐπὶ τῶν ἀδήλων εἴη. ταῦτα πάντα οἱ ἄνθρωποι καλῶς φασὶ λέγεσθαι, πλὴν τῶν δοξοσόφων τε, καὶ προπετῶν, οἷς ἡ ἐπὶ τὴν ἀλήθειαν ὁδὸς οὔτε μακρά τίς ἐστιν, D οὐδ' αὖ τοιαύτη ὁποίαν Ἡσίοδος ἐπὶ τὴν ἀρετὴν εἶναι φησίν, ἀλλὰ σύντομος, καὶ βραχεῖα, μᾶλλον δ' οὐδ' ὅλως ἐστίν. εἰ γὰρ αὐτὰ τὰ πράγματα, διδάσκει τὴν ἑαυτῶν φύσιν ἅπαντας ἀνθρώπους, οὐ χρὴ κατατρίβεσθαι γυμναζομένους ἐν ταῖς λογικαῖς μεθόδοις. ἆρ' οὖν, ὦ δοξοσοφώτατοι, κἂν τοῦτό γε συγχωρήσετε εἶναι πρόδηλον ἡμῖν τοῖς ἄλλοις, ὁπόσοι μήπω τὴν ὑμετέραν σοφίαν ἐσμὲν σοφοὶ, τὸ πάντας ἀνθρώπους ἐγνωκέναι δεῖν ἁπάντων πραγμάτων τὴν ἀλήθειαν, εἴπερ ἡ φύσις αὐτῶν ἱκανὴ διδάσκειν ἐστὶ ἑαυτήν; ἀναδύονται πάλιν ὅταν οὕτως ἐρωτηθῶσιν, καὶ φα- E σιν οὐ πάντας ὑπὸ τῶν πραγμάτων διδάσκεσθαι. τίνες οὖν εἰσὶν οἱ διδασκόμενοι, πάλιν ἐρωτώντων ἡμῶν, ἑαυτοὺς μόνους φασίν· τί γὰρ ἔχουσιν εἰπεῖν ἄλλο, φυλάττειν γε τὴν ἐξ ἀρχῆς ἀλαζονείαν προῃρημένοι; ἀλλ' οὐχ ἡμεῖς γε πιστεύομεν αὐτοῖς ἀποφαινομένοις ὃ βούλονται. διὰ τί γὰρ, ὦ πρὸς θεῶν, μόνοις αὐτοῖς τὰ πράγματα τὴν αὑτῶν φύσιν ἐπιδείκνυται; πότερον ὅτι μόνοι μηδὲν τῶν πρώτων μαθημάτων μεμαθήκασιν; ἀλλὰ ψεῦδος τοῦτο, καὶ γὰρ ἄλλοι πολλοὶ τούτων οὐδὲν ἔμαθον. ἀλλ' εἰ τὴν λογικὴν ψυχῆς δύναμιν ἤσκησαν ἐν μαθήμασιν, ἔργον μαρτυρεῖ F δυναμένοις αὐτὴν, ἢ μὴν οὐδέπω ἥψαντο τοιαύτης θεωρίας. ἴσως δὲ φήσουσι μόνοι τε γενέσθαι συνετοὶ, καὶ βλέπειν ἐπιληπτικῶς τὰ πράγματα, καθάπερ Λυγκεὺς τὰ κατὰ γῆς. τί ποτ' οὖν, εἰ οὕτως αὐτῶν ὀξυδερκής ἐστιν ἡ ψυχὴ, καταγελαστότατοι πάντες εἰσὶν ἐν τοῖς τοιούτοις προβλήμασιν, ὧν ἡ εὕρεσις αὐτὴ μαρτυρεῖ τοῖς εὑρίσκουσιν ἀληθῶς αὐτά; τοῦ-

A τοιν γὰρ ἐν οὐδεὶς οὐδέποτ᾽ αὐτῶν εὑρεῖν ἠδυνήθη, ὅπου γε καὶ τῶν εὑρηκότων, λεγόντων καὶ διδασκόντων, οἱ μὲν ἄλλοι μανθάνουσιν, ἐκεῖνοι δὲ μόνοι δι᾽ ἀγυμνασίαν, καὶ βραδύτητα ψυχῆς μὴ μανθάνουσιν· εἶτα παρακαλοῦσιν ἐμὲ, καί τις ἐξ αὐτῶν κατὰ τύχην παρακολουθήσειεν, ἀλλ᾽ εἰπεῖν γε τὸ εἰρημένον οὐ δύναται. τίς οὖν μείζων τυφλότης εἰς τὴν τῶν ἰδίων ἁμαρτημάτων γνῶσίν ἐστι τῆς τοιαύτης τῶν τοιούτων; ὅταν ἄνθρωποι τῶν ἐπιτυγχανόντων ἑαυτοὺς ὁρῶντες ἀφυεστέρους εἴς τε τὸ νοῆσαι, καὶ μνημονεῦσαι, καὶ τὰ δι᾽ ἀριθμητικῆς τε, καὶ γεωμετρίας,

B ἀρχιτεκτονίας τε, καὶ ἀστρονομίας εὑρισκόμενα, τὰ τῆς φιλοσοφίας εὑρηκέναι νομίζουσιν οὕτω ῥᾳδίως, ὡς ἀποφαίνεσθαι τολμᾶν αὐτὰ δείκνυσθαι τὰ πράγματα χωρὶς ἀποδείξεως, καὶ μεθόδου λογικῆς· ὅτι δὲ ἑκόντες ἑαυτοὺς κολακεύουσιν, οὐκ ἀλήθειαν ζητοῦσιν, ἔνεστι γνῶναι κἀκ τοῦ κατά τινος ἕκαστον αὐτῶν ἀνατείνεσθαι παρὰ τοῖς φοιτηταῖς, ἅπαντάς τε διαβάλλουσι τοὺς ἄλλους, ὡς ἐσφαλμένους. ἐγὼ δὲ συνάγων αὐτοὺς εἰς ταὐτὸν, οὐχ ὑπομένουσιν, ἀλλὰ τὴν αἰδῶ τινι καταπροτείνονται, καὶ φάσκουσι μὴ δύνασθαι φθέγξασθαι, παρὰ τῶν ἀνθρώπων πλειόνων· καί τοί τινες αὐτῶν ἀκροατὰς ἔχουσιν, ὁ μὲν κ᾽.

C ὁ δὲ λ᾽. καί ποτε, καὶ πλείονας, οὐκ αἰσχυνόμενοι λέγειν ἐπ᾽ αὐτοῖς. ἀλλ᾽ ὅταν ἐγὼ μὲν τρεῖς, ἢ τέτταρας ἀξιώσω παρεῖναι τῷ συλλόγῳ, Πλατωνικοὺς δ᾽. τρεῖς, ἢ τέτταρας Ἐπικουρείους, ἴσους τε τὸν ἀριθμὸν ἄλλους Στωϊκούς τε καὶ Περιπατητικοὺς, ἢ τρεῖς πρὸς τούτοις, ἤτοι τ᾽ Ἀκαδημαϊκοὺς, ἢ Σκεπτικοὺς, ὡς γίνεσθαι πάντας ἐκ φιλοσοφίας ἀνθρώπους εἴκοσιν· ἄλλους τε πρὸς αὐτοῖς τοσούτους τῶν γεγυμνασμένων μὲν ἐν μαθήμασι τὴν λογικὴν δύναμιν, ἀγνοοῦντας δὲ τοὺς κατὰ φιλοσοφίαν λόγους, οὐδεὶς αὐτῶν ὑπομένει τηνικαῦτα τὸ τοιοῦτον συνέδριον. εἰ δέ

D γέ ποτ᾽ ἀναγκασθέντες ὑπὸ τῶν ἐλευθέρων μὲν αἱρέσεως, γεγυμνασμένων δὲ ἐν λόγοις, ὑπομείνειαν ἀπαντῆσαι τοιούτοις συνεδρίοις, φιλονεικούντων μὲν αὐτῶν ἐπὶ τούτοις, ἑλιττόντων δὲ τοὺς αὐτοὺς λόγους, πολλάκις μὲν ἧκεν ἐν τούτοις καὶ γεωμετρικὸς, ἧκον δὲ καὶ τῶν ἰατρῶν ἔνιοι, καὶ ἄλλοι τινὲς τῶν φιλολόγων ἀνδρῶν, καὶ πεπαιδευμένων ἐν τοῖς μαθήμασιν, αὐτὰ δὲ ἔχειν ἐργαζομένων δι᾽ εὐπορίαν κτημάτων, οὔτε δουλευόντων αἱρέσει τινὶ τῶν κατὰ φιλοσοφίαν, ὥσπερ εἴωθα, καὶ τότε κεκρικέναι τοὺς λόγους ἠξίωσα, καί τις ἐξ αὐτῶν ἔφη κάλλιστα κριθῆναι τὴν ἀμ-

E φισβήτησιν, εἰ πορευθέντες εἰς ὃ λέγουσιν οὗτοι περιέχειν τὸν κόσμον κενόν· εἴθ᾽ ὁ μὲν ἐν αὐτῷ σαφῶς, εἴτ᾽ ἐν μιᾷ χώρᾳ πέφυκε μένειν τε, καὶ φέρεσθαι πρὸς ἄλλον τινὰ τόπον, ὅταν αὖ ἐν αὐτῷ τεθῇ σῶμα. τοῖς μὲν ἄλλοις πάντας ἤρεσε τὰ λεχθέντα, μόνοι δ᾽ οὐκ ἐπαύοντο φιλονεικοῦντες ἀλλήλοις, καὶ ἡμῖν οἱ φιλόσοφοι, μὴ δυνάμενοι διακρῖναι τοὺς ἐνδεχομένους λόγους ἀπὸ τῶν ἀναγκαίων. ἐνδέχεται μὲν γὰρ καὶ μένειν ἐν τῷ κενῷ, καθ᾽ ἕνα τόπον ἕκαστον τῶν σωμάτων, ἐνδέχεται δὲ καὶ μὴ μένειν ἀναγκαίαν ἀπόδειξιν, οὐδ᾽ ἑτέρας τινὸς αἱρέσεων

F ἐχούσης.

lum enim eorum quisquam ipsorum vnquam inuenire potuit: quin & eorum inuentoribus declarantibus ac edocentibus, alij sanè discunt, isti verò soli, & inexercitati, & ingenio tardi percipere nequeunt: deinde me prouocant, atque aliquis ex ipsis fortè intellexit, non tamen quod dixi recitare valet. Quænam itaque cæcitas in propriis dignoscendis vitiis hac istorum ignoratione maior est, quòd vulgaribus hominibus sese rudiores quum videant, ad ea percipienda memoriæque mandanda quæ ab arithmetica, geometria, architectonica, astronomiáque reperta sunt, postea quæ philosophiæ sunt tam facilè inuenisse se existimant, vt res ipsas sese ostendere absque demonstratione rationalique methodo contendere audeant? Porro quòd spontè seipsos adulentur, neque veritatem quærant, ex eo scire licet, quòd de re aliqua singuli inter suos tantum discipulos differunt, omnésque alios tanquam aberrantes calumniantur atque vituperant. Ego verò sic in vnum eos cogam non ferunt, sed statim verecundiam prætexunt, neque se coram hominum multitudine sermonem facere posse confirmant: quamuis singulis diebus ipsorum alius viginti auditores habeat, alius triginta, & nonnunquam plures, neque inter illos dicere erubescant. Verùm ego, si tres aut quatuor eorum collegio interesse voluerim, exempli causa Platonicos quatuor, tres aut quatuor Epicureos, totidem numero alios Stoicos, & Peripateticos; ad hos, tres Academicos, aut vocatos Scepticos, ita vt omnes ex philosophia viri sint viginti, præterea vltra enumeratos, si totidem adsint qui rationalem facultatem in disciplinis exercuerint, sed philosophicos sermones ignorent; tunc nullus istorum eiusmodi consessum sustineat. Quòd si nonnunquam ab hominibus nulli sectæ addictis, in dicendo autem exercitatis coacti eiusmodi hominum cœtibus interesse non recusent, dum illi de istis altercantur, suásque rationes conglomerant, sæpenumero aliquis geometra superuenit, accesserunt & medicorum nonnulli, & alij quidam dicendi studiosi, viri & disciplinis instructi, eas quidem vt quæstum facerent exercentes, & nulli in philosophia sectæ inseruientes, vt mihi moris erat, atque tunc ab iis petij vt istas rationes dijudicarent; tum eorum quidam dixit optimè controuersiam sedari posse, si in id quod mundum continere isti aiunt, vacuum profecti experiantur, nunquid in eo positum corpus vna in sede manere, an & ad alium quoque locum transferri aptum sit. Aliis quidem omnibus hæc dicta placuere, soli verò Philosophi inter se nobiscumque rixari non destiterunt probabiles rationes à necessariis distinguere nequeuntes. Potest enim vnumquodque corpus in vacuo vno loco manere, potest & non manere, neutra secta necessariam demonstrationem habente.

CAP.

CAPVT VI.

In eos qui temerè & citra methodum aliquid pronunciant.

ITaque tempus aduenisse videtur vt ego quoque aliquid proferam, quum tamen paruam spem habeam fore vt inanem sciolitæ persuasionem stabiliam; neque tamen id ipsum exiguum esse duxi, ipsam videlicet non intentatam relinquere. Ob id igitur conceditur, omnem demonstrationem ab euidentissimis inchoari, sed B illicò primus ab ipsis ad ignota transitus ab Academicis & Scepticis non conceditur, inter nos verò id conuenit, quòd aliud inuenimus quod illorum ambiguitatem augeat. Quum enim ex euidentibus quædam intellectui, quædam sensui euidentia sint, inter se nonnunquam hæc pugnare videntur, atque in primis hoc ipsum homine exercitato eget; hæc nequiquam inter se diffidere ostensuro. Secundùm ab hoc maximum est, ab euidentér apparentibus quæ sunt eiusmodi cognoscere, quidam enim temerè, nondum clarè apparentibus, perinde ac talia sint assentientes, falluntur. Sed quid mirum, inquies, C si ad manifestam intelligentiam hæc temerariis hominibus accidant, quum id ipsum cernamus & in singulorum sensuum actionibus quosdam committere; quum ex longiore scilicet interuallo quàm videndi requirat potentia, aliquem accedentem intuiti, exempli causa, Dionem esse qui accedat, tanquam exactè conspicati affirmant, atqui iste propius accedens interdum non Dion, sed Theon esse visus est. Itaque si procul & propè visorum imaginatio non differret, minimè de his quæ procul aspiciuntur, inter se dissidentes, neque redarguerent vn-D quam, neque redarguerentur; sin alia verò est propè visorum, alia non propè visorum actio, vt illis qui propius intuentur, notum est, meritò falluntur. Hoc igitur ante omnia memoriæ mandato, antequam ad intellectui manifesta transeas, ne & tu inconsideratè quandoque pronuncies, & aliquod visibile procul accedens equum esse, verbi causa, dicas, quod propius quum fuerit, Theodorus esse cognoscatur; aut potius in omni vita huiusmodi tam facili assensu abstineas, quem procidentiam & temeritatem nominant. Ego vero tibi vni dico, nullus E me vnquam ita deceptum esse ostendere poterit. Ab adolescentiæ namque temporibus ita me semper assuefeci, vt tam in his quæ sensui, quàm in his quæ rationi manifesta videntur, ab inconsulto & præcipiti assensu cauerem: ad quæ transiens iam tibi iterum in memoriam reuocare hortarique decreui, vt nulli falsò fidem habeas, vt quotidie permultos amicorum alicui quæuis loquenti assentiri video; quòd si duo, tres, aut quatuor idem dixerint, non renituntur: sed quum vni assensi planè fuerint, idem tribus aut quatuor dicentibus temerè assentiun-F tur, neque illud perpendunt, vtrum istos omnes ex vna communi causa verum dicere, aut contrà ex vna communi causa mentiri liceat. Satius igitur fuerit hîc cunctari quemadmodum & ego facio, & si quàm maximè incredulum me qui temerè assentiuntur nominent. Igitur amicorum meorum nonnulli sunt qui quum ali-

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ ς'.

Πρὸς τοὺς προπετῶς τε, καὶ ἄνευ μεθόδου ἀποφαινομένους τι.

A Καιρὸς οὖν ἥκειν δοκεῖ τι φθέγξασθαι κἀμὲ, βραχεῖαν μὲν ἐλπίδα τοῦ φθέγξασθαι περὶ δοξοσοφίαν ἔχοντα μὴ καταλείπειν ἀπείρατον, ἡγούμενον μὲν οὐδὲ τοῦτο εἶναι μικρὸν αὐτὸ τοῦτο βραχὺ καὶ τίνα ἐφ' ᾧ ὁμολογῆται μὲν τι ἀπὸ τῶν ἐναργεστάτων ἀρχὴ πάσης ἀποδεί-B ξεως, ἀλλ' εὐθὺς ἡ πρώτη μετάβασις ἀπ' αὐτῶν ἐπὶ τὰ τῶν ἀδήλων, οὐ συγχωρεῖται μὲν ὑπὸ τῶν Ἀκαδημαϊκῶν τε καὶ Σκεπτικῶν, ἡμῖν δὲ τοῦτο μὲν ἀλλήλοις συγκεχώρηται, ὅτι μὲν ἄλλο εὑρισκόμεθα τὴν ἐκείνων ἀπορίαν κρατύνοντες. ὄντων γὰρ ἐναργῶν τῶν μὲν πρὸς νόησιν, τῶν δὲ πρὸς αἴσθησιν, ἀλλήλοις ἐνίοτε μὲν δοκεῖ μάχεσθαι ταῦτα· καὶ πρῶτά γε τοῦτο αὐτὸ γεγυμνασμένου δεῖται, τοῦ δείξοντος οὐδέποτ' ἀλλήλοις αὐτὰ διαφέρεσθαι. δεύτερον ἐπὶ τῷδε μέγιστόν ἐστιν, ἀπὸ τῶν ἐναργῶς φαινομένων γνωρίζειν τὰ τοιαῦτα. τινὲς γὰρ ὑπὸ προπετείας C τοῖς μηδέπω φαινομένοις ἐναργῶς, ὡς τοιούτοις συγκατατιθέμενοι σφάλλονται. καὶ τί θαυμάζειν, ἔφης, εἰ πρὸς διάνοιαν ἐναργῆ τοῦτο συμβαίνει τοῖς προπετέσιν, ὁρῶντας αὐτὰ κἀπὶ τῶν πρὸς αἴσθησιν ἐνίους πάσχοντας ἑκάστην· ὅτι ἐξ ἀποστήματος γοῦν θεασάμενοι προσερχόμενόν τινα, Δίωνα φασὶν, εἰ οὕτως ἔτυχεν εἶναι τὸν ἀφικνούμενον, ὡς βεβαίως εἰδότες· ὡς ἐνίοτε πλησίον ὀφθεὶς ὁ προσερχόμενος, ἐφάνη Θέων, οὐ Δίων ὑπάρχων. εἰ μὲν οὖν ἀπαράλλακτος ἡ φαντασία τῶν πόρρωθεν ὁρωμένων ἐστὶ, καὶ τῶν ἐγγύθεν, οὐ διαφωνοῦντες ἀλ-D λήλοις ἐπὶ τῶν πόρρωθεν ὁρωμένων, οὔτ' ἐλέγξουσιν, οὔτ' ἐλεγχθήσονταί ποτε· εἰ δ' ἐστὶν ἄλλη ἐνέργεια τῶν πλησίον ὁρωμένων, ἄλλη δὲ τῶν οὐ πλησίον, οἷα πειρωμένων τὴν ἐκ τοῦ πλησίον γιγνομένην, εἰκότως σφάλλονται. τοῦτ' οὖν αὐτὸ πρῶτον ἀναμνήσθητι, πρὶν ἐπὶ τὰ πρὸς διάνοιαν ἐναργῆ μετιέναι, καὶ σύ ποτε προπετῶς, ὁρατόν τινα τὸν προσιόντα, φέρε μὲν ἵππον, ὡς ἔτυχε, πλησίον ἐγγίσασθαι Θεόδωρος ὤν· ἢ δι' ὅλου τοῦ βίου σαυτὸν ἀνάσχες ἀπὸ τῆς τοιαύτης συγκαταθέσεως, ἣν ὀνομάζουσί τε πρόπτωσιν καὶ προπέτειαν. ἐγὼ μὲν σοι λέγω μόνῳ, οὐδεὶς E ἔχει με δεῖξαι τοιοῦτόν ποτε ἐσφαλμένον οὐδέν. ἐκ μειρακίου γὰρ ἐπέχειν ἐμαυτὸν εἴθισα προπετοῦς συγκαταθέσεως, ὥσπερ ἐν τοῖς πρὸς αἴσθησιν, οὕτω καὶ τοῖς πρὸς λόγον φαινομένοις, ἐφ' ἃ μεταβὰς, ἤδη πάλιν ἀναμνησθῆναί σε κἀνταῦθα παρακαλῶ, μηδενὶ ψευδῶς συγκατατιθέμενον ἑαυτὸν, ὥσπερ ἑκάστης ἡμέρας ὁρῶ παμπόλλους τῶν φίλων, ἐνίοις μὲν ἑνὶ τῶν εἰπόντων ὁτιοῦν πιστεύσαντας· εἰ δὲ δύο, καὶ τρεῖς, καὶ τέσσαρες εἴποιεν, ταὐτὸν οὐκ ἀντέχοντας, ἀλλὰ πάντως συγκατατιθεμένους ἑνὶ, προπετῶς δὲ καὶ τρισὶν, ἢ τέσσαρσιν, ἄνευ F τοῦ διορίσασθαι πότερον ἐνδέχεται πάντας αὐτοὺς ἐκ μιᾶς αἰτίας κοινῆς ἀληθεύειν, ἢ ψεύδεσθαι πάντας ἐκ μιᾶς αἰτίας κοινῆς. βέλτιον οὖν ἐνταῦθα βραδύνειν, ὥσπερ ἐγὼ ποιῶ, κἂν ὅτι μάλιστά με καλῶσιν, ἐπισκώπτοντες ἄπιστον οἱ προπετῶς συγκατατιθέμενοι. τῶν φίλων γοῦν εἰσί τινες οἱ πυθόμενοι παρά τινος ἀφῖχθαι

τόνδε τινὰ τῶν ἀποδημούντων, ἤγγειλαν μὲν ἡμῖν ἥκοντα τὸν ἄνθρωπον, ἠλέγχθησαν δὲ ψευδόμενοι, ὡς οὐδὲν ἐπιτιμήσω, τοσοῦτον δέουσιν εἰς τὸ μέλλοντα παρασκευάσασθαι ἑαυτοὺς ἀσφαλεστέρους, ὡς ἀγανακτοῦσι πρός με, καί φασιν, αὐτοὺς μὲν οὐκ εἶναι τῆς ψευδολογίας αἰτίους, πιστεῦσαι γὰρ εἰπόντι τόδε τινί, τὸ δὲ ἁμάρτημα μὲν ἐκείνου γεγονέναι, μὴ βουλόμενοι θεάσασθαι τὸ προπετέστερον εἰς ἑαυτοὺς ἀπάσαις ταῖς προπετῶς συγκαταθέσεσιν. εἰ μὲν γάρ, ὥσπερ ἐγὼ λέγειν εἴωθα, τόνδε μοί τινα περὶ τοῦδε, τὸ δὲ διηγήσασθαι, καὶ αὐτοὶ κατὰ τὸν αὐτὸν τρόπον ἐποιοῦντο τοὺς λόγους, οὐκ ἂν ἐψεύδοντο. νυνὶ δ' ἐπεὶ τῷ πιστεύειν τῷ λέγοντι σφάλλονται, οὐκ ἐκεῖνον μόνον, ἀλλὰ καὶ σφᾶς αὐτοὺς συναπέδειξαν αὐτῷ ψευδομένους. ἐνὸν γὰρ αὐτοῖς οὐκ ἀποφαινομένοις εἰπεῖν ἀφῖχθαι τόνδε τινὰ τῶν ἀποδημούντων φίλων, ἀλλ' ἀκηκοέναι παρὰ τοῦδε. ὁπότ' οὖν ἐπὶ τοσούτων πραγμάτων, οὐ μικρὸν ὕστερον αὐτοὺς ἐλεγχθέντων ψευδομένους, οὐ παύονται προπετῶς συγκατατιθέμενοι, τί χρὴ νομίζειν ἐπὶ τῶν ἀδήλων αὐτοῖς ὄντων δυσελεγκτοτέρων προσάπτεσθαι; εὐκολώτερον μὲν γάρ ἐστιν, ἑνὸς ἀεὶ μνημονεύειν τοῦ προειρημένου ἐναργῶς ἐν ἀκριβεῖ, χαλεπώτατον δὲ διότι τοῦτ' αὐτὸ ποιεῖν οὐκ ἐθέλουσιν οἱ πολλοί. καὶ ζητοῦντί γέ μοι τὴν αἰτίαν τῆς προπετείας αὐτῶν, εἰ μὴ ἄρα πλεονεξία κατεφάνη, πάντ' ἐργάζεσθαι τὰ τοιαῦτα. τὸ γὰρ τάχιστ' ὁτιοῦν, ἢ δι' αἰσθήσεως, ἢ διὰ νοήσεως εὑρίσκειν ἐπαινετὸν μόνον ὁρῶντες, οἴονται βελτίους ἑαυτοὺς ἐπιδείξειν τῶν πέλας ἐν τῷ τάχει τῆς διαγνώσεως τάχος, ἀλλ' ἀγνοίας ἐπιδείκνυνται. ταῦτα μὲν οὖν ἐφίων εἰρῆσθαί μοι κοινῇ πρὸς ἅπαντας ὅσοι προπετῶς ἀποφαίνονται.

A quem peragrè aduenisse à quopiam audiuerint, statim mihi venisse hominem renuncient; sed paulopost mendacij conuicti, & à me reprehensi, tantum abest vt in posterum sese cautiores præstent, vt etiam mihi irascantur, dicántque se non esse mendacij authores, sed cuidam illud dicenti credidisse, cuiusque peccatum esse, non suum, in assentiendo inconsultam temeritatem considerare nolentes. Nempe si, vt ego dicere consueui, hominem hunc mihi hac de re hoc dixisse, hunc in modum & ipsi sermonem facerent, haud profectò mentirentur. Nunc verò dum mendacium referenti credentes falluntur, B non illum modò, verùm etiam seipsos mendaces esse demonstrant, quum amicum peregrè in patriam rediisse ipsis non asserere, sed ab alio id se audiisse, dicere liceat. Quandoquidem igitur huiusmodi rebus ipsorum haud multo post mendacium declarantibus, non desistunt temerè assentiri, quid in abstrusis, atque reconditis ipsis accidere putandum sit, quas percipere sanè, quàm difficile est? Facilius quidem fuerit vnius rei semper meminisse, quàm in eius exacta cognitione euidenter persistere; difficillimum autem idcirco fuerit, quoniam id ipsum C facere plerique recusant. Mihi verò temeritatis ipsorum causam quærenti, nonnisi ingenij excellentia hæc omnia agere visa est. Celeriter enim quoduis, aut sensu, aut intelligentia consequi laudabile est, quod solum isti homines intuentes, sese vicino cognitionis celeritate meliores probaturos esse existimant, quum tamen ignorantiæ potius celeritatem ostendant. Hæc itaque à me generatim aduersus omnes temerè aliquid pronunciantes inuenta dicere volui.

ΚΕΦΑΛΑΙΟΝ Ζ.

Ἐλέγχονται πάλιν οἱ τὴν ἐναργῶς γνῶσιν τῶν ἀγνώστων, καὶ τῶν ἀδήλων ἔχειν οἰόμενοι, ἐν δὲ τοῖς ἐναργῶς γιγνωσκομένοις σφάλλονται.

Πάλιν ἐπὶ τούσδε τοὺς φιλοσόφους ἔλθωμεν, ἀποφαινομένους προπετῶς περὶ τῶν ἐν τῷ κενῷ σωμάτων ἑστώτων, ἢ καταφερομένων. ὁ μὲν γὰρ ἀρχιτέκτων οὗτος οὐκ ἂν ἀπεφήνατο, πρὶν εἰς αὐτὸ τὸ κενὸν ἐξελθὼν τοῦ κόσμου, τῇ πείρᾳ βασανίσαι τὸ πρᾶγμα, καὶ θεάσασθαι σαφῶς, εἴ τε μένειν κατὰ τὸν αὐτὸν τόπον ἕκαστον τῶν ἐν αὐτῷ σωμάτων, εἴτε καὶ μεθίστασθαι. τοιαύταις γὰρ ἀρχαῖς εἰς τὰς ἀποδείξεις οἶδα χρωμένους αὐτούς, ἐναργέσι τε καὶ ἀναντιλέκτοις ὑπὸ πάντων ὁμολογουμέναις· ὑμεῖς δὲ οἱ φιλοσοφοῦντες, περὶ ὧν οὐδεμίαν ἐναργῶς γνῶσιν ἔχετε, ταῦθ' ὡς ἐναργῶς γνωσθῆναι δυνάμενα. ἤκουσα πρώην ἀπισουμένοιν δυοῖν φιλοσόφοιν· ἐδόκει γὰρ αὐτῶν τῷ μὲν ἑτέρῳ, τὸ ὕδωρ τῶν ξύλων βαρύτερον εἶναι· τῷ δ' ἑτέρῳ, τὰ ξύλα τοῦ ὕδατος· ἑκάτερός τε λόγους ἔλεγε μακρούς, ἐμβλέπων ἄνω τε καὶ κάτω. κεφάλαιον δὴ τοῦ μὲν ἑτέρου τῶν φιλοσόφων τὴν πεπιλημένην οὐσίαν βαρυτέραν εἶναι, καὶ διὰ τοῦτο, τὰ ξύλα τοῦ ὕδατος· τοῦ δ' ἑτέρου, ἔλαττον ἔχειν κενὸν τὰ ξύλα. καὶ ταῦτα ἔλεγον διὰ μακρῶν ἐξηκόντων λόγων, οὐκ ἀποδεικτικὴν ποιούμενοι τὰς πίστεις, ὥσπερ ἀδύνατον ἐν αἰσθήσει διαγνῶναι τὸ πρᾶγμα, καθάπερ ἡμᾶς οἶσθα ποιοῦντας. οἱ δὲ φι-

D CAPVT VII.

Refelluntur rursus, qui de ignotis rebus apertas se rationes habere existimant, & in his labuntur quorum clara & euidens est comprobatio.

CÆterùm ad istos rursum philosophos reuertamur qui inconsideratè de corporibus in vacuo stantibus aut descendentibus sermocinantur. Architectus namque iste non affirmasset prius quàm in ipsum vacuum è mundo egressus rem experientia comprobasset, atque vnumquodque in ipso positum corpus, aut eundem locum E obtinere, aut in alium transmutari apertissimè conspexisset. Eiusmodi namque ad demonstrationes constituendas principiis euidentibus, ac sine controuersia ab omnibus concessis ipsos vti cognoscimus; at vos de iis philosophantes quorum nullam certam notitiam habetis, ea quàm clarissimè dignosci posse contenditis. Proximè duos altercantes philosophos audiui; alteri enim eorum aqua lignis grauior esse videbatur, contrà alter ligna grauiora esse defendebat; vterque autem sursum ac deorsum intuens longas rationes afferebat. Præci- F puum autem alterius philosophi argumentum constrictam densamque substantiam grauiorem esse, quocirca ligna, quàm aqua, *grauiora esse*; Alterius verò, ligna minus vacui continere. Hæc verò dicebant prolixis sermonibus, non demonstratiuis rationibus sententiam suam roborantes, tanquam ipsis rem sensui dijudicare (quemadmodum & nos facere nouisti) non liceret. Sed ipsum philosophi

losophi adhuc dicere volentem interrogauerunt, quinam esset modus per quem euidenter dignosci posset, vtrum ipsorum grauius esset, neque enim in lancibus id fieri posse dicebant, quemadmodum neque ex vase pleno; etenim expendere lignum possumus, non tamen vas aliquod ipso replere, quod rursum aqua implere valeamus. Hæc igitur istis (vt soliti sunt) garrientibus, ridens Architectus inquit; *Vos omnes sapientes videri volentes eiusmodi semper estis, quæ extra mundum sunt, de quibus coniectura notitiam accipere solùm contingit, scientificè autem comprehendi nequeunt, cognoscere vobis persuadentes: hæc autem quæ ad manum sunt vel imperitis hominibus interdum patentia, penitus ignorantes, quemadmodum & id ipsum in præsentia propositum, aquæ scilicet ac ligni ponderis exquisitio.* Omnibus igitur qui ibi aderant architectum rogantibus, vt quo pacto ligni & aquæ grauitas inter se comparari dijudicaríque firmâ ac certa scientia posset, edoceret, ipse quidem breui & apertè, vt omnes qui aderant præter solos philosophos intelligerent, explanauit; ab illis verò bis & ter eundem sermonem repetere coactus est, vixque intellexerunt. Quocirca iure, inquit architectus, permulti nihil istis præter inanem scientiæ persuasionem inesse prædicant; indocti namque in rebus omnibus obscuris conuincuntur, qui verò sapientes haberi volunt in notis & apertissimis hærent atque hallucinantur. Ego verò hunc sermonem subiiciens, meritò id ipsis accidere dixi, quandoquidem vt à per se notis ad ignota transeundum sit, nunquam discere laborarunt, neque in illis sese rebus exercere, quæ rectè inuenientium veritatem comprobare, non inuenientium autem errorem coarguere queant. At vt rideatis, inquit, istorúmque fastum, quantus sit, cognoscatis, vnum ac duo ex iis quæ huiusmodi homines supercilia contrahentes inconsideratè proferunt, vobis recitare decreui, primúmque illud præcipuè dixero quum Peripateticus quidam philosophus accessisset, vnicum esse mundum asserens, eúmque plenum, extra quem nullum esset vacuum, quemadmodum neque intus; duplici differentia, dixi, ab hoc philosopho vterque istorum discrepat, ostendebam autem Stoicum philosophum & Epicureum. Stoicus enim in mundo quidem nihil vacui, sed extra mundum vacuum esse locum asserebat; ambo hæc Epicureus concedens, in alio quodam ab ipso dissentiebat; neque enim vnum esse mundum, quemadmodum Stoicus, in hoc sanè Peripateticis assentiens, opinatur, sed quemadmodum vacuum magnitudine infinitum, ita & mundos in ipso multitudine infinitos esse contendit. Ego verò quæ isti tres suis somniis patrocinari volentes dicerent, audiui, ipsosque nulla ratione demonstratiua, sed probabili & consentanea muniri exactè cognoui: interdum verò neque sese, quòd mentiantur, animaduertere, quum eos singulos, vt in hoc idem propositum aliquam demonstrationem afferrent, prouocaremus. Sic itaque ea quæ in libris ipsorum scripta esse nouimus, disserebant; omnibus autem præsentibus clarissimè nullus ipsorum rationem necessariam, aut linearum demonstrationi consimilem, sed ex argumentatiunculis, quibus rhetores vti solent, compositam afferre visus est. Sed hactenus de diuitibus sermo habitus est. Ad nos igitur ipsos,

A λόσοφοι λέγειν ἔτι βουλόμενον, αὐτὸν ἠρώτησαν, ὅστις ὁ τρόπος εἴη καθ' ὃν ἐναργῶς διαγινώσκεται, πότερόν ἐστι βαρύτερον· οὐ γὰρ δὴ διὰ ζυγοῦ γε δυνατὸν ἔφασαν γενέσθαι τοῦτο, καθάπερ οὐδὲ δι' ἀγγείου πληρουμένου· στῆσαι μὲν γὰρ οἷόν τέ ἐστι τὸ ξύλον, οὐ μὴν πληρῶσαί γε τὸ ἀγγεῖον ἐξ αὐτοῦ, τοῦ ὕδατος αὖ πληροῦσθαι δυναμένου. τοιαῦτ' οὖν αὐτῶν λεγόντων, ὥσπερ εἰώθασι, γελάσας ὁ ἀρχιτέκτων, ἔφη· τοιοῦτοι διὰ παντὸς ὑμεῖς οἱ δοξόσοφοι πάντες ἐστέ, τὰ μὲν ἔξω τοῦ κόσμου γιγνώσκειν οἰόμενοι, περὶ ὧν εἰκάσαι μέν ἐστιν B ἐνδεχόμενον, γνῶναι δ' ἐπιστημόνως οὐκ ἐγχωρεῖ· τὰ δὲ ταῦτα, καὶ τοῖς τυχοῦσιν ἐνίοτε γιγνωσκόμενα, παντάπασιν ἀγνοοῦντες, ὥσπερ καὶ τοῦτ' αὐτὸ τὸ νῦν προκείμενον, ὕδατός τε καὶ ξύλων σταθμὸν ἀντεξετάσαι. δεηθέντων οὖν ἁπάντων τῶν παρόντων, εἰπεῖν τὸν ἀρχιτέκτονα, πῶς ἐπιστημονικῶς, καὶ βεβαίως ἀντεξετασθήσεται τὸ τοῦ ξύλου[11] τῷ τοῦ ὕδατος· ὁ μὲν διῆλθεν ἐν τάχει τε καὶ σαφῶς, ὡς ἅπαντας τοὺς παρόντας νοῆσαι, πλὴν μόνων τῶν φιλοσόφων· ἐκεῖνος δέ, καὶ δεύτερον ἠναγκάσθη, καὶ τρίτον εἰπεῖν τὸν αὐτὸν λόγον, ὥστε μό- C γις ἐνόησαν. ὁ μὲν ἀρχιτέκτων εἰκότως, ἔφη, λέγουσι πάμπολλοι, πλὴν δοξοσοφίας οὐδὲν τούτοις ὑπάρχειν· οἱ δ' ἀνόητοι μὲν ἐν τοῖς ἀγνώστοις ἅπασιν ἐλέγχονται, δοξόσοφοι δ' ἐν τοῖς γνωστοῖς. ἐγὼ δὲ διαδεξάμενος αὐτὸν τὸν λόγον, εὐλόγως ἔφην τοῦτο συμβαίνειν αὐτοῖς, καὶ γὰρ ὅπως χρὴ μεταβαίνειν ἀπὸ τῶν ἐναργῶς γινωσκομένων ἐπὶ τὰ τῶν ἀδήλων, οὐδέποθ' ὑπέμειναν ἀσκηθῆναί τε, καὶ μαθεῖν ἐπὶ πραγμάτων, μαρτυρῆσαι μὲν τοῖς εὑροῦσιν αὐτά, δυναμένων, ἐλέγξαι δὲ τοὺς οὐχ εὑρόντας. ἵνα δ', ἔφη, καὶ γελάσητε, καὶ γνῶτε τὸν τῦφον αὐτῶν D ὁπηλίκος ἐστίν, διελθεῖν ὑμῖν ἕν τι, καὶ δύο βούλομαι, περὶ ὧν ἀποφαίνονται προπετῶς, οἱ τὰς ὀφρῦς ἀνεσπακότες οὗτοι· καὶ πρῶτόν γε τοῦτο λέγω μάλιστ', ἐπειδὴ τῶν Περιπατητικῶν τις ἀφίκετο, τῶν φιλοσόφων ἕνα τε τὸν κόσμον τοῦτον εἶναι πεπλησμένον, ἔξωθέν τε αὐτοῦ μηδὲν εἶναι κενόν, ὥσπερ οὐδ' ἔνδον· διαφέρει γε μήν, ἔφην, τῷδε τῷ φιλοσόφῳ, διττὴν διαφορὰν ἑκάτερος τούτων, ἐδείκνυον δὲ τόν τε Στωϊκόν, καὶ τὸν Ἐπικούρειον. ὁ δὲ Στωϊκὸς οὐκ ἔνδον τι κενὸν εἶναι, ἔξωθεν τοῦ κόσμου ὑπάρχειν αὐτό· ταῦτα δ' ἄμφω συγχωρῶν ὁ Ἐπικού- E ρειος, ἐν ἄλλῳ τινὶ διαφέρεται πρὸς αὐτόν· οὐ γὰρ ἕνα ὁμολογεῖ κόσμον εἶναι τόνδε, καθάπερ ὁ Στωϊκὸς οἴεται, κατά γε τοῦτο τοῖς Περιπατητικοῖς ὁμόδοξος, ἀλλ', ὥσπερ γε καὶ τὸ κενὸν ἄπειρον τῷ μεγέθει φησὶν ὑπάρχειν, οὕτω καὶ τοὺς ἐν αὐτῷ κόσμους ἀπείρους εἶναι τῷ πλήθει. ἐγὼ δ' ἤκουσα μὲν ἃ λέγουσιν οἱ τρεῖς, συναγορεύειν βουλόμενοι τοῖς ἰδίοις ὀνείροις· ἀκριβῶς δ' οἶδα μηδένα λόγον ἀποδεικτικῶς ἔχοντας αὐτούς, ἀλλ' ἐνδεχομένως τε, καὶ εἰκότως, ἐνίοτε δὲ μηδὲ τοιούτους γνώσεσθαι, ὅτι μὲν ψεύδονται προσκαλέσαντες εἰπεῖν τινα ἀπόδειξιν ἕκα- F στον αὐτῶν εἰς ταὐτὸ τοῦτο προκείμενον. οὕτως οὖν ἔλεγον ἅπερ ἴσμεν ἐν τοῖς βιβλίοις αὐτῶν γεγραμμένα· πᾶσι δὲ τοῖς παροῦσι σαφῶς ἐφαίνετο μηδεὶς ἀναγκαστικὸν λόγον εἰπών, μηδ' ἀποδείξεως γραμμικῆς ἐχόμενον, ἀλλ' ἐξ ἐπιχειρημάτων συγκείμενον, οἷς οἱ ῥήτορες χρῶνται. ἀλλά γε περὶ πλουσίων, ὁ λόγος. ἐφ' ἡμᾶς οὖν αὐτούς

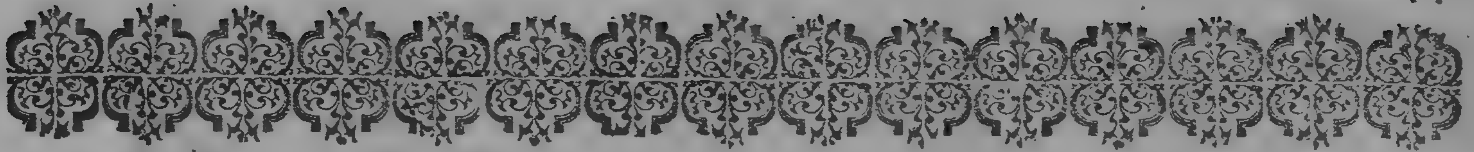
[11] βάρος

ἔλθωμεν ὅσοι μὴ πλουτοῦμεν, ἐρωτήσωμέν τε, καὶ πάλιν ἕνα τῶν σοφῶν, εἰ δίκαιόν ἐστιν ἑαυτοὺς ἀναγορεύειν ἐγνωκότας μόνους τὴν ἀλήθειαν, ὑπὸ πάντων τῶν ἄλλων καταγινωσκομένους ἰδιωτῶν τε καὶ φιλοσόφων. τὸ γάρ τοι δεινότατον, ἔφην, τοῦτ' ἔστιν, ὅτι τῶν φιλοσόφων ἕκαστος ἂν ἔξωθεν τῆς οἰκείας ποίμνης, ὑπ' οὐδενὸς ἐπαινεῖται. τίνα τοίνυν εἰκός ἐστιν ἄλλον δὴ τοὺς φιλοσόφους ἅπαντας ὑπομένοντας κριτήν, πλὴν αὐτῶν τῶν φαινομένων, ὑπομένοντάς τε, καὶ τοὺς ἀπὸ τῶν λογικῶν τεχνῶν ἁπασῶν ἀριθμητικούς, λογιστικούς, γεωμέτρας, ἀστρονόμους, ἀρχιτέκτονας, νομικούς, ῥήτορας, γραμματικούς, μουσικούς; ἢ ὁ ὑφ' ἑαυτοῦ κρινόμενός τε, καὶ στεφανούμενος, ὑπὸ τῶν ἄλλων κριτῶν εἰ ὑπομείνειε δοκιμάζεσθαι, μηδεμιᾶς ψήφου μεταλαμβάνεται. τοσαῦτα καὶ περὶ ἁμαρτημάτων εἰς τὸ παρὸν ἀρκείσθω.

A quicunque diuites non sumus, reuertamur, iterúmque aliquem ex sapientibus percunctemur, num æquum sit seipsos solos veritatem cognoscentes prædicare, ab omnibus aliis tum imperitis, tum philosophis cognitam. Illud namque grauissimum est (dicebam) singulos videlicet philosophos extra proprium gregem à nullo alio laudari. Quem igitur alium decet omnes philosophos iudicem, quàm ipsa sensibus euidentia expectare, atque ex omnibus rationalibus artibus arithmeticos, ratiocinatores, geometras, astronomos, architectos; iurisconsultos, B rhetores, grammaticos, musicos? etenim, qui seipsum iudicat atque coronat, aliorum iudicum si expectet sententiam, omnibus suffragiis condemnabitur. Hæc in præsentia de peccatis abundè dicta sunto.



GALENI



GALENI DE CONSVETVDINIBVS LIBER.

ARGVMENTVM LIBRI.

Consuetudinum vires, & causæ explicantur.

CAPVT PRIMVM.

Improbatur eorum opinio, qui scopum à consuetudine sumptum abrogare conabantur; probatúrque quantum consuetudo posit, addito etiam Hippocratis, & Erasistrati testimonio.



QVVM ex curatiuis scopis vnum, & eum esse, qui à consuetudinibus sumitur, non optimi solùm medici, sed omnes etiam homines censeant, nonnulli tamen ex iis, qui bona omnia corrumpunt, deiicere eum conantur; interrogantes nos, cur læsus quis, verbi gratia, in primo vsu [1] à bubularum carnium esu, ac deinde coactus singulis diebus per totum [2] annum eas comedere vel nihil amplius lædatur, vel [3] insuetis minus; postea, quicquid nos dixerimus, verbis illi euertentes, existimant vnà cum ipso, rei quoque essentiam sustulisse, non secus, ac si quis, vbi omnibus opinionibus de modo, quo videmus, contradixerit, minimè etiam videre nos concedat. Quòd igitur maxima portio ad remediorum inuentionem fit ea quæ à consuetudinibus capitur, euidenter appareat; ob idque etiam Hippocrates in Aphorismis scripsit. *Assueti solitos labores ferre, quamuis imbecilles sint, vel senes, insuetis robustis, & iuuenibus faciliùs ferunt:* Fusiúsque etiam in libro De diæta acutorum exposuit, tum læsiones, quæ ex insolita fiunt diæta, tum vtilitates, quæ ex solita. Erasistratus item in secundo De paralysi libro, de omnibus consuetudinibus eo quo Hippocrates modo sentire videntur. Ac præter hos, antiquorum medicorum nullus est qui causam confessam, indubitatámque tum horum, tum aliorum dixisse non videatur. Nam qui probabilem causam existimantur inuenisse, in vna sanè materia, alii aliam inuenere, nonnulli quidem in cibariis solis, nonnulli verò in exercitationibus, vel vitæ institutis; in omnibus autem materiis nullus. Enimuero de frigidæ quoque exhibitione, quam in acutè ægrotantibus sæpenumero facimus, nonnulli nobis aduersantur prohibentes ipsam dari febrientibus, ac iubentes nos illis indicationibus esse contentos, quæ ab aliis scopis sumuntur, quas & à locis affectis, & ab eorum affectione, ætatéque, & regione, & anni tempore, & ab ipsius laborantis temperamento, & facultate vsurpare consueuimus; ridiculum esse asserentes, si dum phlegmone laborat iecur, vel pulmo, vel ventriculus, vel aliqua alia ex ita præcipuis partibus; ei qui frigidæ potator est, frigidum offerri potum nullam aliam ob causam, nisi ob consuetudinem, permiserimus. Æquè enim hoc esse aiunt, ac si concedatur, aqua frigida lauari eos, qui ita assueti sunt, licet febricitent. Quasi omni-

A bus quocunque modo ægrotantibus omnia quæ ipsis consueta sunt, facere permittamus, nec vnà cum aliis omnibus scopis, eum quoque qui à consuetudinibus est, admittamus. Aristoteles igitur Mitylæneus vir in speculatione peripatetica primatum tenens, quum in morbum quendam incidisset, qui à frigidæ sanè potione iuuari poterat, quia tamen talem potum nunquam ingessisset, medicis eum bibere consulentibus repugnabat, manifestò se scire affirmans se frigida gustata, spasmo correptum iri; nam & hoc ipsum asserebat se vidisse in alio, qui sibi, & corporis habitu, & tempe-
B ramento erat similis, calidæque potioni erat assuetus. Quòd si tali potui, sicuti nonnulli, assueuisset, maximè quidem nec ipse illius oblationem timuisset. tandem tamen medicis eum omnino compellentibus, frigidam potauit. Ac ille quidem ita obiit, vt audiui. Quum etiam me interrogarent, qui illi morienti aderant, vtrum, sicut in aliis, aliquando quidem, per totum morbum, aliquando autem in aliquo tempore, frigidam dare ausus sum, quamuis cæteri medici eam dare vererentur: ita quoque & in illo ausus fuissem; & an rectè suam ipsius naturam vir ille coniectasset; Respondi,
C eum sanè exquisitè coniectasse; gracilis enim admodum erat, osque ventriculi frigidissimum ab initio habebat, ita vt singultu statim corriperetur, si quando vel leuiter refrigeraretur. verùm, sicuti hic frigidum potum non sustinuit, tum propter consuetudinem, tum propter corporis naturam, licet morbus indicaret; ita aliis valde audens dedi, si febris causus exquisitus esset, nullúmque viscus phlegmone tentari conspiceretur, nec solum valde audens dedi, sed vnà etiam familiaribus laborantis prædicens, nisi frigidam biberit, moriturum omnino esse hominem; sin biberit, multam spem salutis habiturum, & omnes (quod cum Deo dictum sit)
D superstites euasere. Quare postquam hoc remedium diuturno experimento comprobatum est, ad causæ inquisitionem accedamus, in memoriam priùs reuocantes, tum quæ Hippocrates in libro De diæta acutorum, tum quæ Erasistratus in secundo De paralysi scripsit. Ac series quidem Hippocratis ita se habet. *Atqui facilè addisci potest, quod vitiosa diæta comestionis & potionis, ipsa sibi ipsi semper similis, tutior vt plurimùm est ad sanitatem, quàm si quis repente magnam mutationem faciat ad aliud melius: quandoquidem, & iis qui bis cibum capiunt in die, & iis, qui semel cibum capiunt, re-*
E *pentinæ mutationis noxas, infirmitatemque inferunt. Et ij sanè, qui prandere non consueuerunt, si pransi fuerint, statim infirmi fiunt, & toto corpore graues, & imbecilli, & tardi; si verò etiam supercænauerint, acidum ructantes; quibusdam autem etiam spatile (hoc est humida deiectio) aduenit, quando præter consuetudinem onere grauatus est ventriculus, solitus supersiccari, & non bis intumescere, neque bis elixare cibaria.* Deinceps quum interim modum tradidisset, quo quis horum noxam

sanet, sermonem rursus de iis, qui consuetudinem transgrediuntur copulans, ita scribit. *Adhuc verò magis laborauerit, si ter in die cibum capiat ad saturitatem: & adhuc etiam magis, si pluries; quamquam sanè multi sunt, qui facilè ferunt, ter in die cibum capientes ad satietatem, si sanè ita fuerint assueti. Quin, & qui bis cibum in die capere consueuerunt, nisi pransi fuerint, imbecilli, & infirmi fiunt, & ad omne opus timidi, & cardialgici; pendere enim videntur ipsis viscera, & mingunt calidum, & viride, & stercus comburitur, sunt & quibus os amarescit, & oculi cauantur, & tempora saliunt, & extrema refrigescunt, & plurimi quidem eorum, qui pransi non sunt, cœnam comedere non possunt; si verò cœnauerint, ventriculum grauant, ac multo magis ægrè cubant, quàm si pransi fuissent. Quum ergo talia sanis eueniant ob dimidij diei mutationem diætæ præter consuetudinem, neque addere commodum videtur, neque detrahere. Si igitur hic, qui præter consuetudinem semel cibum capit, tota die exinanitis vasis, cœnauerit quoniam solebat, verisimile est ipsum (si cum impransus esset, laborauit, & infirmus redditus est, quum autem cœnasset, grauis effectus est) multo magis grauari. Si verò longiori adhuc tempore, exinanitis vasis, de repente & post cœnauerit, magis vtique grauabitur.* Post hæc etiam rursus Hippocrates (quemadmodum etiam superiùs) correctiones quasdam genitæ læsionis in iis, qui præter consuetudinem vasa exinanita habent, scribens deinceps rursus ita inquit. *Multa verò etiam alia his germana de ventriculo quis vtique dicat, quod facilè ferunt esculenta, quibus assueti sunt, etsi non sint bona naturâ; similiter autem, & poculenta. Et quæcunque sanè multus carnium esus præter consuetudinem comestus facit, vel allia, vel silphium, vel succus ipsius, aut caulis vel alia quæcunque huiuscemodi, magnas vires peculiares habentia, minùs vtique quis mirabitur, si talia labores ventriculis, magis quàm alia, faciant. At iustè mirabitur, si didicerit, quantam maza turbationem, & tumores, & flatum, & torsionem ventriculo inferat præter consuetudinem comesta ei, qui panem comedere sit solitus, vel qualem panis grauitatem, & tensionem ventriculi ei, qui mazam comedere sit solitus; vel ipse quoque panis calidus comestus qualem sitim inferat, & repentinam plethoram, propterea quod tum exiccatorius, tum tardi gradus sit; & panes valdè puri, & qui confusanei sunt, (syncomistos appellant) præter consuetudinem comesti, quam diuersa inter se faciant; & maza etiam sicca præter consuetudinem, aut humida, aut viscida; & polentæ quale quid faciant recentes ijs, qui non sint assueti, & aliæ ijs, qui recentibus sint assueti: & vini potus, & aquæ potus præter consuetudinem in alterum repente permutata; & aquosum vinum, & meracum præter consuetudinem repente potatum; illud enim pladon (id est humiditatem) in superiori ventre infert, & flatum in inferiori; hoc autem venarum palpitationem, & capitis grauitatem, & sitim, album item vinum, & nigrum ei, qui præter consuetudinem permutat, licet ambo vinosa sint, multa tamen in corpore alterarint; vt minùs mirum quis vtique dixerit, dulce, vinosumque vinum non idem posse, repente permutata.* Ex Hippocrate quidem satis sint, quæ hucusque scripta sunt exempla de consuetudinum facultate; Erasistratus autem in secundo De paralysi in hunc modum scripsit. *Oportet autem vt qui ex ratione curaturus est, multam admodum considerationem de consuetudine, & insuetudine faciat; dico sanè hoc modo. Qui assueti sunt laboribus etiamsi multum laborauerint, non lassantur: qui verò insueti sunt, etiamsi parum laborauerint, sublassantur. Eduliaque consueta, licet concoctu difficilia sint, nonnulli facilius concoquunt, quàm insueta, licèt faciliora sint concoctu. Excretionésque consuetas, licèt eæ incommodæ sint, quia tamen in consuetudinem venerunt, requirit corpus, atque his priuatum, in morbos incidit. Quale euenit & circa hæmorrhoidum fluores, & purgationes, quas nonnulli sibi ipsis consuetas faciunt. Quale etiam & iis, quibus vlcera per tempus erumpunt, ichorémque fundunt. Quale item iis, quibus per quædam tempora choleræ fiunt. Omnes enim tales excretiones, licet incommodæ sint, requirit corpus; & vbi ipsæ consuetis temporibus non fiant in affectus non exiguos incidunt ij, quibus talia erant consueta. Conspiciuntur etiam & talia quædam euenire per consuetudines in versibus iambicis, quo sciamus: si quis enim nos iusserit ex medio versu duos, vel tres versus recitare, nósque huic rei insueti simus, id haud promptè facere possumus: per continuatam autem numerationem, vbi ad eosdem versus peruenerimus, ex parato faciléque recitamus; assuescentes autem, tandem etiam id promptè facimus, quod priùs difficulter præstabamus. Accidit etiam & tale quidpiam. Nam qui ad discendum sunt insueti, tardè & pauca discunt; qui autem sunt assueti, multo plura discunt, faciliúsque. Simile etiam & circa inquisitiones euenit, qui enim prorsus insueti sunt inquirere, in primis motionibus cogitatione occæcantur, obtenebrantúrque, ac statim ab inquirendo desistunt, cogitatione nimirum fatigati, ac præimpotentes redditi; non secus, ac illi, qui cum cursui sint insueti, ad currendum tamen accedunt. Qui verò inquirere est assuetus, cogitatione per totum penetrans, inquirénsque, ac eam multos in locos transferens, ab inquisitione non desistit, ne dum in vna die, sed neque in tota vita ab inquirendo quiescens; ac ad alias notiones à re, quæ inquiritur non alienas, cogitationem transferens, progreditur quo vsque ad rem propositam perueniat. Ita sanè videntur hucusque ea, quæ in consuetudine sunt, pollere in omnibus nostris affectibus, tam animalibus, quàm corporalibus. Ac de his quidem in præsenti satis sit dictum. In vniuersalibus autem sermonibus de medicina habitis, copiosius enumerata sunt, quæ certè necessariam considerationem ab eo expostulant, qui nolit in multis, quæ ad medicinam spectant, claudicare.* Hæc quidem celeberrimi medicorum Hippocrates, & Erasistratus dixerunt de facultate consuetudinum, non rationi inuentionem eorum attribuentes, sed ex iis, quæ manifestè apparent, edocti; quemadmodum profectò, & alii homines, quicunque non suum, aut asinorum more viuunt, sed mente assequuntur, à quibus rebus ipsi, vel iuuantur, vel læduntur. Licet enim ipsos quotidie audire dicentes, huic edulio, & huic potui assuetos esse; ideoque non posse ipsa relinquere, propterea quod in mutationibus læduntur. Eodem quoque modo, & de vitæ institutis dicunt, verbi gratia, lotione, illotione, equitatione, venatione, cursu, lucta, vigiliis, insolatione, refrigeratione, & quæcunque sunt eiusmodi.

CAPVT II.

Causa cur multum possit consuetudo in ijs, quæ comeduntur, & bibuntur, vbi pulcherrima de concoctione ciborum, & de familiaritate corporis nutriendi cum nutriente traduntur.

IGitur & nos quoque eos aspernati, qui vel nihil, vel parum existimant ad curationem conferre scopum, qui à consuetudinibus sumitur, consideremus quænam sit causa, cur multum possit consuetudo; & an vna quædam sit in omnibus, an secundum vnamquamque materiam alia, atque alia; dico autem materiam, ex qua constitit consuetudo, verbi gratia (vt dixi) cibaria, vel potiones, vel exercitationes, vel aliud quidpiam

piam tale. Etenim initium ab iis, quæ comeduntur, & bibuntur, faciemus. Cur igitur qui bubularum carnium esu assuetè vtuntur, aliqui quidem nullo modo læduntur, aliqui autem minus, quàm antè? Aut propter quid secundum naturam aliqui à principio (vt ipse Erasistratus scripsit) facilius bubulas carnes concoquunt, quàm saxatiles pisces? Sed huius quidem causa dicta est in tractatione de Naturalibus facultatibus; dicetur tamen & hoc in libro paulò inferius, in sermonis communitate. Nunc autem ab iis, quæ propter consuetudinem, melius concoquunt quodcunque ex cibariis, initium doctrinæ faciam, communem hypothesim sumens, tum ad alia omnia, tum ad ea, quæ naturaliter quibusdam familiaria sunt, & non familiaria. Ac dictum quidem est fusius de his omnibus in tractatione de Naturalibus facultatibus; de iisdem tamen & nunc sermonem habebimus, concoctionis notione priùs ob oculos posita: quemadmodum enim pistores panem coquere debent, non quando triticum cribrauerint, aut molentes in minimas particulas contriuerint; sed quando his peractis, & affusa aqua, fermentóque admixto, pinserint, & panes effecerint, ac deinceps aliquo fouente contectos fuerint, donec (vt ipsi vocant) fermentati fuerint, ac postea in clibano vel furno assauerint: Ita & iis, quæ in ventrem deglutita sunt, non postquam in ipso contrita, ac soluta fuerint, concocta esse dicimus; sed quando (veluti frumenta, quæ concoquuntur) mutationem secundum qualitates adepta fuerint. Quemadmodum autem in pane frumentum quod coquitur, in qualitatem nobis vescentibus familiarem redigi oportet, ita & in ventriculo, imò adhuc etiam magis, in familiariorem: nomino autem οἰκειότερον, id est, familiariorem, alteram altera, secundum similitudinem corporis, quod ex ipsa nutriri debet: aliud enim nutriens, alii corpori nutriendo familiare est; ideóque animantes ad familiaria nutrimenta à nullo doctæ, sed à natura impulsæ, accedunt; iumenta quidem ad herbas, paleam, fœnum, & hordeum; leones autem ad carnes, sicuti etiam pardales, & lupi. Quemadmodum igitur in animalibus secundum genus non parua differentia familiarium vnicuique nutrimentorum est: sic etiam, & secundum speciem in generibus inueniuntur differentiæ magnæ, quum alii ne gustare quidem vinum possint, alii autem quamplurimùm etiam innoxiè bibant, & alii quidem, (vt dictum est) boum, & hircorum, & arietum carnes cum delectatione comedant, innoxiéque concoquant, alii, nec odorem ipsorum sustineant, nec esum: sique per alterius escæ penuriam (vt in fame fit) eiusmodi carnes ingerere cogantur, concoquere ipsas nequeunt citra nocumentum, ac appetitum ex oblatione subuertunt, grauantúrque derepente: sique ructus aliquis ipsis superueniat, nec ipsum quoque innoxiè tolerant. Quoniam autem hæc ita se habere conspiciuntur, primum quidem illius meminisse oportet, homines assumere, quæ suauiora sunt, alios alia secundum naturæ familiaritatem, accederéque ad talium esum libentiùs, tanquam ea sibi ipsi concoctu faciliora visa sint esse; auersari autem, & fugere quæ insuauia sunt, concoctúque difficilia: Ita vt consuetudo signum sit familiaritatis naturalis. Quòd autem & vt causa sæpenumero fiat, constat ex iis, qui in principio quidem insuauitate, vel nocumento à quibusdam ingestis afficiuntur; si autem ipsi paulatim assuescere sustinuerint, insuauitate, aut nocumento non ampliùs afficiuntur. Causa autem, & huius rei talis est. Sicuti vnumquodque eorum, quæ co-

A meduntur, & bibuntur, secundum aliquam qualitatem alteratur, ita & ipsum quodammodo afficit id quod alterat. Licet autem huic rei euidens capere argumentum ex humorum ab vnoquoque cibario genitorum differentia. Nam alia quidem melancholicum gignunt sanguinem, alia pituitosum, vel qui pallidam flauámque nominatam bilem non paucam habeat, sicuti nonnulla purum sanguinem. Differentiam ergo aliquam partibus, quæ nutriuntur inter se necesse est fieri secundum nutrientis sanguinis ideam. Euidens autem argumentum assimilationis nutrientium ad id quod nutritur, est ipsa plantarum, & seminum transmutatio, eousque sæpenumero facta, vt quæ maximè nocua in alia terra erat, si in alia

B transplantata fuerit, non solùm innocua, sed etiam vtilis fiat. Frequens enim, & horum est experientia apud eos, qui & de agricultura, & de plantis commentarios composuerunt; quemadmodum & transmutationis secundum regiones factæ, apud eos, qui de animalium historiis scripserunt. Quoniam ergo non solum alteratur id quod nutrit ab eo, quod nutritur; sed & ipsum aliquo modo exigua quadam alteratione alterat, necesse est exiguam hanc alterationem, tractu temporis, notabilem fieri: ita vt ad æqualem vim cum familiaritate naturali veniat ea, quæ ex diuturnis con-

C suetudinibus fit. Ac in iis quidem, quæ comeduntur, & bibuntur, inuenta mihi esse videtur causa facultatis consuetudinum.

CAPVT III.

De vi consuetudinis ex alteratione externa.

IN iis autem, quæ extrinsecus nobis occurrunt, deinceps inspiciamus; videntur enim, & hæc eandem secundum genus habere causam cum prædictis. Alterationem igitur quandam efficiunt in corpore præcipuè

D quidem earum partium, quæ in superficie sunt, iam verò, & earum, quæ sunt in profundo. Etenim primùm quidem cutis stipatur, & contrahitur, & stringitur, & densatur à refrigerantibus: deinde verò, & quæ illi proxima sunt. Sique longiori tempore eandem alterationem patiatur corpus, eis etiam, quæ in profundo sunt, communicatio fit transmutationis. At per initia statim, per accidens, non primo, mutatio alteratióque, non minimè iis, quæ in profundo sita sunt, ab efficienti causa contingit; densata enim cute caliditas in profundo corporis colligitur. Sicuti autem refrigerans causa prædictas alterationes efficit, eadem etiam ratione contrarias istis, calefa-

E ciens. Etenim natura comparatum est, vt à contrariis contraria fiant, hæc quidem primo, hæc autem per accidens. In qua sanè re etiam, potissimùm falluntur multi, videntes aliqua per accidens similiter effici à contrariis; sicuti sanè rursus contraria sæpenumero ab eisdem causis fieri. Enimverò, & in calefacientibus similiter decipi contingit; calida enim causa, verbi gratia, Sol, quum alicui corpori diutius inhæserit, contrariam affectionem ei, quæ à principio fuerat inducta, circa ipsum efficit. In principio enim nos tepefaciens, humida fundit, cutim laxat, ac molliores efficit carnes. Si verò pluribus

F diebus æstatis tempore in ipso quis nudus versatus fuerit, squallida certè huic durá que fit cutis, siccæ item carnes. Sed hoc tamen talibus non solius diuturnæ caliditatis est opus, sed & siccitatis ipsi coniunctæ. Ac sæpenumero sanè in ratiocinationibus, quæ de causis habentur, hoc nos fallit, quòd causa complicata despecta sit. Oportebat enim nos animaduertere,

aliud quidem agere humidam caliditatem, aliud autem siccam; quod certè interdum non facimus; ideóque fallimur, dum familiarem actionem vtrarumque non perspicimus. Si verò quis animum adhibuerit, vtramque sciet discernere. Quemadmodum enim humiditas sola sine caliditate, vel frigiditate insigni, humectat corpus, caliditate calefaciente; ita vtrarumque coitus vtraque facere conspicitur. Ac in dulcium quidem aquarum lauacris hoc accidit; in solaribus autem æstibus siccans causa calefacienti complicatur, talis enim est æstiuus Sol; ita vt æquum sit, vt, qui nudi diutissimè in ipso versantur, veluti messores, & nautæ, dura illis, & sicca fiat cutis, qualis est animalium, quæ in latibulis degunt. Sicuti igitur naturales corporum, & totius substantiæ proprietates, diuersitatésque cutis in duritie, & mollitie, densitate, & raritate, diuersis quidem tum cibariis, tum potibus indigent, non æquè autem inter se mutuò omnes efficiuntur incalescentes, & frigescentes: eodem modo, quæ propter consuetudinem fiunt naturalibus similes, idem cum illis habent tum iuramentum, tum nocumentum ex comestorum, & bibitorum refrigerantium, & calefacientium alteratione. Rarum etenim & molle corpus facilè patitur, incalescens & frigescens: densum autem & durum tolerat, spernítque omnia, quæ ipsi extrinsecus occurrunt, non solum si calefaciant, vel refrigerent, sed etiam si durum quippiam sit & asperum. Ideóque eiusmodi corpora cubationes humi factas tolerant; quum quæ contrario modo sunt affecta, has non ferant; facilè enim, & contunduntur, & refrigerantur, & quodcunque aliud patiuntur.

CAPVT IV.

De vi consuetudinis exercitationum corporis, & animi, ex Platone, & Hippocrate.

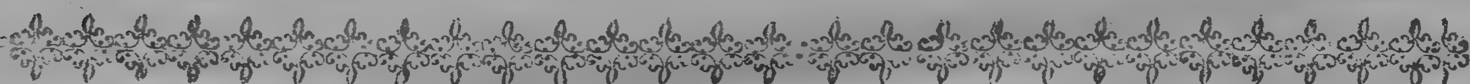
TALIS quidem est & qui de his habitus est sermo; de exercitationibus autem, talis. Partes corporis, quæ exercentur, robustiores simul ac solidiores fiunt; & ob id familiares motiones ferre possunt magis quàm aliæ, quæcumque ob inexercitationem molliores sunt, & imbecilliores. Communis autem est hic sermo & ad animi exercitationes. Exercemur enim primum quidem in grammaticis, quum adhuc pueri sumus; deinde verò in Rhetoricis, & Arithmeticis, & Geometricis, & Logisticis disciplinis. Quum enim sint facultates in principe animæ vi ad omnes artes necessariæ; altera, per quam consequens & repugnans cognoscimus; altera, per quam meminimus; sapientiores quidem per priorem si excolatur; memores autem magis, per posteriorem reddimur; quandoquidem eam vniuersæ facultates naturam habent, vt ab exercitationibus augeantur, roborentúrque, ab ocio autem lædantur, sicuti & Plato in Timæo per hanc seriem ostendit nominibus, ita inquiens. *Sicuti diximus multoties, quòd tres animæ species trifariam in nobis inhabitant, ac vnaquæque proprias motiones habet: ita & secundum eadem nunc breuißimis dicendum est; quòd quæ ex ipsis in ocio degit, ac suarum ipsius motionum quietem agit, imbecillimam necesse est fieri; quæ verò in exercitationibus, robustißimam: Quare curandum est, vt habeant motiones inter se commoderatas.* Hæc quum dixisset, deinceps inquit; *Enim verò de principalißima apud nos animæ specie cogitare oportet hoc modo; quòd videlicet* [7] *ipsam Dæmonem Deus vnicuique dedit hanc quam certè dicimus* A *habitare in summo nostro corpore, ac ad cognationem in cælo à terra nos attollere, tanquam simus planta non terrestris, sed cælestis, rectißimè dicentes. Illinc enim vnde prima animæ generatio prodijt, diuinum numen, caput & radicem nostram suspendens, erigit totum corpus. Ac ei quidem, qui circa concupiscentias, & contentiones incubuerit, & in his elaborat* [8] *vehementer, omnia dogmata mortalia necesse est inserta esse, ac omninò (quantum maximè ipsi possibile est mortale fieri) huius ne exiguum deesse, vtpote, qui* [9] *tale auxerit. Et verò, qui circa amorem disciplinarum, ac veritatis sapientias studuerit, & in his præcipuè præ omnibus, quæ in ipso sunt, se exercuerit, sapere quidem immortalia & diuina, si sanè veritatem* B *attingat, necesse omninò est; quatenus autem rursus particeps fieri humana natura immortalitatis potest, huius nullam partem deesse; vt qui autem semper colat diuinum numen, habeátque valde admodum ornatum ipsum Dæmonem cohabitatorem in se ipso insigniter eudæmonem esse. Cultura autem cuiusque omninò vna est, proprias vnicuique escas, & motiones attribuere.* In his verbis Plato de tribus animæ speciebus nos docuit non solum ad philosophiam quid vtile, sed & ad corporis sanitatem, Hippocratem & in hoc sequutus, qui vniuersaliter quidem dixerat. [10] *Motus roborat, ocium tabefacit:* secundum speciem verò in exercitationibus rursus. *Labores cibos* C *præcedant:* de omnibus autem particularibus speciebus. *Labores, cibi, potus, somnus, venerea, omnia moderata.* Quare & hoc loco accuratè animaduertere ea, quæ dicuntur, oportet: obauditionem enim quandam habent, æquè ac aliæ omnes orationes, siquis negligenter (quemadmodum nonnulli faciunt) audiuerit. Exerceri enim vnumquemque volumus, non vtique sine terminis, mensurísque congruis, exercitationibus eousque extensis, vt facultatem dissoluant; ita quoque & cibis, & potibus, & somnis, & venereis in congrua mensura vti, hoc est, quæ nec deficiat, nec superflua sit. Excessus enim facultates dissoluit, defectus autem in vnaquaque re, tantum perfectam vtilitatem impedit, D quantum ipse à mediocritate abest. Enunciatum autem, & hoc ab Hippocrate est in vno tanquam in exemplo, vbi inquit. [11] *In exercitationibus, quando quis laborare cœperit, si statim requiescat, laßitudo tollitur.* Et sanè sermo quodam modo iam ex rerum affinitate, aliquid etiam docuit de animæ consuetudinibus, quæ fiunt in memoriis, & meditationibus, & inquisitionibus logicis, de quibus & ipse Erasistratus in sermone de consuetudinibus meminit, causam non addens; quamuis non solum Hippocrates, sed etiam Plato ipsam dixerint. Nam vbi in congruis, commoderatisque exercitationibus singulæ facultates agunt εὐρωσία, id est, bonum E robur ipsis comparatur.

CAPVT V.

Quod corpus euacuationibus assuetum euacuationes non requirat ob consuetudinem, vt volebat Erasistratus; sed ob multitudinem, vel cacochymiam in corpore aceruatam; Et quomodo consuetudo illi innoxiè mutari possit.

AC hæ quidem sunt differentiæ consuetudinum secundum materiarum, in quibus consistunt, & secundum causarum, à quibus fiunt, facultatem. Quoniam autẽ Erasistratus dixit, corpus etiam euacuationes F requirere, vbi quis ipsis assuetus fuerit; de his quoque est considerandum. Scimus enim quosdam sanguinis eruptione per nares, vel per hæmorrhoidas tentatos, idque vel circuitibus quibusdam temporẽ æqualibus, vel inordinatè; alios vomitibus, aut diarrhœis, aut choleris captos; aliquos autem dedita opera sanguinem

sibi effundentes, vel per venæ sectionem, vel per scarificationem in malleolis factam, vel etiam per nares; sicut etiam alios purgantibus medicamentis, tum vomitoriis, tum deiectoriis vsos, de quibus ipsis aliquid scrutari est vtile. Mihi enim non videtur corpora propter consuetudinem talibus euacuationibus indigere: sed propter quam causam prima indiguerunt euacuatione, vel natura moliente ipsam, vel aliquo homine per syllogismum medicum; ita rursus etiam pluries eisdem ob eadem indigere. Nonnulli enim ob prauas diætas, nonnulli ob prauam corporis constructionem, aceruantes sanguinis copiam, vel cacochymiam, à prædictis vacuationibus iuuantur, natura, vel medico aliquo id, quod superfluum est, antequam ægrotet homo detrahente. Aliquibus etiam, dum ægrotarent, tum crisis per eiusmodi excretiones, tum morbi sanatio facta est. Quidam autem à medico curati sunt, similibus remediis vso; deinde rursus simili morbo correpti, eisdemque remediis curati, si quando rursus ipsis, vel totius corporis grauitas, vel capitis solius inæqualitas aliqua, vel quod aliud præter naturam super appareat, de ipsis medicos consulunt, A se vereri asserentes, ne eisdem morbis corripiantur, quibus antea correpti fuerunt, vbi similia symptomata præcessissent. Deinde vbi præmissa, vel purgatione aliqua, vel sanguinis detractione, imminentem morbum euitarint, promptiùs ad idem remedium accedunt, quotiescunque aliquod simile symptoma deinceps sibi ipsis euenire sentiant. Quidam etiam antequam sentiant, præfinitionem præuidentes temporis, in quo in determinato circuitu tale quidpiam passi sunt, euacuatione præueniunt; eámque euacuationem, prophylacticem, id est, præseruatiuam nominant, in consuetudine ipsis factam, nullam immutationem corpore ex huiusmodi euacuationibus suscipiente, qualem ostensum est suscipere post prædicta, sed ab eadem causa eadem patiente. Si ergo diætam immutarint, paucioribus cibis vtentes, exercitationibúsque addentes, morborũ expertes permanent, ex consuetudinum immutatione adiuti; non, sicut superiores, læsi. Non enim consuetudinis ratione eueniebat, vt per euacuationes adiuuarentur, sed quia ex praua diæta, & cacochymiam, & multitudinem congessissent.



IN SINGVLOS TOMI SEXTI ΤΩΝ ΥΓΙΕΙΝΩΝ OPERVM

HIPPOCRATIS ET GALENI LIBROS

CONCISÆ NOTÆ, AC VARIÆ LECTIONES.

ΥΓΙΕΙΝΗ secunda pars Medicinæ, sanitati tuendæ incumbit. Ea εὐεκτικὴ, quæ optimum habitum, probamque corporis humani constitutionem seruat; ἀναληπτικὴ quæ conualescentes reficit, instauratque; προφυλακτικὴ, quæ in morbos decidentes erigit, firmatque; παιδοτροφικὴ, quæ puerorum educandorum; γηροκομικὴ, quæ senum curam suscipiendam edocet; ἀερομετρικὴ, quæ ambientẽ aërem sano homini idoneum metitur; σιτονομικὴ, quæ cibũ decentem sanis præscribit; ποτονομικὴ, quæ potum; γυμναστικὴ quæ variarum exercitationum moderationem imperat, motu ac quiete circonscriptam; ὑπνωτικὴ quæ somnum moderatum conciliat; ἀγρυπνητικὴ quæ idoneas vigilias concitat; ἡ περιττωμάτων κενωτικὴ quæ superuacanea excrementa euacuat; ἡ ἀπεριττώτων corporum φυλακτικὴ quæ vacua excrementis corpora tuetur, & vtiles, qui vacuantur humores coërcet; denique ἠθικὴ, quæ animi pathemata opportuniora exuscitat, deteriora propulsat, moresque attemperat. Vt res naturales prout hominem construunt speculatur Physiologia; ita res non naturales non modò ὑγιεινὴ θεωρητικὴ, verùm etiam πρακτικὴ subiectas edocet, terítq; sex numero à Medicis institutas AEREM; CIBVM, POTVM; MOTVM, QVIETEM; SOMNVM, VIGILIAM; EXCRETA, RETENTA; ANIMI PATHEMATA, quorum vsu moderato, sanitas; immoderato abusu sanitatis detrimentum oboritur. At quæcunque hoc in sexto operum Hippocratis, & Galeni tomo conclusa subijciuntur oculis, ea ΤΑ ΥΓΙΕΙΝΑ nuncupantur, quod ad sanitatem tuendam, aut ad sanitatis subiectum, ac res dictas non naturales referantur, quemadmodum contexta series explanabit.

1. IN GALENI LIBRVM DE OPTIMA NOSTRI CORPORIS constitutione.

VT cubo insidet Hermes; sic quadrato corpori sanitas. Quadratum id corpus integrum intelligimus omnibus numeris, quod similarium εὐκρασίας & organicarum συμμετρίας sortitum est, siue optima constitutione donatum. Quid sit autem optima humani corporis constitutio, & quomodo dignoscenda, & vt oblædentibus causis reluctatur, hic verus Galeni libellus περὶ ὑγιεινῆς prius explicat. Interpretes Ferdinandus Balamius Siculus, & Ioannes Guinterius Andernacus, ex quorum versionibus nostram emendatiorem construximus.

P. 2. (v. φορ. ἐτέροις [forte χρωμένοις.

P. 4. ἁπλοῦ Bas.] ἀπαλοῦ legi videtur; & certè.

2. IN GALENI LIBRVM DE BONO HABITV.

Quia bonus habitus in optima corporis constitutione deprehenditur, propterea hîc Galeni germanus liber superiorem sequitur, vbi Galenus quid, & vbi sit bonus habitus, & quid ab Athletico habitu differat, paucis disserit. Interpretes Ferdinandus Balamius Siculus, & Ioannes Guinterius Andernacus, cuius versionem magis sequuti sumus.

P. 6. v. δέ. τὸ) τῷ.

P. 7. v. ὥσπ. ἐπαιρετέ.] ἐπαιρετέον Bas.) δεῖ τὸ ἐπαιρετέον ἔχῃ] δεῖ τὸ ἐπαιρετέα ᾖ) M. S.

v. πράσ. μεταδιώκοντας μεταδιώκοντι.

3. IN LIBRVM GALENI AD THRASYBVLVM, VTRVM medicinæ sit vel gymnastices hygieine.

Hunc verum Galeni librum omnes comprobant, ac inter τὰ ὑγιεινὰ opera con-

ferunt, Galenus primùm cur librum hunc sc ipserit, præfatur. Deinde Logices necessitatem, tum ad definiendum, tum ad diuidendum declarat. Tertiò sanitatem in habitu & affectione constituit, bonúmque habitum eam esse docet. Quartò, septem artes circa corpus humanum versari explicat. Quintò, de bonis malísque artibus, artiumque fine & proposito differit. Sextò, de corporis bonis agit, bonorúmque corporis optimum astruit. Septimò, de partium Medicinæ differentiis, ac artium distinctione à fine petenda differit. Octauò de nominum significatione, de diætetica, gymnastica, & athletica pertractat. Nonò de gymnastica multa loquitur ac in eam inuehitur, & sub qua parte Medicinæ locanda sit, aperit. Decimò, de Medicinæ partitione; de artibus imperantibus & ministris. Vndecimò vt Medicina cæteris præsit artibus explicat, & de arte pædotribica loquitur. Postremò denique cur Medicinæ & Medicis nomen datum sit profert.

P. 26. v. καὶ τ. γὰρ ἐν) ἓν in Marg. Basil.
P. 27. v. μίζ. κτητικῶν) κρητικῶν Bas. Cod.
P. 29. v. ἡ αἰθ. ἀντιτωνοῦ) ἀντινοοῦ Bas.
v. δάζ. τῶν τε τὸ ἐπ' αὐτοῖς] in Cod. Bas. τῶν τε δ' ἐπ' αὐτοῖς] in M. S. τάδ' ἐπ' αὐτοῖς quod melius.
P. 30. v. μὴ. πλῶτοί δ' εἰς πυγμὴν] δὲ πυγμὴν Bas. εἰς δὲ πυγμὴν προσῆπτε.
P. 31 v. ὅσοι : προσαγνόχασι) προσαγκήχασι Bas.] προσανεσχήκασι alii emendatores.
P. 32. v. μοχθ. καὶ ὡς] οὐχ ὡς.
P. 33. v. πέχν. ὄντως] F. ὄντως.

---

4. IN GALENI LIBROS
SEX DE SANITATE TVENDA.

Sex insignes libri τῶν ὑγιεινῶν de sanitate tuenda inscripti, veri sunt Galeni fœtus vberrima doctrina scatentes, quibus Galenus sanitatis tuendæ rationem instituit in tota hominis vita. In primo namque libro rerum summam proponit, quibus ὑγιεινὴ continetur & vitæ conseruandæ methodum ad tertium vsque septennium præscribit. In secundo de frictionibus, & exercitationibus agit, & sanitatis in septennio tuendæ rationem ac præcepta conscribit. In tertio de lassitudinum & cæterorum affectuum exercitationibus succedentium dignotione & curatione differit. In quarto de lassitudinum aliunde quàm ab exercitationibus prodeuntium sanatione. In quinto γηροκομικὴν docet, ac præcepta profert quibus insalubres affectus emendentur, & intemperies edometur. In sexto denique docentur præcepta quibus corpora ab optimo sanitatis statu decidentia erigantur ac præseruentur. Interpres Thomas Linacer Anglus, cuius versionem ab Hieronymo Douzellino, & Augustino Gadaldino emendatam, etiamnum emendatiorem edidimus, vbi mille textus restituti aduertuntur.

P. 40. v. νόσ. ἦ.] εἴη.
P. 41. v. χρόδ. ἀλλὰ κατὰ τὰς οὐσίας) ἀλλ' ἀπὸ τῆς οὐσίας M. S.
v. οὐχ. πλειόνων Bas.] πλέον Linacer, vel legit πλείω vel πλεῖον ἄν.
v. καθ' τ. μηκέτι ἐπιδιδόντων τῶν ὀστῶν διὰ σκληρότητα præ duritie non amplius crescentibus.
P. 47. v. ὡς ἓν vt vnum atque indiuisibile.
v. ῥεῖ. εὐκρασίαι recte non autem χρείαι)

vsum, vt fert Cod. Bas.
P. 48. v sim. l. similarium.
P. 50. v. κρασ. κράσεις ὑπάρχουσαι] ὑπαρχούσας, Bas. sed pro δύο κράσεις, legunt δυσκρασίας quidam.
P. 65. v. δ' ὑ. διηγήσομαι) δίειμι Bas.
P. 75. v. οὐ μὴν Bas.) melius videtur, ἢ μήν.
P. 80. v. σωμ. κατά τινας διαθέσεις) l. pro quorundam affectuum ratione.
P. 133. v. εἰν. ὅταν δὲ ᾖ) F. ὡς αὖ δ' ᾖ.
P. 140. v. πάπ. νοσώδης Bas.) νοσώδεις emendant M. S.

---

5. IN HIPPOCRATIS
LIBRVM DE AERE, LOCIS & aquis; & in eum Galeni commentarios tres.

Hoc in Hippocratis libro agitur de ventis in genere; de vrbium aut ciuitatum situ, & terrarum differentiis; qui venti in ipsis spirent, quæ fluant aquæ, quíque singulis anni temporibus morbi oboriantur. Aquarum præterea genera ac varietates edocentur quos pariant morbos, & variarum gentium ritus & mores. Inscribitur hic liber à Galeno libro de libris propriis περὶ οἰκήσεων, ὑδάτων, καὶ ἀέρων, καὶ χωρῶν. Illic Galenus fatetur se hunc in librum commentarios scripsisse quos latinè duntaxat iam antè editos, quales in Iuntarum editione nacti sumus, typis mandauimus. Interpres horum commentariorum Moses Alatinus Medicus Hebræus perhibetur. Ante hunc librum ac libri commentarios inserendum esse videtur Hippocratis consilium ad Regem Demetrium, sed id inter epistolas iam conscriptum reliquimus.

P. 188. v. λα. τε] καὶ ὠμοῖσι καὶ add. Cal.
v. δέ. ἀπεράμνοισι] δυσμεταβλήτοις Erot.
v. λο. ἐδωδοί] οὐκ ἐδωδοί Cal.
P. 189. v. χρο. κοινῶς] εἰκὸς Corn. Foës.
P. 190. v. ἀθ. ἃ) καὶ ἃ Cod. Asul. vitiosè, παιδίον) θεῖον M. S.
P. 191. v. No. ἐπιδημεῖται] ἐπιδήμια. πλευρίτιδες) καὶ πλευρίτιδες, quædam M. S. F. αἱ πλευρίτιδες Foës. mauult.
P. 192. v. τά τε ἤθ. τὰ νοσήματα) ταῦτα τὰ νοσήματα, Foës. Vatic. τάδε τὰ νοσήματα alia M. S.
v. ὑφ. στέλφοι) στρυφναὶ quædam exempl. σκιφραί, alia, στιφραί, Gal. in Exeg.
v. ὦθ. ἐπιχ.) κατέχει aut ἐπέχει Corn.
v. τά τε) τάδε, codices quidam.
P. 193. v. αὐτ. ἐπεὶ τὰ] εἴπε τὰ. M. S. ἐπεὶ πιαῦτα τὰ, alia M. S.
v. ἐπί. εἴπε] τῶν M. S. τε, alia manuscripta.
v. λι. ἡ] εἴπε ἡ M. S.
P. 194. v. οὐκ. ἐπιτρεφομένου) ἐπιφερομένου Cornar.
v. τοῖς. καταλελεπτύσθαι) καταλεπτοῦσθαι quædam M. S.
v. εἶ). ξηροτάτας) θερμοτάτας Corn.
P. 195. v. τὸ. ὑπὸ οὐδέρου) quædam manuscripta non habent.
P. 196. v. εἶ)) εἶν. exemplaria omnia.
P. 197. v. πὺν. θεινῆς) χαμεινῆς, Codices quidam.
v. θαι. εἶ)) εἰσι. exempl. omnia.
v. τακερώτατα) τηκτότατα Codices quidam, τηκτικότατα, alij, τὰ τήκεσθαι κρατερώτατα Cor. κρατερώτατα Caluus.
P. 199. v. ταῦτα. ἐστὶν] οὐκ ἔστιν quædam manuscripta.
v. φε. ἀποσήθεσθαι) ἀπηθεῖσθαι Corn. ἀποσήπεσθαι omnia exempl.

v. ξι. ἀναξηραίνεται] καταξηραίνεται. Exempl. Germanica.
P. 200. v. τῆς. ξυμπέφρακται) ξυμπέφρακται cum Asterisco legunt omnia exemplaria præter Germanica, ξυμπίμπρεται, Cornar. ξυμπέφρακται Codex August. Guadaldini.
v. βάς. ἀδοῖσις γίνεται οὐχ] λίθοι οὐ γίνονται, Cod. Aug. Guad.
v. π. ξυντέτηκται) ξυντέτηκται, Cod Aug. Guad. & subiungit; οἱ δὲ ἄνδρες οὐκ ἄγαν πέπηγνυνται.
v. ται. εἰσι) οὐκ. Codex Aug. Guad.
P. 201. v. περὶ δέ. ὧδε) οὕτω δ' αὖ. quædam manuscripta, δὲ ἐστὶ] δ' ὡρέων Cod. Aug. Guad. in M. R. sic habet hoc principium, οὕτω ὁ αὖ τις ἐνθυμεύμενος διαγινώσκει.
v. ῥον. γίνηται) γίνονται M. S.
v. τά. ἐπὶ) ταῦτα ἐπὶ τοῖσιν M. S.
P. 203. v. ἰω. αὐχμηρὸς) ξηρὸς manuscripta.
v. θέ. γίνεσθαι) εἶ). M. S. ἐμπιεῖν) καὶ δυσεντερίας ἐγγίνεσθαι, Gal. Interp. κατὰ τὸ θέρος ὀφθαλμίαι γίνονται ἰσχυραὶ τοῖσί τε παισί, καὶ γυναιξὶ πυρετοί. exemplaria manuscripta.
v. ὑπό. διάπλοον) διπλοῦν, M. S.
v. οὐ. πλαδᾶν) συντήκεσθαι Gal. φλυδᾶν aut μυδᾶν, quidam.
v. ῥε. ἐπιπίπτειν) συνεμπίπτειν, Gal.
v. σθαι. εἴδεσιν] ἀνδράσιν. ὑγροτάτοισιν] ὑγροτέροισι Gal. vtrumque & quædam manuscripta.
v ὅτ. ἡ, πρὸς ἡ πρὸς τῶν coniunctim Interp.
v. τὴν. πρεσβύτῃσι) ἄγαν πρεσβυτέροισι. ἔκτασιν] ἔκτηξιν, Gal. vtrumque. Corn. ἀραιότητα) ἁρμότητα vitiosè quædam exempl.
v. τα. ἐξαίφνης τοὺς &c. ἐξαπίνης ἀπόλλυσθαι. παραπλήκτους) παραπλῆγας, Gal. vtrumque.
v. τος. νοτίου] καὶ ἐπομβρίου addit Corn. καὶ διαβρόχου, quædam exemplaria.
v. ταῦ. ἐπιπίπτει) ἅσσα πολέμια ἀνθρώποισιν ἐόντα, νόσους ποικίλους ἐπιφορέει addit F. codex.
v. ὕδρωπες] ἐπιγίνονται, καὶ τελευτῶσι F. codex.
v. βρο. μετόπωρον) καὶ τὸ φθινόπωρον ὡσαύτως Gal. Foës. Interp.
P. 204. v. ἀλ. φθίσιας) φύσας quædam exempl & Caluus.
v. ραὶ. ξηραὶ] ἰσχυραὶ quædam M. S.
v. πε. ἄφνω ἐφ' ᾧ, quædam M. S.
v. ταῦτα] τὰ add. S.
v. ναι. ὁ νοσεύμενος) ἐννοεύμενος quædam M. S.
v. θι. λήγει) λύει quædam M. S.
P. 205. v. τῆ. ἔθνεα) ἤθεα Gal.
v. τῶν. ὑπιώτερα) ἡμερώτερα Gal. ἀνεργότερα) εὐεργότερα, quædam manuscripta.
v. χε. βεβιασμένη] πέπεσται Gal.
v. τῶν ὡρ. ἀταλαίπωρον) ταλαίπωρον Galenus & omnes Interp.
v. ἐγ. μήτε ὁμόφυλον, μήτε ἀλλόφυλον] οὔτε ὁμοφύλου, οὔτε ἀλλοφύλου, vitiosè apud Galenum.
v. τὴν. κρατέειν) ἀνάγκη κρατέειν, idem Gal.
v. περὶ. χειμερινῶν] θερινῶν, Aug. Guad. Cod. M. S.
P. 206. v. δενδρώδεσι] δενδρώτοι quædam exempl. Foës. Cornar. ἀφύδροισιν] ἐφύδροισιν, quædam M. S. Foës. Corn. ἀνύδροις quædam M. S. & Caluus ἀφύδροις, quædam.
v. γίγν. ὡς) ἢ quædam exempl.
v. ἀναλθέες. ἀναλκέες quidam.
v. τῶν. διερῶν) λιβρῶν Erot.
P. 207. v. πρός. αὐτῆς) αἰτίας fortè leg. S.
v. περὶ) καὶ περὶ M. S.
v. τῶν] καὶ τῇ Εὐρώπῃ] quidam censent hæc verba expungenda.
v. ἀθυ. ἀπολεμώτεροι] ἀπολεμώτατοι, exempl. quędam.

v. ἀεί τι) αἴ τι M.S ἔδοι) ἐάσαι Ald.
v. αἰθρ. γλυ] ... Zuingg. ἐπὶ τι πολεμίων] ἀπολεμίων, exemplaria pleraque & Ald.
P. 208. v. συνθ. ἀνόμω] Νομίῳ Caluus.
v. κε. ἢ ἐπ' αὐτῷ καὶ ἐπ' αὐτῷ, exempl. quædam.
v. μα. ψιλὴ] ὀψιλὴ Ald. Cal. Corn.
v. κω. πλᾶς] πλεῖς Cal. Corn. πίλοισι Eroti.
v. πᾶ. στα] ... Corn.
v. κέπ. ἔρχονται) μετέρχονται quædam manuscripta.
v. φαί. ἀλλ' αὐτή) ἀλλ' ἡ αὐτὴ M. S. ἀλλ' ἡ ἐν τῇ Asulanus codex cum asterisco.
P. 209. v. αἰτ. ἄρθρα] ἀνάρθρα Foës. νωθρά, codices quidam.
v. ἐγχ. ξυμμίξει) ξυμμίξει, Cornar. aut vtrumque. γόνου] στόματος Caluus, ... exempl. quæ vitiosè.
v. ... βιαίου τύχη] τύχῃ ... codices quidam, βίῃ τύχῃ ... Foes. melius censet.
v. πλω. ἔνεδροι) εὔεδροι codices quidam manuscripti.
v. θιχ. ...] χαίρουσι Cal. Corn. sublata negatione.
v. διὰ. ἀνανδριέες) ἀνδριέες Ald. vitiosè. ἐνάρεες Mercur. ex Herodoto.
P. 210. v. κρεμαιομένων] κρεμάμενοι Foës. exempl. omnia.
v. δεν. ἀνανδρωθῆναι) ἀνδρωθῆναι Caluus.
P. 211. v. κος αἰσθάνεσθαι καὶ τῇ φύσει] ἐπιγίνεσθαι quædam manuscripta.
v. εἰδ. διηλλάχθη, νομιζω) διηλλάχθαι νομίζω, exempl. quædam.
v. Ασίων διαφορώτατα] διαφορώματα.
v. γόνου τόνου exemplaria quædam & Caluus.
v. τῶν ἀμίκτων] ἄμικτον Foës. ἀμίλικτον, quidam legunt.
v. τό. δὲ ἡμ. διότι εὐψυχοτέροις] ϗ ὅτι εὐψυχοτέροις Ald. vitiosè.
v. τῷ. μεταβαλλομένῳ] καταβαλλομένων, Ald. vitiosè.
v. ϗ. ἄνυδροι) ἄνυδρον Foës. cum Gal. ψιλεὸ ϗ ἔνυδρον pleraque exemplaria.
v. μου. οὐδὲ κανονίαι] οὐδ' εὐμηκέες Galenus.
v. ὀνείη] ἔχοιεν. ἀπεργάσοι· αὖ) ἀπεργάσεται.
P. 212. v. τὰ δὲ. κρίνναϊα) φρεατιαῖα, Corn. λιμναῖα Zuinggerus, ἑδώδια) ἐδώδια, exempl. quædam vitiosè.
v. τα. τοι. τῆς γαστρὸς ἀπηρέα εἶναι καὶ σπλῆνες] περὶ γαστρὸς ἄπαια εἶναι ϗ σπληνέα, quædam exemplaria.
v. λιώ ϗ λείην) ϗ λιοσὴν, Gal. & quædam M.S. & quod sequitur, sic legit Gal. εἶεν αἱ εἴδεα μεγάλοι, ϗ ἑωυτοῖσι παραπλήσιοι, ϗ αἰδοιότεραι δὲ ϗ ἡμερώτεραι τούτων αἱ γνῶμαι.
v. περ. λεπτά. λυπρὰ Gal.
v. καὶ ψι. οὐ κέκριται) οὐ κέχρηται quædam exempl. οὐκ εὔκριτα ἔχοι Galenus. εὔκριτα vitiosè.
v. θο. ὀργαὶ αὐθάδεες,] ὁρμαὶ αὐθαδέας, Galenus.
v. δέ. αὖ τις τρέφεται) ἀντιστρέφεται, quædam exempl. & Caluus.
v. ἐπὶ. πλῆθος] πολύ. ϗ) τὰ Gal. vtrumque.
v. αἰθρ. πιθηρὰ) πειρὰ, quædam exempl. πικρὰ, vitiosè apud Galenum; πικρὰ pro πειρὰ Ionicè quidam.
v. θα. μετέωρα] ἔχουσα addit Galenus.
v. πο. τότε ῥάθυμον) τὸν τε ῥάθυμον ϗ τὸν ὑπνηρὸν ἔνεστιν ἐν αὐτοῖς εἰδεῖν, Galenus.
v. ροις. ἰσχνοὺς] ἰσχυροὺς ἐντόνους ϗ δασεῖς] εὐτόνους καὶ δασέας Galenus vtrumque.
v. τό τε. ἐργατικὸν ὀξὺ ἔνεστι] ἐργαστικὸν ὀξὺ ἐνεὸν ἐν τῇ, Gal.
v. χεις. τὰ πολέμια] τὰ πολέμου Galenus.

6. IN HIPPOCRATIS LIBRVM DE FLATIBVS.

Ambientis nomine & cælum & solum intelligimus. Per cælum tum concauum cælum stellis cælatum, tum ambientem nos aërem. Per solum, terras, ac regiones diuersas, insulas, maria omnia. Per aërem, triplicem aëris regionem, ventos, ac flatus. Quum autem flatus sit aër inter res non naturales primùm speculandus, meritò hic Hippocratis libellus De flatibus inter τὰ ὑγιεινὰ reponitur, licèt ab Erotiano inter αἰτιολογικὰ & φυσικὰ recensentur. Celsus dogma fuisse Hippocratis scribit omnem morbum fieri à spiritu, quæ sententia hoc in libro maximè astruitur, sicut Erasistrati ex translatione sanguinis ex venis in arterias, quam παρέμπτωσιν vocabat. Fortassis verò, vt auguratur quoque Mercurialis ab auctore huius libri secta Pneumatica toties à Galeno producta originem duxit. Quòd verò hic liber sit Hippocratis fœtus, nemo reluctatur. Interpretes Cornarius, Foesius, quorum versionibus nostram construximus.

P. 213. v. δον. σφαι) ἐπὶ σφαῖ F. & S.
v. λιω. ὁ μὲν γὰρ] οὕτως μὲν γὰρ S.
v. τοῖσιν. ἰητροῖσι] μουνῶσιν εὖ εἰδέναι addunt quędam manuscripta Regia & Caluus.
v. γνω. χειρουργῆσαι) χειρουργίασθαι S.
v. θι. κάλλιστον) μέγιστον quædam M. R. διδασκαλίον διδασκάλιον F. & S ex M. S.
v. του. νοσήματος] στόματος quædam M. R. & Ald. ξυμφέροντα τῶν ἐν τῷ στόματι] ξυμφέροντα τῷ στόματι Ald.
P. 214. v. δ'. τοῦτο, ἄρα ἐκεῖνο] ἐκεῖνο τοῦτο F.
v. πος. μὲν οὖν τὰ) μὴν τὰ F.
v. το. ἁπασῶν] deest in M. S. S.
v. αυτ. περρίζα) deest in M. S. S.
v. ὑψ. οιῶ) deest in M. S. S.
v. ϗ. συμπλέον] συμπνέων ex M. S. S.
v. ἡδ. δέ πως αὖ] δ' αὖ. F.
v. ἄλλ. κ' ἐκ] κὰκ ex M. S. S.
v. τόν. τῇ μὲν ἡ ἐπὶ τουτέου τὸ βάθριον) ϗ μὲν ἡ ὑπὸ γῆ τουτέου βάθρον M. R. βάθριον) βερέθρον, ex M. S. βάραθρον F.
P. 215. v. λω. ἐπιλάβοι) ἐπιλαμβάνοι ex M. S. S. & F.
v. ἐοίσης.] ἐνεούσης M. R.
v. βο. πλέως] ἀνάπλεος M. R.
v. ἄλλ. ποθὲν) desideratur in M. S. S.
v. ἐντ. καὶ μεμα. ἢ μεμι. M. R.
v. μὲν. τοῦ) τουτέου τοῦ. M. R.
v. μο. ἔθνεα] εἴδεα F.
v. τὸ. ἕλκουσιν] ἔχουσιν S. ὁμοίῳ δὲ ὁμοίως] ὁμοίου δὲ ὁμοίῳ quædam exemplaria.
v. ἄλλ. ἔθ. ἐμπεριπίπτουσιν] περιπίπτουσιν exempl. quędam.
v. μιάσμασιν, ἃ) μιάσματος, ὃ πολέμια) πολέμιον S.
v. σος. κεῖνο] κεῖνοι. Ald. Merc. ἔσαι) εἰσί. S.
v. τὸ. ἀντιπίπτησιν] ἀντιπέσῃ M. R.
v. ταί. ὅτε οιῶ) ὅταν οἰῶ S.
P. 216. v. θος. δυνάμενα διελθεῖν] δυναμένου τοῦ πνεύματος διεξελθεῖν M. R.
v. δὲ τὰ] δὲ περὶ τὰ M. R.
v. διὰ. σώματος) αἵματος S.
v. αἵματος) σώματος S.
v. ρι. ῥῖγος] φρῖκος, ex manuscr. S.
v. τι. ἥσσον ἰσχυρόν.] ἀνισχυρότερον M. R. S. & F.
v. τος. τὰ] ἐς τὰ. τρεμέουσι) τρέμουσι ex M. S. S.
v. δὲ. οὐκ ἀτρεμέουσιν) οὐ τρεμέουσιν, Interpretes omnes.
v. ἀθρ. ἀθρόον] ἔπειτα ἀθρόως M. R. ἐξεμόχλευσε) ἀνεμόχλευσε F.
v. δὲ συναλ.) δὴ συναλ. S. ex manusc.
v. μό. καὶ μύδρος] ϗ vacat S. μύδρος] ἀδρὸς M. R.
v. πα. ἀποπίπτουσιν] ἐμπίπτουσιν.
v. κατὰ νέρος) αἱ φλέβες addunt manuscripta Regia.
v. περ. πυριαθεῖσαι) πυρωθεῖσαι Ald. vitiose.
v. βία] βίῃ. ... βιαζόμενον] ὠθεύμενον καὶ βιαζόμενον M. R.
v. κω. ἐμφράγματα) ἐφάρματα M. R. vitiose.
P. 217. v. ἢ εἰλήματα] ἢ εἰλήμματα, Ald. vitiosè, ἀνειλήματα M. R.
v. τί. διόδωσις] διάγνωσις M. R. vitiosè, fortè διόγκωσις, Foës. διόδοσις Ald. fortè pro διάδοσις.
v. μα. ἀερισυμένου] ἀεριούμενον Ald. malè.
v. οἶμαι ὅταν) ὅτε. Vatic. & Ald.
v. βαρ. ἀνειλεῖται] ἀνειλεῖ M. R.
v. ...) ϗ, quædam exemplaria.
v. ἀθροισθῇ,] πολὺ addunt M. R.
v. ξυμ. ἀνιόντι) κατιόντι; Vat. Ald. Cal. τῷ πνεύματι τὸ ῥεῦμα κάτωθεν τῷ ἀνιόντι) τὸ πνεῦμα κατιὸν τῷ ῥεύματι κάτωθεν ἐόντι Cornar. τὸ ῥεῦμα κάτωθεν ἰὸν M. R. βὴξ δύσπνοια ἐπιγίνεται ϗ ἀναχρέμπτεται M. R.
v. ϗ κεφαλὴ) ἐφολκὴ M. R. vitiosè.
v. ὁκ. χαραδραθέωσιν] χαραδρωθέωσιν S. χαλαδραθέωσιν, Ald. vitiosè.
v. ὑχ. ϗ] πορεύεσθαι, ϗ M. R. Corn.
v. λύ. διότι διὰ τὶ. ῥεῦμα πνεῦμα, Zuingg.
v. πνεύματος ἀναρρηγνύμενον] ῥεύματος ἀναρρήγνυται Zuinggerus.
v. μα. αἷμα) πνεῦμα Zuingg.
v. μεν. βοείων] βαρυνθῇ; Vatic. & Ald.
P. 218. v. τὰ. ῥήματα] ταῦτα addunt Vatic. & Ald.
v. ποι. φύσεσιν) φύσησι S. ἧς) ἣ S.
v. ριζ. διὰ τὶ διότι S. δὴ] οὖν Vat. & Ald.
v. ἐστ. σῶμα) σῶμα M. R. Vat. Cal.
v. ἀποτακησόμεναι] ἀποτηξόμεναι Cal. sed Ald. asteriscum præfigunt.
v. τῷ. ὁ ὕπνος) νούσημα Ald. vitiosè.
P. 219. v. ὁμιλ. καίεται) συγκλείεται M. R. κλείεται S.
v. τό. παθήματα) μαθήματα M. R.
v. ἕστηκε] ἐνέστηκε Vat. & Ald. διεξέρχεται) ἐξέρχεται S. θᾶσσον) μᾶλλον Corn.
v. πετ. ὑπηρετοῦντος] τοῦ στόματος ὑπηρετοῦντος, Corn. τὰ ὑπηρετοῦντα M. R.
v. ρυ. ἀποστροφῆς ταραχῆς M. R.
v. αὖ. θερμανθῆναι] διαθερμανθῆναι M. R.
v. γνοειδέος) γνοειδέος S.
v. διὰ) δὴ. Foës. Corn. τούτων) τῶν νουσημάτων add. M. R.
v. ση. φθεῖραι) ἁπασέων add. M. R.
v. τῶν. τῶν) ἄλλων M. R. & Vat. ἐν M. R. & Vatic.

7. IN HIPPOCRATIS VEL POLYBI LIBRVM DE SALVBRI victus ratione priuatorum; & Galeni in eum, cōmentarium.

Hîc victus ratio salubris instituitur pro corporum, anni tempestatum ac ætatum varietate. De vomitu præterea agitur, & exercitiorum generibus, quæ, quando, & qua ratione conueniant. Liquet (inquit Galenus) conscriptam victus rationem non vniuersis hominibus, verùm solis priuatis Polybū consuluisse. Hinc constat Galenum, Polybum non Hippocratem huius libri authorem commentario præsenti agnouisse. Sed alibi hunc librum esse vel Euriphontis, vel Phaontis, vel Philistionis, vel Aristionis,

vel alterius ex antiquis. Attamen libro ad Thrasybulum videtur Galenus tum libri de aere, locis, & aquis, tum huius de salubri victu priuatorum & authorem Hippocratem existimare, & opus vnum constituere, & ad τὸ ὑγιεινὸν, & ad Gymnasticem referre. Hippocratis Interpretes Cornarius, Foesius; Commentarij Galeni Hermanus Cruserius Campensis, & Andernacus, versionem autem hanc animaduertes emendatiorem.

P. 220. v. γλ. inscriptio libri, διαιτητικὸς ὁ ὑγιεινὸς M. R.

P. 221. v. ἐλα. ὡς ἀκρητέστατοι) ἀκρητέστερον, quædam M. S.

v. ἐκδ. ἐπιλαμβάνῃ] ἐπισχῇ S.

P. 222. v. πλ. πίνειν οἶνον] ποιέεσθαι, quædam M. S. & interpretes.

v. ποι. ἤδη χρέεσθαι] διαχεῖσθαι M. S.

v. ἦρ. ἕως) ὅκως quædam exempl. θέρεος] ὥρῃ quædam exempl.

v. πῶς. χειμῶνος) χειμῶνος F.

P. 223. v. τοῖ. ἐσθίειν) ὡς ἔφην F.

v. τως. ὡς ὑδαρεστάτοισι) ὡς ἔφην ὑδαρεστέροισι, F. & ὅκως) ἀλλ' ὅκως F.

v. ἐκ. χειμῶνα] φθινόπωρον, Caluus.

v. τοῖ. εἴδεσι) ἐν εἴδεσι. μαλακοῖσι) μαλθακοῖσι quædam exemplaria F.

P. 224. v. πεῖ. σκυφοῖς] στείφοις Erot. πυροῖς) καὶ ἰσχνοῖς addit F.

v. καὶ μέλαινας] αἰέρας adde ex manuscripto S.

P. 226. v. δεῖ. ἔθος) ἔτος ex manuscr. S.

v. καὶ. παχέως) παχύτερον F.

v. ρε. ἡσυχῇ) ἡσύχως F.

v. δαι. σκυφοῖς) ἰσχνοῖς, quædam exempl. & Interp.

v. ἡσυχέστερον) ὀλιγέστερον S.

P. 229. v. λιπ. τὰ ἀπὸ] ὅσα ἀπό. S. & ἀπὸ ἐρεβίνθων ὕδωρ ἑφθὸν) καὶ ἀπὸ τῶν τῆς ἐρεβίνθου ἑφθῶν ὑδάτων, ex manuscriptis S. & F.

v. πλα. ἄλμη] κράμβη M. R. Vatic. Cal.

P. 230. v. ἀλ. μάλλη ἔσεσθαι] ὕπνου.

v. τῶ. δεκαπέσσαρα στάδια.) τέσσαρα στάδια Gal. δέκα quædam exemplaria.

P. 232. v. ὁκόσοισι μὲν ἀσιτητ. δὲ] ὁκόσοι μὲν αἰεὶ ἀσιτήσονται quidam codices, ὁκόσοι δὲ ἐπιτήδεον Galenus.

v. δὲ μὴ ὑγιεῖ] ὑγιέας quæd. exempl.

v. μεί. ἰσχυρότερα] ἰσχυρότερα F.

P. 233. v. ἐς. θεὸς) εἰς F.

v. ἀκρ. κωνοφοίας) σκιατραφίας quædam M. S. & Vatic. & Caluus.

v. μή. ψῦχος) τάχος.

P. 234. v. δαι. δὲ) non habet Gal. ξυνθαλπτὸν Gal. ὥστε πονέεσθαι non habet Galenus.

v. βαρ. ἅπαντα,) μάλιστα F.

v. π. ὡς κοπιῶντας] κοπιήματος.

v. εὐφ. ἀκρητέστατα) ἀκρατέστερα.

P. 235. v. κρεηφαγίῃ) ἀδδηφαγίῃ καὶ σαρκοφαγίῃ M. R. & Vat. δέχεται] αἰέχεται Gal.

v. ὑποχέει) quædam exemplaria non legunt nec Galenus.

P. 236. v. τὰ σα. πινόντων) πίνειν M. R. F.

v. δαι. ἐσελθεῖν) εἰσιὸν F.

v. τό. γίνονται] φύονται F. & S. πυρετοί) adde γίνονται F. & S.

P. 237. v. σωστὸς, συλλογισάμενον,] δυνατὸς συλλογισάμενος S.

v. ἀξ. ὑγιείη) ὑγιή, S.

---

8. IN HIPPOCRATIS LIBRVM DE ALIMENTO, ET GALENI in eum Commentarios quatuor.

Hic liber Ἱπποκράτης περὶ τροφῆς de alimento inscribitur. Nam in eo alimentorum differentiæ ac facultates leguntur, ad quas deuehantur partes; quæ faciliùs, quæ difficiliùs transmutentur; quæ eorum principia; quæ quibus alimenta sint, quæque minimè. An Hippocratis hic liber? Quidam Censores, huius libelli authorem Thessalum, aut Herophilum, quidam etiam Philistionem & Pherecydem fecere. Sed eos censores Foesius, Mercurialis aliique sapientissimi viri improbant, & Hippocratis fœtum esse triplici ratione comprobant. Priore quòd Galenus quatuor Commentarios in eum librum senio prouectus construxerit, quorum fragmenta nobis supersunt; altera, quòd Galenus multis in operibus conclusus eo libro sententias vt proprias Hippocratis fœtus proferat; Imò Erotianus eum librum Hippocratis inter diætetica reponat; posteriore, quòd sermonis breuitas, sententiarum grauitas, & præceptorum copia diuinū Hippocratis ingenium prodant. Iam verò sapientissimi Rasarij manes nos collati in posteros beneficij memores esse iure concitant, quod quatuor hosce commentarios in librum Hippocratis de alimento conscriptos interpretatus Græcè & Latinè primus ediderit. Eorum autem commentariorum manu scriptos codices exceperat ab amico Adolescente nobili Sigismundo Cracouiensi Græcę & Latinę linguæ studioso, ex locuplete bibliotheca Matthiæ Coruini Regis detractos, quos tum vetustas carie, tum negligentia situ corruptos ac mutilos reddidit, quales à nobis nunc eduntur.

Τοῦτο τὸ σύγγραμμα φησιν ὁ Γαληνὸς μὴ εἶναι Ἱπποκράτους πλὴν ἄλλου δὲ πάλιν τῶν πάνυ σοφοῦ, καὶ ἴσως εἶη τοῦ Θεσσαλοῦ· δοκεῖ δὲ ὑπὸ Ἡροφίλου συγκεῖσθαι M. S. R.

P. 238. v. δέ. ἐν] αἱ.

P. 239. v. πρ. δι' ἣν] αἰτία.

P. 240. v. ὁμο. κρατῇ) κρατέεται, Corn. κρατέει, M. R.

v. μὲν. ἐπισόδοσα) ἐπισοδοσα. ἐπικρατῇ δὲ) & ὅταν ἐπικρατήσηται M. R.

P. 246. v. τοῖ φλεβίας) τοῖ ὀστέας Zuinggerus mauult.

P. 251. v. λεπ. post χρὴ adde λέγειν.

P. 253. v. ἄπ. ζωτι] ζωτιῖς.

P. 255. v. τό. ἐκεῖ] ἡ ἐκεῖ.

P. 256. v. καί. ὥσπερ] ὅσπερ.

P. 258. v. καὶ βλάπτει] καὶ βλάπτει F.

P. 264. v. φυο. πάντα πᾶσιν) παντάπασι, Gal.

P. 277. v. τρ. οἷον τε ἦ] δύναται.

P. 285. v. φα. ἐπιληψίη) λειποψυχίη Caluus, σάσεις ante φαντασίαι M. R.

P. 286. v. ὕδωρ] γλυκὺ ὕδωρ. Vatic. Cal.

v. καὶ πόνοισι] ποῖσι δὲ. καὶ τὸ) & ἐν ποῖσι δὲ τὸ. Vat. Cal. S.

P. 289. v. τοῦ. διαπνοὴ) ἀναπνοὴ Gal.

P. 292. v. οὐχί. ἄλλοισι) καὶ ἄλλοισι, M. R. F.

P. 295. v. ζωοδοτεῖ) γίνεται, Gal.

v. αἱ. βλαβερὸν) φλαῦρον S. & F.

P. 296. v. ση. σσ'.] σ. S. σί.] σσ. S.

v. μα. ἐς διάκρισιν) ἄλλοι, ἐς διάκρισιν, Vat. Cal. Corn.

v. οὐκ ἔστι, καὶ ἔστι) ἔστι, & οὐκ ἔστι ὁκοτέρως γίνονται quidam πλέω) πλείω, Gellius.

v. δέ. πλείω πλειόνων) πλείω πλειόνων Gellius.

P. 298. v. ἀφ. τοῦτο αὐτὸ) ταὐτὸ F. τὸ αὐτὸ Interp. ἢ τὸ αὐτὸ Zuinggerus.

v. δέ. διασφύξιες] διασφίξιες S.

v. πυθόμενος) πυθόμενος Caluus. F.

v. εἰς. χεάνισι] ἀέεισι S.

---

9. IN GALENI LIBROS TRES DE ALIMENTORVM facultatibus.

Librum Hippocratis de alimento sequuntur ac explicant vberiùs tres Galeni libri De alimentorum facultatibus, vbi facultates vniuersas alimentorum describit. Atque in priori quæ semina ad vsum alimenti venerunt, ac edulia sunt, eorum facultates & vsus enarrat. In altero De fructibus arborum, ac olerum, etiam de ipsis oleribus disserit; In posteriore tum de alimentis quæ ex animalibus parantur, tum de melle, vino, & sale condiendis, ac mediis eduliis. Interpres Martinus Gregorius, cuius versionem emendauit Gadaldinus, & animaduertit Riccus, quam paulò emendatiorem edidimus.

P. 301. χειμ. ἀθροισι) εὕρεσι M.

v. ἔφ. κρέσι) χεῖσι, Ald.

P. 302. v. σοδσ. ἐπιφαριοειδής Interp.] ἐπιφοροειδὰς Bas.

P. 303. v. γὰρ ψυχθεὶς] ψυχθέντες Bas.

v. & π. τὸ ποιοῦτον σῶμα) τῶν ποιούτων σωμάτων, Bas.

P. 304. v. δαι. σιπίπος) ταῖπως Bas. σπάνεως.

P. 305. v. κατ. οὐσίας τῆς διαφορηθείσης) οὐσίαν τῇ διαφορηθείσῃ Bas.

P. 306. v. μὲν. σίναπι] νᾶπυ Bas. & bene.

v. & τῶν. ἐλαθέεσι ἐκτίσαντο M.] ἐλαθερωθῆναι.

P. 307. v. κρατ. ἐν αὐτῷ μὲν αὐτὸ Bas.

P. 308. v. σων. οὐκ αὐτῶν τῶν βοηθημάτων] αὐτὰ τὰ βοηθήματα M.

v. προ. ἰδίαν] γίνεσθαι.

P. 309. v. πρῶτ. τὴν ἔξωθεν) ante hæc verba in Bas. cod. scribuntur τὴν ἔξωθεν τοῦ μᾶλλον Interpretes non legunt, sed non inutilia verba sunt sic explicanda [explorare autem horum naturam non simpliciter inspiciendo exortum vel potius externam, &c.

P. 316. v. ἐπι. ἐκκλειν) ἔκπλυνον.

P. 324. v. ρουμ. κ. μεγάλων Bas.

P. 332. v. σάρκος) θερμὸς melius.

P. 336. v. ξηρ. χαίρει &c.] Cod. Græc. M. S. sic χαίρει δ' αὐτῷ πάντες μᾶλλον ἢ ὡς κολοκύνθαις αὐταῖς, ἄχυλοι τε γὰρ γίνονται καὶ ξηραὶ, καὶ τοῖς ἡδύσμασι παραπλησιαι μᾶλλον ἢ τινες τῶν ἐδωδίμων, Interp. vetus; vtuntur autem ipso omnes magis quàm vt cucurbitis ipsis; aridæ enim fiunt, & siccæ, & condituris consimiles, magis quam aliqui esibilium fructuum.

P. 343. v. ἐπιρ. παχεῖαι) βραχεῖαι.

P. 351. v. ῥῖς. καθίσαι τριῶν) καθίσαντο πάλιν, marg.

P. 355. v. καί. ἀχεαπώτων) ἀθυρόντων margines] ἀθρώπων Bas.

---

10. IN LIBRVM GALENO ASCRIPTVM DE DISSOLVTIONE continua, seu de alimentorum facultatibus quartum.

Hic liber Galeno ascriptus de dissolutione continua, siue de continuo substantiæ effluuio inscriptus est, qui quanquam de alimentorum facultatibus liber agat, quartus additus, & partim ex libris Galeni superioribus, partim ex subsequentibus conflatus videatur, in eo tamen multa vera.

ta vera, & perpauca absurda deprehenduntur. Græca dictio non suppetit.

11. IN GALENI LIBRVM DE ATTENVANTE victus ratione.

Hic liber de attenuante diæta seu victus ratione, Galeni fœtus est, vbi de attenuantibus alimentis disseritur, quæ aut ex stirpium radicibus, germinibus, seminibus, fructibus ac succis; aut ex animalibus, animaliumque partibus desumuntur. Hic itaque olera, triticea, legumina, aues, pisces, quadrupedes, acetum, vinum, mel & similia prout alimenta sunt attenuantia docentur.

12. IN GALENI LIBRVM DE PROBIS PRAVISque succis.

Germanus est Galeni liber qui περὶ εὐχυμίας καὶ κακοχυμίας, de probis, prauisque alimentorum succis, vel de succorum bonitate & vitio inscribitur. In eo bonorum & prauorum alimentorum facultates edocentur, quum ex bonis eduliorum succis bonos humores, & affectus corporis secundum naturam, integramque sanitatem; & ex prauis cibariorum succis prauos quoque humores, & ex prauis humoribus morbos procreari tum ratione tum experientia profert. Interpretes Balamius Siculus; Iulius Alexandrinus Tridentinus; Riccus, & Sebastianus Sirop; sed Alexandrini versionem emendatiorem factam edidimus.

P. 420. v. ὑφ. ὑπὸ ἀλειμμάτων) τὸ ἀλείμμασι, Marg.
P. 429. v. παχ. παχέως] πλέως Bas.
P. 433 v. γ. περὶ Marg. περὶ Bas.
P. 434. v. ὅσοι. χολώδεσ..) πικρόχολοι Marg.
P. 436. v. συ. ὑποθερμαίνουσι) ὑποθερμαίνουσιν, M. S.
P. 437. v. ἠλ. ὠφελιμώτεροι) ὠφελιμώτατοι, Bas.

13. IN PRÆCEPTVM GALENI DE HVMANI CORPORIS constitutione, de diæta quatuor anni tempestatum & duodecim mensium.

Hic tractatus in manuscriptis Regiis codicibus à me compertus, & latinitate donatus est, nondum antè editus. Præceptum Galeni de humani corporis constitutione; de diæta quatuor anni tempestatum, & duodecim mensium. Inscriptio amplissima, tractatus paucissima complectitur. Sed qualis sub Galeni nomine conscriptus, talis licèt spurius typis mandatus est.

14. IN HIPPOCRATIS LIBRVM DE LIQVIDORVM VSV.

Quem ordinem ὑγιεινῆς sequimur, is à cibariis ad pocula nos deducit. Quare hic libellus De liquidorum aut humidorum vsu inscriptus, iam superiores qui sicca seu cibaria continent subsequitur, in quo de aquis, vino, aceto, eorumque liquidorum facultatibus, effectibus, ac vsu disseritur. Sed quis huius libelli mutili author? an Hippocrates, quum inter eius monumenta deprehendatur? Mercurialis scribit Galenum neutiquam authoris huius libelli meminisse, sed quasdam duntaxat ex eo collectas sententias aliquoties protulisse, ac proinde librum probasse, qui si fœtus non sit Hippocratis, Hippocraticam tamen doctrinam sapere.

P. 443. v. πε. ὑδρων) συσελλομένων παρειας addе ex M. S.
v. ἀρχῶν. πλαδαρῶν ἀρχῶν F. ἱδρῶτος) adde πολλοῦ F.
v. ρι. φύσαις ἀρχῶσι) φύσαις ἀρχῶσι legunt quidam
v. κωφοῖ] κωφοῖ Erot. ψυχρὰ] ἐόντα θερμῶσαι δὲ δὴ ποτε ἐνέχεσιν F. & S.
P. 444. v. πύτ. καταχέοντος] καταχεομένου, Corn.
v. δὲ. μὴ] μὴ. quædam manuscripta.
v. αὐτ. ὁμολογοῦσι ὁμολογοῦσι, Vat. Ald.
ὑγιέες) ὑγιέος exemplaria Germanica.
v. χρ. πρὸς ὅπου) πρόσωπα, Zuingg.
v. καὶ. τὸ ἔξω) πρὸς τὸ ἔξω Corn.
v. μα τὸ ἔξω. τὸ ἔξω Zuingg.
v. δὲ. ἐφ ἑκατέρου] ἐφ' ἑκάστου Interpretes.
v. τὸ. ψυχρὰ] ψυχρῷ S.
v. ἄλλ. πολλῶν. ἄλλων mauult Zuinggerus.
v. π. κατ λόγον) κατ λοιπῶν, mauult Zuingg.
P. 445. v. μετρ.) τῆς ἰδρώδεος φύσιος addit Zuinggerus μετ τῶν Corn.
v. καὶ. ὑπολιπεῖται) ὑπολιπέηται aut ὑπολειπέη τι legere mauult Mercurialis. Alij ὑπολείπηται substituunt, quidam etiam ὑπολύηται velut Zuinggerus, Cornarius tamen λυμαίνεται videtur legisse.
v. ἰσ. ὑποδεσμίδας] τὰς ὑποφορὰς aut τὰ ὕπουλα Corn.
v. λα. καῦσις] κλύσις Corn.
v. τὰ. ἐκ τήξεως ἅλες] ἐκτήξις ὡς ἅλες aut ἐκτήξει Corn.
v. πρὸς. παχυνθὲν) ἐκχυθὲν. Corn.
v. πιώ. εἰεια) εἰείως F.
v. ἢ. ψύξις) σύφος, Foës. Corn.
v. κισ. ὁ λευκὸς) τῆ λευκοῦ S & F.
P. 446. v. δυ. δία οἱ τοῖς] δία δὲ τοῖς ὀγκηροῖς] ὀλκηροῖς, exempl. Germ. & Interp.
v. χρ. ὑπόξηρα) ὑπέρυδρα Corn.
v. δὲ. αἰθολικας) δεθήλιας, Corn.
v. ται. αἰαδρομὴ) αἰαδρομῆς Foës. ἐρεισμὸν) ἐρεισμοῦ. Foës.
v. δου. ἐλθόντι) ἐλθούσης, S. & F.
v. ἢ. ἰσ ὕστερον] ἐν ὑστέρῃς S. & F.
v. ὅσα. κεγχρώδεα] κερχνώδεα Ald. κεγχρώδεα, German.
v. ἀπ. διάπνιψις) διάνιψις.
v. κατά. ἀχρώδεα) ἀχρώδεα Corn. χρεαδῶνα Ald.
v. ψύ. δέρμα) θερμὰ Vatic.
v. πολ. κατάψυξις] adde γίνεται, τὸ θέρμας.
v. τῶ. ῥέεται) ῥύεται Foës. cum Interpret. ταῖς δὲ] τὸ δέ.
v. ὅπου) δὴ Corn.
v. ἐν ἰουδοῖσιν] ἢ ἐν οὔλοισι Foës. Interp. S.
v. ἐπὶ. ἢ ὀθονίων καταπλάσσει) ἢ ὀθονίων καταπλάσσειν.

15. IN TRES LIBROS HIPPOCRATIS DE VICTVS ratione sanorum.

Quid doceant hi tres sacri Hippocratis libri, tum eorum inscriptio, tum argumenta paucis prænunciant. Quod verò sint genuini Hippocratis fœtus, passim ac maximè in libris de alimentorum facultatibus & libro ad Thrasybulum dilucidè Galenus prodit, eósque ad sanitatis tuendæ artem spectare, & ad Gymnasticen referri vult, quos cum libello de aëre, locis, & aquis coniungit, in quo maxima pars causarum salubrium tractatur, vt aëris, aquarum, locorum, ventorum, anni tempestatum naturæ; in his verò libris reliqua sanitatis tuendæ materia absoluitur, in quibus de cibis, potibus, vitæ institutis, & exercitationibus agitur. Hac autem ratione ducti hos libros inter τὰ ὑγιεινὰ opera locauimus, in quibus omnis victus ratio sanorum ad generalem quandam methodum reuocatur, vt scribit Galenus lib. 1. De alimentor. facult. quam à veteribus non rectè descriptam fuisse statim initio reprehendit. Quidam primi libri de diæta sanorum authorem non esse Hippocratem augurantur, sed aliquem eius discipulum, aut sectatorem; Secundum verò librum esse fœtum Hippocratis; tertium denique ancipitem authorem habere. Aduertendum est distinctionis gratia hos libros DE VICTVS RATIONE SANORVM vocari, ad distinctionem priorìs Hippocratis qui de ratione victus priuatorum, & aliorum qui de diæta acutorum inscribuntur.

P. 448. v. περί. διαλεγόμενοι) διαλεγομένων; quædam M R.
v. κεκ. κεκράτηται] κέκρηται quædam manuscripta
v. τί. οὐχ οἷός τε) οὐχ ἱκανὸς ἔσται F.
v. ὀρ. εγνωσμένα) εἰρημένα καὶ ἐγνωσμένα F.
v. ἀλλήλοισι πρὸς] δέ πως ἄλληλα πρὸς M. R. πρὸς ἄλληλα, quędam M. S. vt Asulanus codex.
v. τῶν τε. τὰς ἡμετέρας, τῶν πόνων τὴν βίην) τά τε μέτρα τῶν πόνων, Vat. & Ald. τὴν βίην omiserunt eadem vt & interpretes omnes.
v. ἐν. πρὸς τὰς ὥρας) καὶ πρὸς τὰς ὥρας, Foës. Interp. F.
v. καί. πόνων] πόνων quædam manuscripta, πνευμάτων) πόνων, alia M. S
v. πύτ. ἀριθμὸς) ἀριθμὸν vitiosè quædam exemplaria.
P. 449. v. ἤ. συλλεγόμεναι] συλλεγόμενα omnia exempl.
v. δία. πειρῶνται) ἐπιχειρέονται F.
v. λοι. αὐτῆς) αὐτὸ, exempl. quædam.
v. ξι. ἐπὶ τὸ ἔσχατον] ἐπὶ τὸ ἐπίπροσθεν S. ἔμπροσθεν F.
v. τῶν. πολλαὶ] εἰς πολλαὶ quædam M. S.
P. 450. v. φα. δεῖ] δεῖν. Foës. Zuingg. μὴ δεῖ S.
v. διὰ. περὶ τῶν] ὑπὸ τῶν F.
v. μὲ. μὴ ὄντος. τε καὶ. Vat. Ald. Caluus.
v. δὲ. ἀμειβόμενος) ἀμειβόμενα F. ἀμειβόμεναι Corn.
v. τῆ. τὸ] εἰ τὸ. F. πυρὸς] καὶ τὸ πυρὸς F.
v. ὅμως] ὅπως, Vat. Ald. Cal.
v. ἐφ. μέζον) μεῖζον.
v. ποι. τοῦτο) ποιοῦσιν F.
v. μεῖ. ποιέουσι) ποιέουσι Ald. Caluus vtrumque legit, τὸ δ' αὐτὸ καὶ ποιοῦσι δέ. M. R. τοιούτων.
v. σου. ὁ δὲ λαμβάνει τοιούτῳ μεῖον) τόδε λαμβάνει οὐδὲν μεῖον, Corn. οὐδὲν λαμβάνει τοιούτῳ μεῖον Ald. τόδε λαμβάνει τοιούτῳ μεῖον Zuingg.
P. 451. v. μό. θεομένων] θεομένη Foës. Corn. θεομένης Aldina.
v. δε. ἕκαστα] ἑκάστῳ, Corn. Zuingg.
v. ἀπ. διὰ τοῦτο] τὸ διὰ τοῦτο F.
v. λοι. ἄλλων] ἀλλήλων M. R.
v. πε. πιέζων) ὁ πιέζων F. ἕρπει) ἐλκει M. R. F.
v. φλό. ὕδατος] τὸ τοῦ πυρὸς addunt Corn. & Cal.

V. θερ. τὰς ἑωυτὸν τόπον] τὸν ωὐτὸν τόπον quædam exemplaria, alia τὸν ἑωυτῶν.
V. εἶσι καὶ) ὥσπερ F.
V. χόν. ὀρθῶς] ὀρθῆς M. R.
V. φα. συμφωνίη] διαφθείρεται addit Corn.
V. δέ. φύσεις ἢ τὸ] φύσιος, ἢ τό. Zuingg. τὸ διὰ) τῷ διὰ Corn.
P. 452. V. ὅμ. ἄρτι) ἔτι quędam M. S. F.
V. τά. ἐγκλειόμενον) ἐγκατακλειόμενον M. R. F.
V. χρ. ἀναλίσκει) ἀναλίσκεται M. R.
V. ἀπο. ξαυισταμένου) ξαυιστάμενον M. R.
V. λοι. καταναλίσκοντα δὲ] καταναλίσκον δὲ καὶ Foësius Corn. Zuingg. vel τὰ μὲν καταναλίσκον, τὰ δὲ αὖξον.
V. πλου. οὐκ ἀφανέος] τοῦ ἀφανέος Zuingg.
V. τῶν. ἀψοφον] ἄψυρον S.
V. καὶ ψυχῆς νοός) ψυχῆς νοός F.
V. μεί. διάλλαξις) διάταξις quædam M. S.
V. παι. ἀπεμίζων) ἀπεμέει F.
P. 453. V. διὰ. γνώμην ἔχοντα, ἀγνώμονα] νόμιμον ἔχοντα, αἴσιμα Corn.
V. ὁ. ὁμολογούμενος] τῷ ὁμολογουμένῳ Corn.
V. παι. διαπρησσόμενα] διαπρησσόμεθα Corn.
V. το. γὰρ] μὲν F.
V. περί. πάντες] παντὸς Cal. πάντων M. R.
V. τά. τοῖσιν ἀφανέσι] καὶ τοῖσιν ἀφανέσι F.
V. παι. κομιζόμενοι ἰσχυ. πλωιζόμενοι ἰσχυ. quidam legunt.
V. πες. διαιρέοντες) διαιρέουσι F.
V. ὁ δέ, τὸ δ᾽ αὐτὸ] ταυτὸ F.
P. 454. V. ὁ δέ. πιέζοντων τὸ μὲν ἄνω) πιέζων τὸ ἄνω κάτω ἕρπει Corn. μεῖον ἄσοι ἐόντες] μεῖον ποιέοντες Corn.
V. πι. μιμέεται] μιμέονται Interp.
V. φῶς. δὲ ἡρμοσμένης] διηρμοσμένης M. R.
V. τέ. ξηραίνοντες,] καὶ ξηρὰ ὑγραίνοντες addunt quædam manuscripta.
V. τῆς. ἤδη περιφερομένῳ] ἤδη Ald. περιφερομένῳ Corn.
V. πε. ἄλλα) ἄλλα F. vt & paulò post.
V. δέ. καὶ τὰ) τὰ δ᾽ F.
V. παί. ξυντάξιει] ξυντεράξιει F.
V. οὔτε. χωρεῖ) χωρέει F.
P. 455. V. μα. ἡ ἀνθρώπων] ἀνθρωπίνη F.
V. καὶ. ἀγωνίη] καὶ ἀγωνίη Caluus.
V. θρω. παραπατῶσι) ἄνθρωποι addunt M. R.
V. ἐου. ἐκπιεζούμενα] ἐκπιεζόμενα Corn. πιεζούμενα quidam.
V. ρο. ἄλλοσε) ἄλλος Vat. Ald. Caluus.
P. 456. V. δεῦ. διαιτητέον] διακτέον M. R. F.
V. ξυνίσταται) ξυνίσταται Cal. ξυνίστανται, Corn.
V. ξη. περικινέεται) τὸ πῦρ addit Corn.
V. θαι. ἀλλά τό, τε ἐπιὸν) ἄλλοτε ἐπιὸν Corn. Cal. ἄλλοτε ἐπιὸν δέχεσθαι καὶ συνίστασθαι πρὸς τὸ ὑπάρχον M. R.
V. δι᾽ ὑπὸ τοῦ ἐμπίπλοντος κλυδῶνες non habent M. R.
V. οὔτε διὰ φύσιν, οὔτε δι᾽ ἀνάγκην] οὔτε κατὰ φύσιν, οὔτε ὑπ᾽ ἀνάγκης F.
V. τοῦτο. οὔθ᾽ ὑπ᾽ ἀνάγκης] οὔτε δι᾽ ἀνάγκην. F. τὸ μὲν) τῷ μὲν Corn. τὸ δὲ] τῷ δέ. Corn.
V. δι. βλαστῶσι) βλαστάνωσι M. R. F.
V. ἀποχωρήσει) ἀποχωρήσιες M. R.
V. ρου. ἀνδρόγυνοι) ἀνδρόγυνοι M. R.
P. 457. V. δέ. ἣν δὲ ἣν τὸ μὲν) ἣν δ᾽ αὐτὸ μὲν F.
V. ἀνάγουσι] ἀναχάσκουσι aut χανδάνουσι Foës.
P. 458. V. τῆ. ἡλικιέων] χωρέων Corn.
V. τῶν. γένεσιν) κίνησιν Zuingg.
V. ἐν. ἐφόδοισιν] ἐπωδοῖσιν M. R. ἐποδοῖσιν, Ald. ἐς] ἀμφότεραι ἐς M. R.
V. ὑδ. γνωμένης) τοῖς πρὸς πορὸς ποιὸς δὲ ἐφόδου γινομένης, τοῖσι πρὸς ὕδατος, &c. addit S.
V. κατὰ. μεθιστάντα. τὰ μὲν ἀπὸ) μεθιστάντα τὰ ἀπὸ videtur legendum; μεθιστάντα μὲν, τὰ ἀπὸ alia exemplaria vitiosè.
V. καὶ. τὸ πόνου] τοὺς πόνους mauult Foës. S.
V. πει. ὑγρότατον) τὸ ἰσχυρότατον S.
V. ποτ. μάλιστα] μᾶλλον M. R.

V. ὑγ. πρεσβύτατοι] πρεσβύτεροι M. R.
P. 459. V. τέο. ὑγρέσι] καὶ ψυχροῖσι S.
V. μα. ὑγρότατον] ἰσχυρότατον S.
V. ὑδ. ξηρότατον] ὑγρότατον S.
V. π. φρονιμώτατα) φρονιμώτατον.
V. τὴν φύ. τοῖσι τοιούτοισι ; τῷ τοιούτῳ τοῖσι, &c. M. R.
P. 460. V. αι. ἐπίστηται] ἐφιστᾶται, mauult Foësius.
V. ξρέ. φράσσονται) φράσσονται, M. R.
V. ρη. διαρρήσσονται) διαρρήσσονται M. R. διαρύσσονται, Ald. vitiosè vtraque.
V. δύτ. δυσαισθητότεραι) ἀναισθητότεραι quædam exempl.
V. ψυ. αἴσθοιτο) αἰσθάνοιτο M. R.
V. αἱ. παχύτητα) παχύτητα Cal.
V. τῶν. ἐνδεέστερον) ἐνδεέστερον ἔμετον Corn. ἔπορον M. R. Ald.
V. τοῦ. ὑγιεινότερος] ὑγιηρότερος.
V. περὶ. τοῖς φρονέουσι) τοὺς φρονέοντας F.
V. καὶ. πνεύμονος] πνεύμονος Mercurialis, πλείονος quidam.
V. δεῖ. δὲ καὶ οὕτως γίνοιτο M. R. F.
P. 461. V. μον. κρίνεται) κινέεται Zuingg. mauult.
V. πλοῦ. παχύτητα) τραχύτητα Caluus.
V. σοι. μὲν) μὴ Corn. εἰ μὴ Cal. Zuingg.
V. τὸ. οὖσα] ἐοῦσα F.
V. κρέ. ἐλασσόνως) ἐλάσσοσι M. R.
V. λε. ὑπομαινομένοις] add. ὑπομαίνεσθαι M. R. γὰρ] δέ. F.
V. χρέ. ἢ πολλοῖσιν] ἢ πολλοῖσιν Corn.
V. ψυ αἰτίη] ἐστὶν addunt M. R.
P. 462. V. πυι. βραχυτέρους) τραχυτέρους, Foësius.
P. 463. V. χωρέων) χωρέων vel χωρῶν Interpretes ἑκάστων] ἑκάστῳ Gal.
P. 464. V. ὑγ. ψυχρανθείσης] ψυχθείσης M. R. F.
V. πορ. ὥς τινες) οὕς τινας Foës. M. S. F.
V. πλη. ὅκοιον ἐν ἡμῖν] ὁκοῖον παρ᾽ ἡμῖν quædam M. R. F. quædam etiam ὁκοῖον παρ᾽ ἡμῖν.
P. 465. V. διά. ἐπὶ τὴν] ὑπὸ τὴν. F.
V. ται. καὶ παρέασι] καταρέασι F.
V. στ. ἑκάστων] ἑκάστου Gal.
V. περὶ γλυκέων) ἢ πικρῶν addit Caluus, ἢ λιπαρῶν) καὶ λιπαρῶν. ἁλυκῶν] ἁλμυρῶν F.
V. χω. καὶ ἵστησι] καὶ τάδε ἵστησι, καὶ τάδε ξηραίνει, καὶ τάδε ὑγραίνει F.
P. 466. V. τὸ δὲ ψυχρὸν καὶ ξηρὸν καταλείπεται) τὸ δὲ καταλειπόμενόν ἐστι ψυχρὸν καὶ ξηρὸν M. R.
V. ρα. ὧδε. χρώμεθα) ὧδε χρώμεθα Cornar. Ald. Foës.
V. χρῶ. ὑγρὴ] ψυχρὴ S.
V. πέ. πολλῆς τροφῆς) πολλὴ τροφὴ aut πολὺ τροφῆς, Foës. cum Interpret.
V. ται. τροφὴν] τὴν τροφὴν F.
V. ροί. χεόμενον] ἐχόμενον Foës.
V. πρ. ἣν δὲ] ἢ δὲ Corn.
V. μα. ἅτε δὴ) ἅτε γὰρ M. R.
V. μή. γάλακτος] γάλακτι M. R.
V. φι. πλὴν ἀλλὰ] ἀτὰρ M. R.
P. 467. V. φι. οὐ διαχω.) οὐ μέντοι διαχω. M. R.
V. θα. ἐπὶ πυρὶ) πυροῦ Corn.
V. καυ. καὶ ξύμφορα) οὐ ξύμφορα Zuingg.
V. ἐξ. ὁμοίως] ὅμοια quædam manuscr. F.
V. χω. ἕψηται ἢ ὀπτῆται) ἕψεται ἢ ὀπτᾶται M. R.
V. τῆς. οἱ πιτυροὶ) οἱ δὲ πιτυροὶ F.
V. μέν. καταρρηκτικοὶ] ἐκταρακτικοὶ Corn. καταρρηκτικοὶ Caluus.
V. ἦσσ. καίει] κενοῖ quædam manuſcripta.
V. καὶ. τῆς σαρκὸς) τῆς γαστρὸς quædam M. S. σαρκὸς διαχωρητικώτεροι vel μᾶλλον διαχωρητικοὶ Foësius legendum censet.
V. δια. ἐργασίη) τῇ ἐργασίῃ M. R. & Ald.
V. ξη. χυμοῖς) χυλοῖς M. S.
P. 468. V. καὶ. ἐς τὸ στόμα] ἐν τῷ σταθμῷ, mauult Zuinggerus.
V. σάρ. ἐργασίης.) ὑγρασίης Foës. Interp. S.

ξυγρασίης F.
V. δὲ. λαγωὰ] λάγια F.
V. χι. ὑγρότερα] poſt hæc verba, οὐρέεται δέ, addunt Aldina exemplaria, & ſequutus eſt Cornarius.
V. οὔτε. σιαλοχοέει] σιαλοχέει M. R.
V. ξη. κρέας] φαίνεται κρέας quædam M. R.
V. ναρ. ῥῖνας] ῥῖνας M. R. ἐλαφρότερα) κουφότερα M. R. F.
V. κοι. κεχάρει] quædam regia manuſcr.
P. 469. V. τὰ δέ. καρποφάγα) χορτοφάγα, mauult Foeſius cum Zuinggero.
V. σταμ. ἐν οἴσι) καὶ ἐν οἴσι F. Corn. & Zuingg.
V. καὶ ἥκ.) καὶ αἱ ἥκ. F.
V. ἰχθ. κουφότατα δὲ) τῶν σαρκῶν addunt quædam M. S. τὰ ὑπογάστρια) κεφάλαια F.
V. φιμον, κα. γένεας] γένος F.
V. φιμον δέ. ἐκ) ἐκ τοῦ F.
P. 470. V. σώματος) αἵματος, Zuingg.
V. χω. καὶ οὐρέεται) διουρέεται F.
V. χώρη. ἀλλὰ καὶ) καὶ M. R.
V. καὶ. συστρεπτικόν τι] ψυκτικόν τι Cal. τὰ βλαβερὰ) καὶ ὀφθαλμοῖς Caluus.
V. ὠφέλιμον] ὠφελέει quæd. manuſcripta.
V. ἐλ. στρύχνος) στρύχνον M. R.
V. λα. τὸν σπόρον) τὴν γονὴν M. R.
P. 471. V. πι. φλεγματώδεις) φλεγματώδεα ἄγει quædam M. R.
V. χυ. κρήμνου) κρίθμου Interp.
V. κυ. πράσου] πρασίου Caluus στρύχνου, ψύχει] στρύχνου ὅδε ψύχει Interp. omnes, στρύχνου, καὶ αὐτὰ ψύχει M. R. στρύχνου, τάδε ψύχει Aldus.
V. ἐφ. διαχωρητικὰ) διαχωρέει F.
V. χω. καθαρτικὰ) σκορόδου ἀποβρέγματα addit Cal.
V. μαρ. αὐτέων) ἑκαστέων quædam exemplaria.
V. πει. τῆς κοιλίης καθαρτικὰ] τὴν κοιλίην καθαίρουσι M. R.
V. οὖ) σισύρεα M. R.
V. αἱ. τρόφιμοι) τρόφιμοι. ταῦτα] τάδε M. R.
V. καυ. τρόφιμοι) τρόφιμοι.
V. ἀρ. παραπλησίως] παραπλήσια F.
P. 472. V. ἀφήνηται) ἀνήρηται F. πυρώδεις] πνώδεις quidam legunt.
V. συγκλείοντα] συγκλείει F.
V. ἢ τὰ ξη. ἀνιπασσιν ; ἀνίησιν S. & παρέχειν exponit.
V. ποι. ἐν τῇ κοιλίῃ) ἐς τὴν κοιλίην M. R.
V. μαρί. ὑπ᾽ αὐτέων) ἀπ᾽ αὐτέων F.
P. 473. V. ροι. ἐὸν θερμὸν ἔχον θερμὸν F.
V. τί. θερμόν τι) ὑγρόν τι quædam exempl.
V. θερ. ἕλκει τὸ] ἕλκει ἐκ τοῦ Vat. & Ald. & Caluus.
V. βε. ὑπερέχοντα) ὑπάρχοντα S.
V. ὑπάρχοντος) ὑπερέχοντος S.
V. ψύχεα, τὰ μέτρια ὑγραίνει) καὶ ψύχεα τὰ μέτρια, quædam exempl.
V. ψυχροῦ.] ὑγροῦ S.
V. ἢν μή τις) ἤν τις Foës. cum Corn.
V. τῆς. ἀπὸ τοῦ πόνου) ὑπὸ τοῦ πόνου quædam M. S. quædam etiam ἐπὶ τοῦ πόνου.
P. 474. V. κρ. ἣν δὲ) οἱ δὲ F.
V. δια. ποιέουσι) ποιέοντες F. Vat.
V. τοῖ. ἰσχναίνει μὲν) ἰσχνασίην μὲν τινα παρέχουσι quædam M. R.
V. περὶ. ἰσχναίνει ὡσαύτως) ἰσχναίνει πάντας, ὡσαύτως F. πάντας) πάντως M. R. ἰσχναίνει δὲ πάντη καὶ ψυχρὸν ὡσαύτως quædam M. R.
V. δέ. τοσοῦτον] οὕτως F.
V. ὑγ. ὑπ᾽ αὐτοῦ] ἐπακτοῦ Vatic. Cal. & Zuingg.
V. περί. διηγήσομαι] ὧδε χρὴ γινώσκειν F. & quædam manuſcr. regia.
V. καί. καὶ] delet S. πικρὴν) πυρὴν S. zuingg.
V. κε. τι καὶ βίαια) τὰ βίαια Ald.
V. τε. μυθέεται τι) βύθεται τι Vatic. F.
V. λιση. τοῦ θερμοῦ) τοῦ ψυχροῦ F. Interp. omnes.

P. 475. v. φυ. ποιέει] ποιέουσι.
v. θαί. τὰ δὲ ἐκ τῶν δρόμων) τῶν δὲ δρόμων, quædam exempl. Corn. & Caluus, καὶ καμπτοὶ) ἄκαμπτοι legunt quidam.
v. ἐν. βραδύτερα) βαρύτερα Cal.
v. σώ. τῶν τροχῶν) οἱ τροχοί. Cal. τρόχων, quædam exempl.
v. δέ. διαχέονται) διδέχονται F.
v. καί. διαχέουσιν) διαχωρέουσιν F.
v. πλυ. ἀνακινήματα) κινήματα S.
v. σι. ἀκροχειρίη) ἀκροχειρίξ. Vat. & Ald. ἀκροχειρίσεις quædam manuscripta.
v. ὥρ. ἐλαίου] ἡλίου S. ἐν τῷ θέρει) ἐν τῷ μὲν θέρει S. κόνις) ἐγγυμνάζεται, ἐν δὲ τῷ &c. Vat. Corn. & Caluus.
v. θερ. κρυμνώδες] κρυμώδες S.
P. 476. v. τοῦτο παρέχει τὸν πόνον] οὐ τοῦτο πόνον παρέχει Vat. F. οὐ τοῦτο μόνον Corn.
v. ἐξ. περίοδον) πάροδον Mercur. ex M. S.
v. ἐποίησε) καὶ ἐποίησε Ald.
v. πά. ἀποκαθαίρωνται.] ἀποκαθαίρων Ald. ἀποκαθαίροντα M. R.
v. πόνοι) κόποι Interpretes.
P. 477. v. μα. ἀντείψαι] ἀνατείψαι, Foës. Interp.
v. να. γνῶναι] γνόντα M. R.
P. 478. v. ἦσ. ξηρὰ καὶ) hæc non habent Aldina.
P. 479. v. θύρε. ἥρου] ἔργου Ald. ὅρου M. R. F. S. & οὔρου S.
v. σα. προσαναγκάζοντα) προσαναγκάζειν M. R. προσάγοντα Corn. S.
v. παύ. σκληροκοιτήησι] σκληροσιτήησι M. R χοινοβατήησι) κοινοβατήησι Ald. δημοβρωδείησιν Cal. κονιβατήησι & κονιδρόμοισι Foës. κοινοβαθίησι] δρομήησι Mercur. χοινοδρομίησι Corn. κενοδρομίησι M. R.
v. ἰσχ. πλείω) πλοίῳ aut πλόῳ Caluus & Cornarius.
v. βάλ. πυρωδέων) πυρωδίων Foës. Vat. Interp. omnes.
v. προ. τρεῖς) τρίς. S.
P. 480. v. δο. πίσσυρας) non legit Caluus.
v. χρέ. ὥρη) ἡ ὥρη Vat. & Ald.
v. πο. ἀποδίδονται] ἀποδίδοται F.
v. ἐρα. ὅτι) ὡς F.
v. πί. δεῖ καὶ] δεῖ οὖν καὶ M. R.
v. περι. ὥρη θερμὴ) ὥρη ἐπίδοσα θερμὴ M. R. F.
v. κατ. καὶ ἡ) ἡ δὲ F.
v. ἐλάττοις) τοῖς ἐλάττοις F.
v. ἐφ. λουτροῖσί τε] καὶ λουτροῖσί τε S.
v. ἐν. ἤδη) non habent Vatic. nec Ald.
P. 481. v. χρ. ἥκιστα ἂν) οὐ βλαβήσεται, καὶ ἥκιστα ἂν Vatic. Caluus.
v. σις. ψύχουσι) ξηραίνουσι Foës. Caluus.
v. τε. ἐν τῇ ἑσπέρῃ] ἐς ἑσπέρην F.
v. ἄλ. προσάγειν) προσάδειν Ald.
v. ουν. λόγῳ) χρόνῳ F.
P. 482. v. ιαν. καὶ ἡ] καὶ αἱ quæd. exempl.
v. τοῖς. πλησμονὴ) ἐστὶν addit Foës.
v. συ. ἐπικαταπαυσθῇ] ἐπιπαυσθῇ F. Cal. ἔτι καταπαυσθῇ Mercurialis.
v. τὸς. πνεύματος] σώματος F.
v. δι. ἤθελε εἴωθε Interp.
v. πό. ἀπὸ) ὑπὸ F. τοιαῦτα) τοιάδε F.
v. τῆς. ὑγρανθείσης) Ald. & Corn. non habent, αὐξηθείσης Cal.
v. ψυ. ἔτι) ἔτι δὴ F.
P. 483. v. αἴ. καὶ δοκέουσι] δοκέοντες F,
v. φαρ. ἐκ σιτίων γλυκέων καὶ ἁλυκῶν) ἐν σιτίοισι καὶ γλυκέσι, καὶ ἁλμυροῖσιν M. R.
v. πολλῷ) ὕδατι πολλῷ M. R.
v. ἐξ. ὑστέρου) ὕστερον δὲ Vatic.
v. πλο. κάτω] ἄνω F.
v. χρ. κατὰ τὸ αὐτὸ] κατὰ ταὐτὸ F.
P. 484. v. δευ. ὁκόταν δέκα] ὁκόταν δὲ ὕδωρ αἱ δέκα Vatic. & Ald.
v. γίνεται] ἱερὰ præponit F.

v. χαί. ἣν δὲ ἡ) ἡ δὲ Corn.
v. χρό. πιὼν ὑδείσιν] πίων οἰεῖσιν F.
P. 485. v. ἐγκινήμασι) ἀνακινήμασι Zuingg.
v. χρήσθω] χρήσθω Zuinggerus.
v. λό. ἀναιμίῃ] χρέεσθαι δὲ F.
v. πυτ. ὑπὸ τῆς) ἀπὸ τῆς F.
v. γίν. ἐκ τοῦ.) ἀπὸ τοῦ F.
v. μα. ἣν μή που] καὶ ἣν μή τις προσμ: Ald. & Vatic.
v. τῷ. τὴν θεραπείην] non legunt Ald.
v. πλεί. ποιάδε] ποιῆδε Ald.
v. πό. αὐτῷ ἔνεστι) ἐστὶν ἐν τῷ στόματι M. R. οὐδεὶς] οὐδὲ εἷς M. R.
v. πονή. βιαίαν) καὶ βιαίαν F.
v. ει. ἀκροχείριξι) ἀκροχείριξις, Ald. & Vat: ἀκροχώριξις & καρυκομαχίη Cal. κωρυκομαχίης aut ἡ κωρυκομαχίη Cornarius. S: πλέω) καὶ S.
P. 486. v. πίσι. δείπνου) κοιμᾶσθαι addunt M. R.
v. προ. σῖτον) καὶ ἐμεέτω addit Corn.
v. σιν. ὕπνου) δείπνου Foës.
v. μένος. κατὰ ταῦτα) κατὰ ταὐτὸ F.
v. δό. μαλακεινεέτω] μάλα κινεέτω, German. Cod. μαλακινεέτω Ald.
v. καί. δὴ) τι F.
v. πό. γεγυμνασμένῳ) ἐγγεγυμνασμένων F.
P. 487. v. δε. σιτίου] σίτου F.
v. τα. διακεκαυμένον) συνδιακεκαυμένον M. R. συγκεκαυμένον F.
v. ἔχ. προσειδήσειν) προσειδήσαντι Vat. & Ald.
v. προ. τῇ] καὶ. Foës. Corn. ξηρὴ μᾶλλον ἢ θερμὴ Caluus Ald. ἡ.
v. οἱ. παχέσιν.] παχέσιν Foës. cum Interp.
v. προσα. καὶ μὴ μονέτω ἀνάριστος] μηδὲ ἀνάριστος ἔστω quædam manuscripta.
v. γν. καὶ ἀπὸ σιτίου ἢ τῆς) κἢν μὲν οὖν πλησμονὴ ᾖ ἀπὸ σιτίου, ἢ τῆς Corn. ἢ τῆς Ald. πλημμυρείη aut πλημμυρεία Caluus.
P. 488. v. τοῦ εἰθισμένου] τοῦ εἰθισμένου M. R.
v. ἐν. διαγέσθω] διαγέτω. F. οὕτως) τούτοις M. R. τοῦτο quædam.
v. γυ. διαγωνίσηται] διαπονήσωσι F. M. R. διαγωνίσωσι quædam M. S.
v. χρή. θεραπεύεσθαι] ἐκδιαιτᾶσθαι quædam exempl.

16. IN FRAGMENTVM DE AQVIS EX GALENO, ORIBASIO, Rufo, Diocle, & Athenæo.

Ex libri primi Oribasij ad Eunapium cap. 14. fragmentum primum de aquis depromſimus, cuius Græcum textum, Manuſcripta nobiliſſimi ac ſapientiſſimi viri Henrici Memmij in ſupremo Senatu Pariſienſi Præſidis, ſuppeditarũt. Cætera verò quæ ſubſequuntur fragmenta ex libro quinto collectionum Medicarum Oribaſij, ex libris de diæta Rufi & Dioclis Latinè tantùm deprompta ſunt.

17. IN FRAGMENTA DVO DE VINIS EX ORIBASIO.

Duo conſpicis Galeni fragmenta De vinis ex Oribaſio, cuius primum de vini facultate caput eſt 12. lib. 1. Oribaſii ad Eunapium ex manuſcriptis ſapientiſſimi viri, ac æquiſſimi in ſupremo ſenatu Pariſienſi Præſidis Henrici Memmii depromptum eſt; Alterum vero caput ſextum eſt libri quinti collectionum Medicarum Oribaſii, quod Græcè nobis non ſuppetit.

18. IN FRAGMENTVM GALENI DE VINO ET pane, ex Athenæo.

Hoc Galeni de vinis & pane fragmentum Latinè duntaxat editum conſpiciebatur, ſed Græca ſeries ex Athenæi libris collecta per me ac typis qualis iam conſpicitur, mandata eſt.

19. IN GALENI LIBRVM DE PTISANA.

Hic liber Galeni fœtus inter τὰ ὑγιεινὰ poſitus eſt, licèt inter τὰ διαιτητικὰ à pleriſque inſeratur; quod ptiſana etiam ſanis quibuſdam præſcribatur. Philiatros adhortor, vt hoc alimentum minimè prætermittant, quòd non modo Galenus eam hocce libello magni faciat, & Hippocrates primus doceat; verùm etiam quòd inter medendum ægris ſalubre remedium deprehendatur. Fateor equidem me ſummam febricitantium ariditatem liquidæ ptiſanæ ex arte Hippocratica & Galenica confectæ exhibitione domuiſſe. Eo itaque in libro ptiſanæ confectionem, facultates, menſuram, & idoneum vſum perlegant, ediſcant, præſcribant. Lacunis & mendis ſcatebat textus iam integer ac emendatus. Interpretes Hieronymus Douzellius Veronenſis; Ioannes Politus, & alii, ſed verſionem hanc aliis emendatiorem iudicabis.

P. 501. v. προσ. ἐπιβάλλουσιν οἱ μὲν ſic Interpr. ἐπιβάλλουσιν εἰς μὲν Marg. Baſil. ἐπιβάλλει οἱ μὲν Baſ.
v. νέα. ἀναβραχῇ) ἀναγκάσῃ Baſ.
v. πει. ἀνέκπλυτον καὶ ἀνέκκριτον] prius eſt marg. Baſil. alterum in textu Baſ. ſed duo illa ſimul in textibus non reperiuntur.
v. ρει. ἀκριβῶς) ἀκριβής.
P. 504. v. νης: αὐτοῖς] αὐτῇ.

20. IN GALENI LIBRVM DE PARVÆ PILÆ EXERCITIO.

Ad motum ſalubrem ſpectat exercitium quod paruæ pilæ ludo fit, omnium exercitiorum ſaluberrimum, cuius encomia ac commoda ſuggerit hic Galeni libellus de paruæ pilæ exercitio inſcriptus. De cæteris verò exercitiis, tum liber ſuperior ad Thraſylulum, tum libri de ſanitate tuenda verba faciunt, ac præcepta complectuntur. Interpretes Valerianus Centannius Vincentinus, ſed verſio hæc emendatior cæteris.

P. 505. v. μετ. μετὰ) κατὰ. Baſ.

21. IN GALENI FRAGMENTVM DE VENEREIS.

Hoc DE VENEREIS fragmentum Græcum è manuſcriptis Regiis codicibus depromſimus quod Galeni nomine inſignitum editum eſt. Sed fere eadem verba in Oribaſio & quibuſdam Galeni libris leguntur.

22. IN HIPPOCRATIS LIBRVM DE INSOMNIIS.

Hic libellus Hippocratis de insomniis inter τὰ ὑγιεινὰ reponitur, tum quòd non modò ægrotantium, verùm etiam ac imprimis sanorum insomnia narret, & explicet, tum quod ipsum libri tertii de victus ratione ægrotantium partem Aldus & Caluus fecerint. At hîc Hippocrates quæ sit iudiciorum ex somniis ac insomniis præstantia præfatus, tum sigillatim quid quæque portendant insomnia explicat: ac primùm ea quæ quis exteriora vt in aëre cælo, & terra; tum quæ circa seipsum solito more fieri in somnis videt, quatenus hominis valetudinem prosperam, vel aduersam significant. Interpretes Cornarius, Foësius.

P. 511. v. μὲ. ὑγρῶν ποιεῖ] ἢ ποιεῖ Vat. & Ald.

v. ὄψ. δέχεται] δέχεται Foës. δυνάμει, Corn.

P. 512. v. φυ. οὐ διδάσκουσι) οἱ δὲ οὐ διδάσκουσι Vatic. & Ald.

v. πυ. ἑσπέρην] ὥσπερ ἦν & ἄπερ] ὥσπερ quædam M. S. F.

v. ξυμ. ἐμμιετό τις) γένοιτό τις F.

v. π. ἐπέρεξε] ἐπέρεξε quæd. manuscr.

v. σ. περιπίπτουσιν] ὀρθρίοισι add. F.

v. ἦν. ὑπεναντωθὲν) ὑπεναντιωθὲν F.

v. λυ. πιέζειν) πιέζει F.

v. ρον. ἦν δὲ ὑπὸ ὕδατος) εἰ δὲ καὶ ὕδατος F. ἦν δ' ὕδατος ἢ χαλάζης quædam M. S.

v. το. ἔσω) ἔξω Foës.

v. ρει. ἐν ποιεῖ) ἔν ποιεῖ F. ἐν πᾶσιν, Ald. Cal. & Zuinggerus.

P. 513. v. δεχ. χρώματος] χρωτὸς Cal. ex Vatic.

v. μὲ. ἀκρήτοισι] πόνοισι add. Caluus.

v. εἰ. καὶ ὑπὸ] ὑπὸ Vaticana.

v. ξη. τῆς] καὶ τῆς Vaticana.

v. πυ. κάλλιστα μὲν) μάλιστα μὲν Vatic. F. τάχιστα Zuingg. κρατηθέντας] καθαρθέντας, Vatic. Cal. Corn.

v. ποι. ἐν ἱματίῳ] ἐν ἱματίοισι F.

v. φε. εἰ δὲ οὐ) εἰ δὲ μὴ M. R.

v. μα. δεδέτω) δινείτω M. R. F. μαλακυνέσθω Ald. μαλακευνείτω Foës. magis probat.

v. φέρει δὲ. περιστρέψαι] τρέψαι F. θρέψαι Vatic. vitiosè.

v. περὶς. γέλωτας] γελοῖον M. R.

v. πας. ὅτι) ὅ, τι. M. R.

v. ερς. ὀρθῶς] ὄρθροι M. R. ἐν τῇ κοιλίῃ] ἐς τὴν κοιλίην Vatic.

P. 514. v. τα. δηλοῦντα) δηλοσῦντα Vatic. δηλοῖ καὶ ἐς φύματα pro ἐκφύματα vitiosè Ald.

v. πυτ. ἐμέσαντα) ἐμέσας F.

v. θαι. ὑγρὸν] λευκὸν Corn.

v. ιο. ἐπ' αὐτοῦ) ἐπακτοῦ Ald. Corn. οὐκ ἐπ' ἀγαθοῦ Cal.

v. ὡς] μὲν ὡς F.

v. Κτη. Ἀθηνᾷ] Ἀθηναίῃ F.

v. σιτ. ἀποτροπαίοισι] ἀποτροπαίοισι Foës.

v. περ. ἐπὶ γῆς) ἐπίσης F.

v. βος. ὄψιος] ὅπ' ὄψιος M. R.

P. 515. v. δεν. ἡ ἀκαρπία) ἐκ ἀκαρπίας, Ald. vitiosè, σπέρματος) σώματος quæd. M. S.

v. πολ. ἐκ αἰαεισηοῦ) τῇ αἰαεισηοῦ F.

v. μέ. ὀρῆν) desideratur in Ald. vitiosè, ὀρῆν F.

v. κα. διαιτῆσθαί τι] διαιτῆταί τι Ald. & Vat.

v. φαι. χρέοντι] χρέεσθαι S.

v. βο. διαίτῃ) ξηρῇ addit Foës. cum Interp. τούτῳ) καὶ τούτῳ σημαίνει M. R.

v. ασώ δεῖ] σημαίνει M. R.

v. κα. μεῖζον τῶν μελῶν, οὐκ ἀγαθὸν· ἀλλ' οὐδ' ὅπερ ἂν εἴη ἔλασσον) μείζω τῶν μελῶν ἢ ἔλασσον, οὐκ ἀγαθὸν ἀλλ' οὐδ' ὅπερ ἂν εἴη ἐλάσσω, Ald. & Vaticana.

v. περ. δὲ] γὰρ F.

v. ὑγιέην. γυμνοῖς] ἢ γυμνοῖς F.

v. το. ἐκ τῆς οἰκίας] τῆς οἰκίας Ald. vitiosè.

v. θα. ἀγαθὸν) οὐ βλάπτει M. R.

v. ἀσθενέστατα) ἀσθενέστερα F.

23. IN GALENI LIBELLVM DE DIGNOTIONE EX insomniis.

Concisus hic de insomniis tractatus Galeni fœtus creditur, quo quid tum sanis, tum ægris portendant insomnia paucissimis rationibus edocet. In M. S. R. Inscribitur liber περὶ τῆς ἐνυπνίων διαγνώσεως.

24. IN GALENI LIBRVM DE PROPRIORVM ANIMI cuiusque affectuum dignotione & curatione.

Medici inter τὰ ὑγιεινὰ postremum animi pathematis ordinem tradiderunt. Quare nunc ordine sequuntur libri duo Galeni, quorum prior de propriorum cuiusque animi affectuum dignotione atque curatione inscribitur; alter verò de cuiusque animi peccatorum dignotione atque medela. Hîc itaque de animi pathematis differit Galenus, & præcepta tradit quibus ipsa dignoscantur, & remedia quæ cuique affectui curando dicata sint. Interpretes sunt Bernardus Donatus Veronensis; Ioannes Guinterius Andernacus, quorum interpretationibus nostram versionem emendatiorem condidimus.

25. IN LIBRVM GALENI DE CVIVSQVE ANIMI peccatorum dignotione atque medela.

Qui liber Galeni De cuiusque animi peccatorum dignotione atque medelà inscribitur, in eo de peccatis agitur, quomodo peccata ab animi perturbationibus discrepent, & præcepta quibus illa, tum vitari, tum expugnari queant, amplissimè traduntur. Interpretes Iunius Paulus Crassus Patauinus, ac Ioannes Guinterius Andernacus, quorum interpretationes huius libri versioni lucem attulerunt.

26. IN GALENI LIBRVM DE CONSVETVDINE.

Liber De consuetudine vel de consuetudinibus inscriptus Galeni fœtus est, quæ consuetudinis vires, causæ, & effectus, tum ratione, tum veterum authoritate declarantur. Hæc autem consuetudo intelligitur quæ in cibo & potu, in ambiente aëre frigido vel calido, in corporis & animi exercitationibus, & in euacuationibus spectatur. Interpretes Ioannes Baptista Rasarius; Augustinus Gadaldinus, & Nicolaus Regius Calaber, versionem autem hanc vt meliorem, sic nunc emendatiorem edidimus. Quum verò Græcum, vt spero, aderit, dabitur.

1. βοείων bubularum) ouinarum Calaber, sed de bubulis carnibus semper loquitur vt cap. 2.
2. annum) mensem.
3. quam antè
4. Quidam Codex habet μεγαλοδειπνήσειεν) copiosè cœnauerit.
5. φυσικῶν est in Græco codice; sed fortassis legendum τροφῶν alimentorum.
6. Calaber videtur habuisse aliam lectionem, quum habeat; & secundum principia, vel per se confestim, vel secundum accidens non primo, &c.
7. αὐτὸ δαίμονα est in impressis; in manuscriptis tamen legitur αὐτοδαίμονα) per se dæmonem.
8. σφόδρα, est in impressis, & in manuscripto. Calaber videtur legisse σφαλερά, ac cum sequentibus verbis dictionem hanc connexisse hoc modo πάντα τὰ δόγματα ἀνάγκη, καὶ θνητὰ γεγονέναι, quod vertat, fallacia omnia dogmata necesse est, & mortalia fieri, quam lectionem non probat Leonicenus.
9. Tale, τὸ τοιοῦτον est in impressis, hoc esse, hoc mortale, seu mortalem hanc naturam. Manuscripta tamen habent τοσοῦτον. vt qui tantopere hanc mortalem naturam auxerit.
10. Motus] vsus.
11. In exercitationibus] in omni corporis motu.

TOMI VI. MENDA EMENDATA.

Pagina 8. v. H. Hygieine. v. τῶ. l. οὐδ.
10. v. χας. ζῆτημ.
11. v. bo. bono. v. καθ' ἕξιν.
12. v. περὶ. γυμναστικῆς.
13. v. χολω. δηλονότι.
14. v. τῶ. ἐνεργοῦ.
15. v. int. has.
17. v. τεχ. περὶ τῆς.
25. v. cit. ars quædam.
27. v. τεχ. τεχνικός.
28. v. comp. emendantes.
29. v. bon. id in. v. mult. lethalia.
30. v. δευμ. ἐργάτης.
34. v. nem. superat.
40. v. ῥοῦς. δακτ-
v. musq. similarium.
v. simil. similarium.
41. v. οὐχ. πλειόνων.
42. αὐτ. αἰσ- v. περὶ. περιττωμάτων.
v. eius. appetentes.
43. v. uetur. d. tibi.
44. v. eam. similarium. v. rif. quæ.
45. v. min similarium.
v. der. operamur. v. cad. formam.
v. vet. enim. v. tant. sanitas.
46. v. αἰ. περιττεύουσι.
47. v. vt. vnum atque indiuis-
v. περ. ἐν.
48. v. si. similarium.
49. v. mid. quæ ficciores.
v. res. emendes; quæ frigidiores;
v. λα. μέλας, ἤ. v. ἀφρ. εἰ δὲ ἐ.
51. καθ. ἀλλοιοῦσθαι.
v. σκίμποσι.
52. v. tam. est qui. v. tis satis est.
53. v. ἀπ. κλαίειν.
53. v. περὶ. διαπεί.ψων.
56. v. παιδ. τὰ παιδία.
57. v. rit. inhibetur.
v. παρασκευάζεσθαι. v. ὁ- ὅς.
58. v. ui. iuueni.
59. v. en. maximè. v. λογ. μελαγχολίου.
63. v. quo pacto. v. ret- dicendum.
69. v. quæ biliosáque.
85. v. quat. habenis.
86. v. χωρ. ἀφαιρεῖ. v. vtiq. quum.
87. v. rum. actiones.
88. v. των. ἐγγίγνονται.
v. nere. femoribus.
v. scera. hoc exercitationis.
89. v. tion. exercitationum.
v. ri. nullius.
91. v. περὶ. ἐλαίων, ἤ ψυχρότερος.
97. v. dor. circa. v. πα φάρυγξ.
98. v. σαν. ἐπιτηδ-
99. v. cal. tepidiores.
100. v. tot. spectans.
114. v. corr. fit.
115. v. γυμ. ἀναβαλούμεθα.
116. v. xi. sequebantur.
119. v. περ. φθινόπωρον.
126. v. mir. vel componendi, vel.
v. post. in aquam.
134. v. quend. halitum.
135. v. μαλ. πύτλω.
137. v. ὑφ. περὶς.
139. v. οὐ Ἱπποκράτης.
140. v. πτ. νοσῶδες.
144. v. μόρ. ἅπαν.
145. v. mens. secutum. v. cti. in qualitate.
v. apell. in quo nec.
147. v. quart. Attico melle.
v. tmo. At hab-
153. v. vict. nec oleum, nec.
156. v. in intemperiei.
159. v. Porr. fieri pot.
163. v. Dem- affectus.
166. v. flor. calida.
170. v. dum. ipsis.
v. temp. multa] mala.
176. v. transf. tempest-
v. ter. humectetur.
177. v. ὑτ. ἐπι.
178. v. Porr. vel in.
180. v. πὶς ἐπιπολάζομ-
181. v. dum. enim ex.
182. v. κοιλ. λάρυγξ.
184. v. lin. si in.
191. v. trem. duplicatur. v. que. corpore.
192. v. amæ. ciuitate.
196. v. σιτ. ὑπάρ- v. quad. in quibus.
197. v. diss. bibere. v. pro pt. deiectoria.
v. 201. v. Gal. Hippocratem, vel Hippocratis librum.
202. v. hoc. ab eo.
203. v. reat. pluuium.
204. v. op. nationibus.
205. v. tif. gignantur.
206. v. γι- οὐκ ἔτι.
207. v. μόχ- ἀποκτείνουσι.
210. v. τῶτ. πάσχουσι.
212. v. τα. ἁπλῶς.
219. v. ni. permixto.
224. v. dur. idonea. v. tum ætas.
225. v. μβρ. ἔχετω.
233. v. rit. considerabamus.
236. v. subt. tum aquosum, tum max.
238. v. ἐαὶ. περιυπαρχόντων.
241. v. πομ. μοῖραι.
242. v. ὑτ- ὑστέρη. v. cur. alteratio.
243. v. ἀ. νικηθῆναι.
250. v. poss. controuersabitur.
v. mor. halitu.
251. v. λεπ- χρὴ λέγει.
255. v. ἐ. ὅσφ.
257. v. αὐτ. χυμὸς. v. μεῖλως.
272. v. μόν. μόνης.
274. v. περὶς. ἔκκρισιν.
278. v. ven- in iecur.
281. v. in pertracta.
v. tud. temporis.
282. v. παρ. ἀριθμόν.
v. περ. περιεστῆσιν.
284. v. del. partis.
292. v. quoq. nota.
292. v. νω- χυμόν.
301. v. & qui.
302. v. πάτ. περὶ τῆς.
304. v. ment. ipse.
209. v. πις ἐ. τῆ.
314. v. ferit. ex eo.
316. v. stab. læuis.
317. v. ῥοδ. ξηραίνει.
320. v. tam. nostræ.
324. v. ῥου. μεγάλοι.
327. v. null. nullam.
336. v. etn. neque hordei, neq.
341. v. men. ex ipsis.
343. v. pass. inter passas.
351. v. τῶ σώμ- v. pro. non perm-
363. v. adst. vsus.
373. v. οὐδ οἱ.
375. v. ἐψ. ἕψονται.
376. v. bus. etiam mag.
379. v. gnent. non planè.
380. v. sol. visúque.
384. v. per. coagulum.
386. v. tia. paludibus.
391. v. do. accommodatam.
396. v. aq. aquosum.
403. v. Facul. QVARTVS.
v. spir. & eorum. v. nes d. &.
404. v. Et. cibis tenuibus.
407. v. tri. propter.
412. v. adm. & lini &.
413. v. ment. & ex.
v. cie. ciborum.
415. v. fri- inculpatæ.
421. v. παχ. γλίσχρου.
418. v. tur. dysenteriasque.
426. v. se. ne hæc.
427. v. μόμ. λόγος.
429. v. πα ὁ γὰρ βελ-
430. v. ipf. nec assatione, nec ma-
435. v. fert. fuluum.
v. ἐπιτμηθ.
436. v. ισχ. ὕδατος.
438. v. rem. fine cac.
444. v. πυκν. δεῖται.
446. v. θύ. ὀλκηρούς.
454. v. π. μέγιστον.
457. v. est. secernuntur.
459. v. dit. quare.
469. v. Alba. calefaciunt.
470. v. adu- augeant.
480. v. mod. somnis.
484. v. δυς. κολοκύντη.
489. v. EX RVFO.
v. χόμ. βράγχων.
490. v. quod. concoquatur.
491. v. med. factam.
492. v. Ex Rufi.
501. v. τωτ. ἕψηται τῆς πτισάνης.
503. v. bus. ptisanam.
507. v. κατ. καταβαλεῖν.
520. v. aut. dico.
522. v. περὶ. τάχα.
527. v. ῥαθ. πᾶσι.
529. v. ter- benedicta.
v. πλων. οἰνοφλυγίαις.
530. v. turp. turpitudo.
v. ταμ- κλαίειν.
532. v. λει- λυπούμενον.
551. v. σιτα. ξύλου βάρος.
547 v. no. recenseantur.
552. v. nem. autem hanc.
552. v. aduerte errores in paginarum numeris 541.] 553. [542.] 554. 543.] 555. & sic adusque finem, 556. 557. 558. 559. 560. 561. 562. 563. 564.